

## MODULO 7

### ISOLAMENTO DOMICILIARE: QUANDO E CHI LO DISPONE?

#### CHE FARE IN CASO VENGA ATTIVATO.

#### MISURE IPC DA ADOTTARE NELL'ASSISTENZA DI PERSONE IN ISOLAMENTO

Nel modulo 6 è stato spiegato in quali casi è opportuno mettere in atto un isolamento domiciliare. Come detto, è responsabilità di ognuno allertare le autorità sanitarie (medico di base o numero verde regionale per il Covid19) nel caso in cui compaiano sintomi riconducibili al COVID19 oppure in caso siamo a conoscenza di essere stati a contatto con qualcuno risultato positivo al tampone nasofaringeo. Sarà poi il medico di base, sulla base della valutazione del nostro stato clinico e della nostra storia di esposizione, a decidere se sono necessari dei test diagnostici e se l'isolamento andrà proseguito.

Alcune regioni hanno attivato delle **Unità Speciali di Continuità Assistenziale** (USCA o USCAR) che supportano i medici di base nel monitoraggio e nel follow up delle persone in isolamento domiciliare. È possibile che esse vengano coinvolte nella gestione del nostro caso.

#### **1. IN COSA CONSISTE L'ISOLAMENTO DOMICILIARE?**

Esso ha lo scopo di evitare che possiamo esporre al contagio altre persone nel momento in cui siamo noi stessi infettivi (se sintomatici), o nella fase in cui potremo esserlo pur non avendo ancora sviluppato sintomi (se siamo stati in contatto stretto con una persona positiva ma siamo asintomatici).

La persona in isolamento deve:

- **RIMANERE A CASA** per il tempo concordato con il MMG ed evitare i contatti sociali. Se vivi nella stessa casa della persona che assisti, rimani nella tua stanza ed evita il più possibile i contatti. Se ad esser posta in isolamento è la persona che assisti, che non può essere lasciata da sola perché non autonoma, ricordati di utilizzare tutti i DPI del caso (vedi modulo apposito) ogni volta che entri in contatto con lei.
- Se possibile, **STARE IN UNA STANZA SEPARATA ED UTILIZZARE UN BAGNO DIVERSO** da quello dei conviventi.
- **EVITARE IL CONTATTO CON ANIMALI DOMESTICI** (se si vive soli è consentito): essi possono infatti diventare veicolo di trasmissione per i conviventi.
- **MANTENERE CONTATTI TELEFONICI** con amici e familiari. Questo aiuterà ad affrontare serenamente le due settimane in solitudine e rappresenterà una rete di supporto in caso di bisogno di aiuto.
- **CHIEDERE ed OFFRIRE AIUTO** per le necessità quali spesa o farmaci: se siamo noi ad essere in isolamento, chiediamo aiuto a un familiare o a un amico per evitare di uscire. Se in isolamento è la persona che assistiamo, dovremo continuare ad offrire aiuto ed assistenza pur proteggendoci adeguatamente (vedi modulo sui DPI e loro corretto utilizzo).
- **MISURARE LA TEMPERATURA AL MATTINO E ALLA SERA:** in caso di peggioramento, sintomi o febbre avisare subito il MMG. È importante ricordare che i sintomi o un eventuale peggioramento clinico possono essere mascherati in persone con condizioni mediche già scadute e con patologie preesistenti. È necessario fare attenzione a qualunque cambiamento dello stato abituale della persona assistita.

- **INDOSSARE UNA MASCHERINA CHIRURGICA IN PRESENZA DI ALTRE PERSONE** e chiedere a loro di fare lo stesso (da cambiare ogni 3 –max 12-ore e smaltire adeguatamente)
- **MANTENERE LA DISTANZA DI UN METRO** in tutti i contatti con le altre persone
- **ARIEGGIARE REGOLARMENTE LE STANZE**
- **OSSERVARE ADEGUATA IGIENE RESPIRATORIA:** starnutire in un fazzoletto di carta (o in alternativa nella piega del gomito se non se ne ha uno a portata di mano) da smaltire subito dopo in una pattumiera dedicata. Lavare le mani.
- **GETTARE RIFIUTI POTENZIALMENTE CONTAMINATI** (come i fazzoletti, le mascherine usate...) **SEPARATAMENTE E LAVARE LE MANI**
- **LAVARE LE MANI** dopo aver tossito, starnutito, utilizzato il bagno, maneggiato i vestiti sporchi, più volte al giorno, con acqua e sapone (per almeno 60 secondi) o con una soluzione idroalcolica (con almeno il 60% di alcol), strofinando le mani per almeno 20 secondi.
- **NON UTILIZZARE IN MODO PROMISCUO OGGETTI PERSONALI:** asciugamani, lenzuola, spazzolino, stoviglie devono essere individuali e non condivisi.
- **IGIENE SCRUPOLOSA DELLE STANZE IN CUI SI ALLOGGIA** (almeno una volta al giorno, le superfici di contatto frequente devono essere lavate con una soluzione a base di candeggina o alcool 70%). E' opportuno rimuovere prima possibile dall'ambiente qualunque materiale biologico potenzialmente contaminato (muco, saliva, vomito, feci..) e, nel maneggiare oggetti contaminati, adottare tutte le precauzioni del caso vedi modulo su DPI e loro utilizzo).
- **OSSERVARE IGIENE SCRUPOLOSA SE SI CONDIVIDE IL BAGNO CON ALTRI: disinfettare tutte le superfici con cui si entra a contatto prima e dopo l'uso. Lavare le mani quando si è finito.**

## **2. COSA DEVO FARE SE ASSISTO UNA PERSONA MALATA DI COVID-19?**

**CHI ASSISTE UNA PERSONA MALATA** deve usare DPI (vedi il modulo apposito riguardo ai DPI e alle situazioni in cui utilizzarli) e smaltirli in modo adeguato!

**NON INTERROMPERE MAI LA QUARANTENA SENZA LA CONFERMA DEL MMG:** nel caso di un tampone positivo precedente, esso dovrà essere ripetuto dopo la scomparsa dei sintomi, e se negativo, confermato da un terzo tampone a distanza di 24 ore dal precedente. Se il tampone non è mai stato effettuato, sarà prudente osservare l'isolamento per un certo tempo dopo la scomparsa dei sintomi (sarà il medico di base a dire per quanto tempo).

**In casi di esposizione ma senza conferma di infezione (contatto stretto di caso) l'isolamento andrà osservato per 14 giorni dall'ultimo contatto.** Sarà comunque il medico di base a confermarci che l'isolamento potrà essere interrotto.