

Izolacija za sve potvrđene slučajeve čije medicinsko stanje ne zahtijeva bolničko liječenje (blaga klinička slika bez prisustva kroničnih bolesti)

KUĆNA IZOLACIJA

Minimalni kriteriji:

1. Infrastruktura
 - valjan telefon
 - struja
 - grijanje
 - pitka voda
 - kupatilo s valjanim umivaonikom
 - sistem kanalizacije (može i septička jama)
2. Smještaj za oboljelog
 - osigurati odvojenu sobu za oboljelog
 - osigurati jednostavan pristup u kupatilo, a u koliko u kući postoji više funkcionalnih kupatila, osigurati jednu samo za oboljelog
3. Njega/ briga za oboljelog
 - osigurati osobu koja će brinuti o oboljelom, koja nema hronične bolesti i nije u visokom riziku od obolijevanja
 - osigurati pripremu hrane
 - osigurati pranje veša
 - osigurati sredstva za higijenu te osobnu zaštitu: maske, maramice, sredstva za ličnu higijenu
 - osigurati odgovarajuću dezinfekciju
 - osigurati odgovarajuće odlaganje otpada – posebna vrećica koja se zatvara i tek onda odlaže u kući otpad

U slučajevima u kojima će se njega pružati kod kuće, zdravstveni radnik treba procijeniti je li stambeni prostor prikladan za pružanje njege, te jesu li pacijent i članovi domaćinstva sposobni pridržavati se mjera opreza koje će se preporučiti u sklopu izolacije kućne njege (npr. higijena ruku, higijena dišnog sistema, čišćenje okoliša, ograničenja kretanja oko kuće ili izvan nje) i mogu li rješavati pitanja sigurnosti (npr. opasnosti od slučajnog gutanja i požara povezane s upotrebom sredstava za pranje čišćenje ruku na bazi alkohola).

Treba biti osigurana stalna komunikacija s liječnikom za vrijeme trajanja kućne njege - tj. sve dok pacijent ne ozdravi u potpunosti. Potrebno je više informacija o samoj bolesti i prijenosu za točno definiranje trajanja izolacije kod kuće.

Oboljelu osobu i članove domaćinstva treba educirati o osobnoj higijeni, osnovnim mjerama sprečavanja infekcije te kako brinuti o članu porodice koji ima potvrđenu bolest COVID-19 da bi se spriječilo širenje infekcije na kućne kontakte. Oboljeloj osobi i članovima domaćinstva treba omogućiti edukaciju i stalnu podršku tijekom trajanja izolacije kod kuće.

Oboljela osoba i članovi domaćinstva trebaju se pridržavati sljedećih preporuka:

- Smjestiti pacijenta u dobro prozračenu jednokrevetnu sobu (tj. s mogućnošću otvaranja prozora i vrata).
- Ograničiti kretanje pacijenta po kući i ograničiti zajednički prostor. Osigurajte da su zajedničke prostorije dobro prozračene (npr. kuhinja i kupatilo).

