

VADEMECUM PER LA PERMANENZA FIDUCIARIA DOMICILIARE

Alcune precauzioni da seguire durante la permanenza presso il domicilio:

- 1) utilizza una stanza dedicata, eliminando il contatto con persone e animali che abitano in casa. Se disponibile usa un bagno separato o in alternativa sanificare e areare il bagno dopo ogni utilizzo. Evita di ricevere persone a casa.
- 2) se vieni a contatto con gli altri membri della casa indossa una mascherina chirurgica.
I bambini sotto i 6 anni di età e le persone con difficoltà respiratorie non utilizzano le mascherine: in questi casi le mascherine devono essere utilizzati dai contatti stretti.
- 3) usa i fazzolettini usa e getta per soffiarti il naso, tossire o espettorare ed eliminali in un sacchetto a parte e poi butta il sacchetto nel cestino dotato a sua volta di sacchetto.
- 4) lavati sovente le mani specialmente dopo che hai tossito e/o starnutito, o sei stato in bagno, oppure hai avuto contatto con rifiuti. Il lavaggio delle mani va fatto con acqua calda e sapone contando almeno fino a 20. Lavarsi le mani elimina il virus. Non toccarti gli occhi e/o il naso e/o la bocca con le mani non lavate o disinfettate con il gel idroalcolico.
- 5) apri le finestre. Assicurati che ci sia un buon ricambio d'aria nella tua stanza ed in casa. apri le finestre per 5-10 minuti ogni due ore circa.
- 6) fai attenzione agli utensili. Non condividere piatti, bicchieri, tazze, utensili da cucina, asciugamani o biancheria da letto con altre persone o animali domestici in casa. Questi articoli, andranno lavati con acqua e sapone dopo essere stati utilizzati.
- 7) pulisci ogni giorno le superfici con cui viene a contatto o "high-touch" utilizzando acqua e comuni detergenti. Per la decontaminazione, si raccomanda l'uso di ipoclorito di sodio 0,1% (candeggina) dopo la pulizia. Per le superfici che possono essere danneggiate dall'ipoclorito di sodio, utilizzare alcol al 70% dopo pulizia con un detergente neutro.
- 8) rileva la temperatura corporea 2 volte al giorno
- 9) qualora dovessero comparire sintomi come febbre, tosse, mal di gola e difficoltà respiratorie non recarti in pronto soccorso, ma telefona al tuo medico di famiglia oppure contatta il 112, e avvisaci sempre.