

INFECȚIA CU CORONAVIRUS (COVID-19)

CUM SĂ ÎNGRIJIȚI LA DOMICILIU O PERSOANĂ CU COVID-19: SFATURI PENTRU ÎNGRIJITORI



Dacă îngrijiți o persoană diagnosticată cu COVID-19, urmați aceste sfaturi pentru a vă proteja pe dvs. și alte persoane din casa dvs., precum și persoanele din comunitatea dvs.

Limitați contactul

- ▶ O singură persoană sănătoasă trebuie să ofere îngrijiri.
- ▶ Nu împărtășiți obiecte personale cu persoana bolnavă, cum ar fi prosoapele, așternuturile, ustensilele sau dispozitivele electronice.
- ▶ Utilizați o baie separată față de persoana bolnavă, dacă este posibil. Dacă nu este posibil, persoana bolnavă trebuie să închidă capacul vasului de toaletă înainte de a trage apa.

Protejați-vă

- ▶ Dacă este posibil, persoanele care se află la risc de boală gravă cu COVID-19, nu trebuie să îngrijească o persoană care suferă de COVID-19. Aceste persoane includ vârstnicii, persoanele cu afecțiuni medicale cronice (de ex. boli cardiace, diabet) sau cu sisteme imunitare compromise
- ▶ Dacă trebuie să vă aflați la o distanță mai mică de 2 metri de o persoană bolnavă, mănuși de unică folosință și **protecție pentru ochi**.
- ▶ Purtați mănuși de unică folosință atunci când atingeți persoana bolnavă, mediul acesteia și obiectele sau suprafețele contaminate.
- ▶ Nu reutilizați masca sau mănușile.
- ▶ Curățați-vă mâinile des, timp de cel puțin 20 de secunde, în special după contactul cu persoana bolnavă și după îndepărtarea mănușilor, măștilor și protecției pentru ochi.
- ▶ Uscați-vă mâinile folosind prosoape de hârtie de unică folosință. Dacă nu sunt disponibile, folosiți un prosop reutilizabil și înlocuiți-l atunci când devine ud.
- ▶ Puteți, de asemenea, îndepărta murdăria folosind o lavetă umedă și apoi utilizând un dezinfectant de mâni pe bază de alcool.
- ▶ Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura, cu mâinile nespălate

Mențineți-vă mediul curat

- ▶ Plasați măștile, mănușile și alte obiecte contaminate într-un recipient închis ermetic, securizați conținutul și eliminați-l împreună cu alte deșeuri casnice.
- ▶ Plasați îmbrăcămintea posibil contaminată într-un recipient din plastic și nu îl agitați. Spălați folosind săpun de rufe obișnuit și apă fierbinte (60-90°C) și uscați bine. Îmbrăcămintea și așternuturile persoanei bolnave pot fi spălate împreună cu alte rufe.
- ▶ Cel puțin o dată pe zi, folosiți dezinfectante de uz casnic sau înălbitor diluat (o parte înălbitor și 9 părți apă), pentru a curăța și dezinfecta suprafețele care sunt atinse frecvent (de ex. vase de toaletă, recipiente pentru rufe, noptiere, clanțele ușilor, telefoane și telecomenzi). Curățați ecranele tactile folosind lavete cu 70% alcool.

Monitorizați-vă simptomele

- ▶ Dacă ați utilizat întotdeauna precauțiile recomandate, atunci monitorizați-vă simptomele timp de 14 zile după ultimul contact cu persoana bolnavă.
- ▶ Dacă ați avut contact direct cu lichidele corporale ale persoanei bolnave (de ex. dacă a tușit sau strănutat când nu ați purtat mască), contactați **Autoritatea de Sănătate Publică** pentru instrucțiuni ulterioare.
- ▶ Dacă dezvoltăți simptome, izolați-vă imediat ce este posibil și contactați **Autoritatea de Sănătate Publică** pentru instrucțiuni ulterioare.



Păstrați aceste provizii

- Măști chirurgicale/intervenționale (a nu se reutiliza)
- Protecție pentru ochi
- Mănuși de unică folosință (a nu se reutiliza)
- Prosoape de hârtie de unică folosință
- Șervețele
- Recipient pentru deșeuri cu capac din plastic
- Termometru
- Medicație pentru reducerea febrei, eliberată fără prescripție medicală (de ex. ibuprofen sau acetaminofen)
- Apă curentă
- Săpun de mâini
- Dezinfectant de mâini pe bază de alcool, cu cel puțin 60% alcool
- Detergent de vase
- Săpun de rufe obișnuit
- Produse de curățare de uz casnic obișnuite
- Înălbitor (hipoclorit de sodiu 5%) și un recipient separat pentru diluare (o parte înălbitor și nouă părți apă)
- Lavete cu alcool



**CU TOȚII NE PUTEM
ADUCÉ CONTRIBUȚIA
ÎN PREVENIREA
RĂSPÂNDIRII COVID-19.
PENTRU MAI MULTE
INFORMAȚII, VIZITAȚI**

Canada.ca/le-coronavirus
sau contactați
1-833-784-4397