- Članovi domaćinstva trebali bi boraviti u drugoj sobi ili, ako to nije moguće, održavati udaljenost od najmanje 1 m od bolesne osobe (npr. spavati u odvojenom krevetu).*
- Ograničite broj njegovatelja. U idealnom slučaju jedna osoba dobrog zdravlja (koja nema hronično ili imunokompromitirajuće stanje) treba brinuti o oboljeloj osobi. Posjete se ne smije dopustiti dok se pacijent potpuno ne oporavi.
- Provodite higijenu ruku nakon bilo koje vrste kontakta s oboljelim ili njegovom neposrednom okolinom. Higijena ruku također se treba provoditi prije i nakon pripreme hrane, prije jela, nakon korištenja toaleta i kad god ruke izgledaju prljavo. Za pranje ruku treba koristiti tekuću vodu i sapun, a ako to u datom trenutku nije izvedivo može i dezinfekcijsko sredstvo na bazi alkohola koje treba dobro utrljati u dlanove.
- Nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku poželjno je koristiti papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu. Ako takvi nisu dostupni, koristite ručnike i zamijenite ih kada postanu vlažni.
- Oboljela osoba treba koristiti kiruršku masku što je više vremena moguće da bi se spriječilo širenje kapljica prilikom kihanja i kašljanja. Pojedinci koji ne podnose masku trebali bi primjenjivati strogu respiratornu higijenu - to jest, usta i nos trebaju prekriti papirnatom maramicom za jednokratnu upotrebu prilikom kašljanja ili kihanja. Maramice korištene za prekrivanje usta i nosa nakon upotrebe treba odbaciti.
- Njegovatelji trebaju nositi masku koja pokriva usta i nos kada se nalaze u istoj sobi kao i pacijent. Tokom upotrebe i boravka u istoj prostoriji sa oboljelom osobom maske se ne smiju dirati, skidati pa vraćati. Ako se maska smoči ili zaprlja od izlučevina, mora se odmah zamijeniti novom čistom, suhom maskom. Uklonite masku na odgovarajući način, ne dodirujte prednju stranu. Odbacite masku odmah nakon upotrebe i operite ruke.
- Izbjegavajte izravan dodir s tjelesnim tekućinama, posebno oralnim ili respiratornim izlučevinama, te stolicom. Koristite jednokratne rukavice i masku pri pružanju njege usne šupljine i dišnog sustava te pri rukovanju sa stolicom, urinom i drugim otpadom. Prije i nakon uklanjanja maske i rukavica operite ruke.
- Ne koristite ponovo već korištene maske ili rukavice.
- Oboljela osoba treba imati zasebnu posteljinu i pribor za jelo. Posteljinu i pribor za jelo treba oprati deterdžentom i vodom nakon upotrebe te ih se može ponovno koristiti.
- Dnevno čistite i dezinficirajte površine koje se često dodiruju u sobi u kojoj pacijent boravi, poput noćnih ormarića, kreveta i ostalog namještaja. Za čišćenje najprije treba koristiti sapun ili deterdžent za domaćinstvo, a nakon ispiranja treba primijeniti uobičajeno dezinfekcijsko sredstvo za domaćinstvo koje sadrži 0,5% natrijevog hipohlorita.
- Očistite i dezinficirajte površine u kupaoni i WC-u barem jednom dnevno. Za čišćenje najprije treba koristiti sapun ili deterdžent za domaćinstvo, a nakon ispiranja potrebno je nanositi uobičajene dezinficijense za domaćinstva koji sadrže 0,5% natrijevog hipohlorit. **

*Izuzetak za majke koje doje. Majka treba nositi masku u blizini djeteta te redovito prati ruke prije i nakon bliskog kontakta s djetetom.

** Većina otopina izbjeljivača za kućanstva sadrži 5% natrijevog hipohlorit.

- Očistite pacijentovu odjeću, posteljinu, ručnike za kupanje i ručnike za ruke uobičajenim deterdžentom za pranje veša i vodom ili strojnim pranjem na 60–90 °C uobičajenim deterdžentom za domaćinstvo i temeljito ih osušite. Kontaminiranu posteljinu stavite u vrećicu za rublje. Ne tresti prljavi veš i izbjegavajte da kontaminirani materijali dođu u dodir s kožom i odjećom.

- Potrebno je koristiti rukavice i zaštitnu odjeću (npr. plastične kecelje) pri čišćenju površina ili rukovanju odjećom ili posteljinom zaprljanom tjelesnim tekućinama. Ovisno o kontekstu, mogu se koristiti ili rukavice za čišćenje ili rukavice za jednokratnu upotrebu. Nakon upotrebe, rukavice za čišćenje treba očistiti sapunom i vodom i dekontaminirati 0,5% -tnom otopinom natrijevog hipohlorita. Rukavice za jednokratnu upotrebu treba odbaciti nakon svake upotrebe. Prije i nakon uklanjanja rukavica operite ruke.
- Rukavice, maske i drugi otpad koji nastaje tokom kućne njege oboljelog treba staviti u vrećicu u kantu za smeće s poklopcem u bolesničkoj sobi prije nego što se odloži kao infektivni otpad.
- Izbjegavajte druge vrste izlaganja kontaminiranim predmetima iz neposrednog okruženja pacijenta (npr. nemojte dijeliti četkice za zube, cigarete, pribor za jelo, posuđe, pića, ručnike, krpe ili posteljinu).
- Kad zdravstveni radnici pružaju njegu u kući, koristiti odgovarajuću osobnu zaštitnu opremu i slijediti mjere opreza.