

## **Zalecenia dla pacjentów COVID+, których stan zdrowia pozwala na wypis ze szpitala i odbywanie izolacji w warunkach domowych**

Izolacja domowa oznacza konieczność odizolowania się od osób zdrowych, zamieszkujących we wspólnym gospodarstwie domowym, w celu zapobiegania rozprzestrzenienia się wirusa.

### **Postępowanie z rzeczami osobistymi, przywiezionymi ze szpitala (które znajdowały się na sali pacjenta):**

1. Rzeczy, których pacjent używał w szpitalu należy zapakować w czysty, foliowy worek jednorazowy.
2. Przedmioty trwałe należy zdezynfekować. Obuwie (kapcie), szczoteczkę, gąbkę, myjkę używane w szpitalu najlepiej wyrzucić.
3. Ubrania wyprać w pralce w oddzielnym wsadzie, w temperaturze najlepiej 60°C (jeżeli producent na to pozwala), ewentualnie w 40°C.
4. Po wykonaniu wszystkich wyżej wymienionych czynności zaleca się wziąć prysznic, umyć włosy, przebrać się w czyste ubranie.

### **Pacjent zakażony, po wypisie ze szpitala powinien przestrzegać następujących zasad:**

1. Nie opuszczać miejsca pobytu; w sytuacji kiedy jest to konieczne ze względów zdrowotnych należy powiadomić Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną.
2. W momencie pogorszenia stanu zdrowia niezwłocznie wezwać karetkę, informując o dodatnim wyniku SARS-CoV-2, w celu przewiezienia do szpitala specjalnym transportem medycznym.
3. W miarę możliwości nie kontaktować się z bliskimi zamieszkującymi we wspólnym domostwie, nie przyjmować gości, starać się przebywać w odrębnym pomieszczeniu, które należy często wietrzyć. Jeżeli kontakt jest nieunikniony, zachować dystans 2-metrowy i stosować maseczki ochronne.
4. Kontaktować się z otoczeniem za pomocą telefonu lub internetu.
5. Jeżeli pacjent wymaga opieki osób trzecich, opiekun przy kontakcie bezpośrednim (karmienie, czynności pielęgnacyjne) powinien mieć założoną maseczkę ochronną, rękawice, dodatkowy fartuch ochronny.
6. Pamiętać o częstej higienie rąk wodą z mydłem lub dezynfekcji preparatem alkoholowym (min. 70%).
7. Po skorzystaniu z toalety (wirus wydalany jest również w kale), prysznic, wanny, umywalki należy je umyć i zdezynfekować, używając preparatów na bazie chloru (ACE, Domestos). Wodę w muszli klozetowej spuszczać przy zamkniętej klapie.
8. Należy używać własnych ręczników i własnych przyborów toaletowych (najlepiej trzymać je w pokoju stałego przebywania).
9. Należy często dezynfekować wszelkie powierzchnie dotykowe: blaty, uchwyty, klamki, włączniki światła.