



## CORONAVIRUS

# RACCOMANDAZIONI PER LE PERSONE IN ISOLAMENTO DOMICILIARE E PER I FAMILIARI CHE LI ASSISTONO

1. La persona con sospetta o accertata infezione COVID-19 deve stare lontana dagli altri familiari, se possibile, in una stanza singola ben ventilata e non deve ricevere visite.
2. Chi l'assiste deve essere in buona salute e non avere malattie che lo mettano a rischio se contagiato.
3. I membri della famiglia devono soggiornare in altre stanze o, se non è possibile, mantenere una distanza di almeno 1 metro dalla persona malata e dormire in un letto diverso.
4. Chi assiste il malato deve indossare una mascherina chirurgica accuratamente posizionata sul viso quando si trova nella stessa stanza. Se la maschera è bagnata o sporca per secrezioni è necessario sostituirla immediatamente e lavarsi le mani dopo averla rimossa.
5. Le mani vanno accuratamente lavate con acqua e sapone o con una soluzione idroalcolica dopo ogni contatto con il malato o con il suo ambiente circostante, prima e dopo aver preparato il cibo, prima di mangiare, dopo aver usato il bagno e ogni volta che le mani appaiono sporche.
6. Le mani vanno asciugate utilizzando asciugamani di carta usa e getta. Se ciò non è possibile, utilizzare asciugamani riservati e sostituirli quando sono bagnati.
7. Chi assiste il malato deve coprire la bocca e il naso quando tossisce o starnutisce utilizzando fazzoletti possibilmente monouso o il gomito piegato, quindi deve lavarsi le mani.
8. Se non si utilizzano fazzoletti monouso, lavare i fazzoletti in tessuto utilizzando sapone o normale detergente con acqua.
9. Evitare il contatto diretto con i fluidi corporei, in particolare le secrezioni orali o respiratorie, feci e urine utilizzando guanti monouso.
10. L'allattamento al seno è consentito, purché la madre indossi una mascherina e adotti tutte le norme di igiene delle mani già descritte.
11. Utilizzare contenitori con apertura a pedale dotati di doppio sacchetto, posizionati all'interno della stanza del malato, per gettare guanti, fazzoletti, maschere e altri rifiuti.

# CORONAVIRUS

12. Nel caso di isolamento domiciliare va sospesa la raccolta differenziata per evitare l'accumulo di materiali potenzialmente pericolosi che vanno invece eliminati nel bidone dell'indifferenziata.
13. Mettere la biancheria contaminata in un sacchetto dedicato alla biancheria sporca indossando i guanti. Non agitare la biancheria sporca ed evitare il contatto diretto con pelle e indumenti.
14. Evitare di condividere con il malato spazzolini da denti, sigarette, utensili da cucina, asciugamani, biancheria da letto, ecc.
15. Pulire e disinfettare quotidianamente le superfici come comodini, reti e altri mobili della camera da letto del malato, servizi igienici e superfici dei bagni con un normale disinfettante domestico, o con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5% di cloro attivo oppure con alcol 70%, indossando i guanti e indumenti protettivi (es. un grembiule di plastica).
16. Utilizzare la mascherina quando si cambiano le lenzuola del letto del malato.
17. Lavare vestiti, lenzuola, asciugamani, ecc. del malato in lavatrice a 60-90°C usando un normale detersivo oppure a mano con un normale detersivo e acqua, e asciugarli accuratamente.
18. Se un membro della famiglia mostra i primi sintomi di un'infezione respiratoria acuta (febbre, tosse, mal di gola e difficoltà respiratorie), contattare il medico curante, la guardia medica o i numeri regionali.
19. Evitare il trasporto pubblico per raggiungere la struttura sanitaria designata; chiamare un'ambulanza o trasportare il malato in un'auto privata e, se possibile, aprire i finestrini del veicolo.
20. La persona malata dovrebbe indossare una mascherina chirurgica per recarsi nella struttura sanitaria e mantenere la distanza di almeno 1 metro dalle altre persone.
21. Qualsiasi superficie contaminata da secrezioni respiratorie o fluidi corporei durante il trasporto deve essere pulita e disinfettata usando un normale disinfettante domestico con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5% di cloro attivo oppure con alcol 70%.



