

Recomanacions per a l'aïllament respiratori domiciliari

Les persones que pateixin una infecció, que requereixin d'aïllament respiratori i que es tractin al seu domicili cal que apliquin de forma efectiva les mesures de protecció adequades amb l'objectiu bàsic de limitar la transmissió de la malaltia.

Recomanacions per a les persones afectades que romanen al seu domicili

- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús en tossir i esternudar, i rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb productes preparats amb base alcohòlica i emol·lients, especialment després d'haver tossit o esternudat sobre les mans.
- Vigilar l'aparició de signes d'alerta (febre alta, empitjorament de l'estat general..) que podrien indicar la necessitat d'atenció mèdica.
- Sempre que sigui possible, la persona malalta hauria d'estar:
 - en una habitació individual (no ha de compartir l'habitació amb cap altra persona), separada de les àrees comunes del domicili (per exemple, en un dormitori amb bany propi, si és possible) i amb la porta tancada.
 - l'habitació ha de tenir ventilació directa de l'exterior.
- És recomanable que la persona malalta no comparteixi el bany amb ningú: si no és possible, cal extremar les mesures de neteja i desinfecció del bany amb lleixiu després de cada ús.
- Excepte si cal atenció mèdica, la persona malalta no hauria de sortir del domicili si té febre o durant el període en què és més probable la transmissió de la malaltia.
- Si ha de sortir del domicili, ha de portar mascareta quirúrgica.
- Evitar el contacte proper amb altres persones. Si necessita estar en àrees comunes del domicili o a prop d'altres persones, el malalt ha de portar mascareta quirúrgica.

Recomanacions per les persones que conviuen amb la persona afectada

- La persona malalta no hauria de rebre visites.
- Si és possible, el cuidador principal del malalt ha de ser una sola persona. Idealment, hauria de ser una persona que no presenti factors que incrementin el risc de contagi de la malaltia (totes les persones que no han patit la malaltia o que no n'han estat immunitzades, dones embarassades..)
- Totes les persones que estan en contacte amb la persona afectada han d'extremar les mesures de precaució: han de rentar-se de mans amb sabó de manera freqüent i han de fer-ho cada vegada que entren en contacte amb la persona afectada, la seva habitació i el seu bany.
- Utilitzar tovalloles de paper després del rentar-se les mans. Si les tovalloles són de roba, cada persona n'ha d'utilitzar una de diferent i han de ser clarament identificables.

- Mantenir una bona ventilació de les àrees compartides del domicili.

Recomanacions generals per a la neteja

- Llençar els mocadors i altres objectes d'un sol ús utilitzats per la persona afectada, i cal rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb productes preparats amb base alcohòlica i emol·lients després d'haver-hi entrat en contacte.
- Utilitzar lleixiu per netejar les superfícies, especialment les tauletes de nit i el bany.
- No cal netejar separatament els llençols i els plats i coberts utilitzats per la persona afectada, però és important no compartir-los si abans no han estat netejats adequadament.