

Poučení pro pacienty se suspektní nebo potvrzenou nákazou COVID-19 v domácí izolaci

V případě, že u Vás bylo vysloveno podezření na možnou nákazu onemocněním COVID-19 nebo u Vás byla tato infekce zjištěna, ale Váš zdravotní stav nevyžaduje pobyt v nemocnici a bylo rozhodnuto o domácí izolaci, je nezbytně nutné, abyste Vy a členové Vaší domácnosti důsledně dodržovali následující opatření:

- Umístěte pacienta samostatně do dobře větratelné místnosti.
- Omezte pohyb pacienta po bytě a ve společně používaných prostorech.
- Členové domácnosti se zdržují v jiné místnosti.
- V případě kontaktu setrvávejte ve vzdálenosti alespoň 2 metry od nemocného.
- Omezte počet osob, starajících se o pacienta. Ideálně určete jednu osobu, v dobrém klinickém stavu a bez chronického onemocnění nebo oslabené imunity.
- Návštěvy v bytě nejsou dovoleny do kompletního uzdravení a vymizení příznaků onemocnění a dokud k nim nevydá souhlas příslušný hygienik.
- Po kontaktu s pacientem a s jeho bezprostředním okolím si vždy důkladně umyjte, osušte a dezinfikujte ruce. Totéž je třeba provést vždy před přípravou jídla, před konzumací jídla, po použití toalety a také tehdy, když jsou ruce viditelně znečištěny.
- V případě mytí rukou vodou a mýdlem používejte jednorázové papírové ručníky. Pokud takové nemáte k dispozici, vyměňujte látkové ručníky nejméně jednou denně.
- Pacient používá ústenku (roušku) i látkové a nosí ji v maximální možné míře. Pokud ji nemá nasazenu, zakryje si během kýchání nos a ústa jednorázovým kapesníkem. Použité kapesníky vyhazujte, v případě látkových vyperte za použití detergentu a vysoké prací teploty (60-90°C).
- Pokud pečujete o nemocného, noste v místnosti s pacientem pevně nasazenou roušku, která zakrývá nos a ústa. Během používání se této roušky nedotýkejte, nebo s ní nemanipulujte. V případě zvlhnutí nebo znečištění roušky ji neprodleně vyměňte za novou. Roušku je třeba sundávat náležitou technikou, nesať na přední stranu, sejmout ji pomocí lemu zezadu. Po sejmutí roušku ihned zahodte a proveďte hygienu rukou.
- Zamezte přímému kontaktu s tělními tekutinami pacienta, zejména se sekrety dutiny ústní a dýchacího traktu a se stolicí. V případě péče o dýchací cesty, manipulaci se stolicí, močí a odpadem používejte jednorázové rukavice a ústenku. Splachování toalety provádí pacient i osoby pečující vždy se sklopeným víkem. Před a po použití rukavic a ústenky proveďte hygienu rukou.
- Ústenky a rukavice nepoužívejte opakovaně.
- Pro potřebu pacienta používejte vyčleněné prádlo a jídelní nádobí, které je po použití nutno umýt / vyprat za použití detergentu.
- Denně proveďte čištění a dezinfekci povrchů v okolí pacienta, jako jsou noční stolek, rám postele a další vybavení pokoje. Nejprve je umyjte běžným domácím čistícím prostředkem, následně dezinfikujte například 0,5% roztokem chlornanu sodného (Savo apod., v souladu s návodem na použití).
- Stejným způsobem alespoň jednou denně umyjte a vydezinfikujte povrchy v koupelně a na toaletě.
- Použité textilie by měly být uloženy v pytlíku na prádlo. Prádlo neroztřepávejte a při manipulaci s ním použijte jednorázové rukavice. Oblečení, ložní prádlo a ručníky perete za použití běžných pracích prostředků při teplotě 60-90°C a pečlivě usušete.
- Při manipulaci s prádlem, čištění a úklidu používejte rukavice a ochranné oděvy (plastová zástěra). Úklidové rukavice se po umytí mýdlem a dezinfekcí v 0,5% chlornanu sodném (např. Savo) mohou znovu použít. Rukavice na jedno použití (nitrilové, vinylové) po použití vyhodte. Po sundání rukavic proveďte umytí, osušení a dezinfekci rukou.

- Rukavice, ústenky a další odpad vzniklý při péči o pacienta vyhazujte do igelitového pytle na odpady umístěného do uzavřeného odpadkového koše v pokoji nemocného. Tento pytel jednou denně vynášejte do popelnice s komunálním odpadem.
- Vyhněte se i jinému kontaktu s předměty z bezprostředního okolí pacienta: nesdílejte pomůcky osobní hygieny jako kartáček na zuby, cigarety, příbory, nádobí, nápoje, ručníky, žínky, povlečení a podobně.
- Pokud je zajištěna zdravotnická domácí péče, osoba, která ji poskytuje, by měla zvolit vhodné osobní ochranné pomůcky na základě zhodnocení rizika a dodržet opatření k zamezení přenosu kapénkami a kontaktem.

Karanténa je preventivní opatření, kdy je cílem omezit šíření infekční nemoci. Osoby s karanténou se nesmějí volně pohybovat po FN HK.

MUDr. Michal Hudík

lékařský náměstek FN HK

Hradec Králové, 10. března 2020