## CORONAVIRUS

# EMPFEHLUNGEN FÜR PERSONEN IN QUARANTÄNE UND FÜR FAMILIENANGEHÖRIGE, DIE SIE BETREUEN

1. Eine Person, die positiv auf COVID-19 getestet wurde oder bei der der Verdacht einer Infektion besteht, muss Abstand zu Familienmitgliedern halten. Die Person sollte sich, falls möglich, in einem getrennten, gut belüfteten Raum aufhalten und darf keinen Besuch empfangen.
2. Wer diese Person betreut, muss sich in einem guten Gesundheitszustand befinden und darf nicht an einer Krankheit leiden, da hier im Falle einer Ansteckung besondere Gefahr besteht.
3. Familienmitglieder müssen sich in anderen Räumen aufhalten. Falls dies nicht möglich sein sollte, ist der Sicherheitsabstand von mindestens einem Meter zur erkrankten Person einzuhalten; man soll in einem anderen Bett schlafen.
4. Wer die erkrankte Person betreut und sich im selben Raum aufhält, muss einen sorgfältig befestigten Mundschutz tragen. Sollte der Mundschutz aufgrund von Sekreten nass oder beschmutzt sein, muss dieser sofort ersetzt werden. Nach dem Abnehmen desselben sofort die Hände waschen.
5. Die Hände müssen gründlich mit Wasser und Seife oder einer hydroalkoholischen Lösung gewaschen werden und zwar nach jedem Kontakt mit der erkrankten Person oder seinem Umfeld, vor und nach der Zubereitung der Speisen, vor dem Essen, nach der Nutzung des Bads und jedes Mal, wenn die Hände schmutzig sind.
6. Die Hände müssen mit Einweg-Papierhandtüchern abgetrocknet werden. Falls dies nicht möglich sein sollte, muss jeder sein eigenes Handtuch verwenden und dieses austauschen, wenn es nass ist.
7. Wer die erkrankte Person betreut, muss in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das nur einmal verwendet wird, husten oder niesen. Anschließend die Hände waschen.
8. Werden anstelle von Einweg-Papiertaschentüchern Stofftaschentücher verwendet, müssen diese mit Seife oder normalen Waschmittel gewaschen werden.
9. Es müssen Einweg-Gummihandschuhe verwendet werden, um den direkten Kontakt mit Speichel, Nasen- und Atemsekret oder mit Stuhl und Urin zu vermeiden.
10. Mütter müssen beim Stillen einen Mundschutz tragen und auf eine intensive Handhygiene achten.
11. Für die Entsorgung von Handschuhen, Mundschutz, Papiertaschentüchern und anderem Abfall muss im Zimmer der erkrankten Person ein Müllbehälter mit Pedal aufgestellt werden, wobei zwei Plastiksäcke übereinander verwendet werden müssen.

## >> Sicherheit und Bevölkerungsschutz

### CORONAVIRUS

12. Bei häuslicher Quarantäne darf der Müll nicht getrennt werden, um die Ansammlung potenziell gefährlicher Abfälle zu vermeiden.
13. Die Wäsche des Patienten mit Handschuhen in eigene Wäschesäcke geben. Die Wäsche nicht schütteln und direkten Hautkontakt damit vermeiden.
14. Zahnbürsten, Zigaretten, Küchenutensilien, Handtücher, Bettwäsche usw. dürfen nicht gemeinsam mit der erkrankten Person verwendet werden.
15. Täglich Nachttische, Lattenroste und andere Möbel im Schlafzimmer des Patienten reinigen und desinfizieren; ebenso Toilette und Bad. Dazu können herkömmliche Reinigungsmittel oder Reinigungsmittel mit 0,5% aktivem Chlor (Bleichmittel) oder mit 70% Alkohol verwendet werden. Handschuhe und Schutzkleidung (z.B. eine Schürze aus Plastik) tragen.
16. Beim Wechseln der Bettwäsche der erkrankten Person einen Mundschutz tragen.
17. Kleidung, Bettwäsche, Handtücher usw. der erkrankten Person können bei 60 bis 90°C mit einem herkömmlichen Waschmittel in der Waschmaschine gewaschen werden. Bei Handwäsche Wasser und Waschmittel verwenden; die Wäsche gründlich trocknen.
18. Falls ein Familienmitglied erste Symptome einer akuten Infektion der Atemwege aufweist (Fieber, Husten, Halsschmerzen und Atemnot), Hausarzt oder Notarzt telefonisch kontaktieren oder den Notruf wählen.
19. Nutzen Sie keine öffentlichen Verkehrsmittel, um das Krankenhaus oder die Klinik zu erreichen. Rufen Sie einen Krankenwagen oder bringen Sie die erkrankte Person mit dem Privatfahrzeug, wenn möglich mit offenen Fenstern, hin.
20. Die erkrankte Person sollte beim Betreten des Krankenhauses oder der Klinik einen Mundschutz tragen und einen Abstand von mindestens einem Meter zu anderen Personen einhalten.
21. Die Oberflächen des Fahrzeuges, die während der Fahrt mit Atemsekret oder Körperflüssigkeiten verunreinigt worden sein könnten, müssen gereinigt und desinfiziert werden. Verwendet werden können normale Desinfektionsmittel oder Reinigungsmittel mit 0,5% Chlor (Bleichmittel) oder 70% Alkohol.