სახელმძღვანელო პაციენტებისთვის, რომლებიც სახლის პირობებში გადიან მკურნალობას

მდგომარეობის მონიტორინგი

- გაიზომეთ ტემპერატურა დღეში ორჯერ.
- მდგომარეობის გაუარესების შემთხვევაში დაუკავშირდით ოჯახის ექიმს. თუ ოჯახის ექიმი მიუწვდომელია დარეკეთ 15-ზე (SAMU-სამედიცინო დახმარება).

იზოლაცია

- ადამიანი იზოლირებული უნდა იყოს კარგად ვენტილირებად ოთახში; სხვა პირებთან კონტაქტი უნდა იყოს მინიმალური; მნიშვნელოვანია დანარჩენი საცხოვრებელი ფართის დაბინძურების (კონტამინაციის) თავიდან აცილება.
- აღნიშნული ოთახი და დანარჩენი საცხოვრებელი ფართი კარგად უნდა განიავდეს დღეში სამჯერ.
- თუ სახლში/ბინაში ერთზე მეტი სველი წერტილია, ერთი უნდა დაეთმოს მხოლოდ პაციენტს. თუ საპირფარეშო საზიაროა აუცილებელია მკაცრი ჰიგიენური ზომების დაცვა (ხშირი გაწმენდა ქლორით ან სადეზინფექციო საშუალებებით).
- უსაფრთხო სოციალური დისტანციის დაცვა.
- დაიცავით 2 მეტრიანი დისტანცია და თავიდან აიცილეთ პირდაპირი ფიზიკური კონტაქტი. ასევე, მაქსიმალურად მოერიდეთ მაღალი რისკის მატარებელ პირებთან კონტაქტს (ორსული ქალები, ქრონიკული დაავადებების მქონე ადამიანები და ხანდაზმულები).

ხელების დაბანა

- დაიმუშავეთ ხელები სპეციალური სადეზინფექციო საშუალებით (განსაკუთრებით ხელის სახეზე მიტანამდე) და სულ მცირე 20 წამის განმავლობაში დაიბანეთ საპნით 4-6-ჯერ დღეში. შეიზილეთ საპონი და გაიხეხეთ თითებს შორის სივრცეები, დაიმუშავეთ მიდამოები მაჯებამდე.

შეხება ზედაპირებთან

- დაბინძურება გარკვეული ზედაპირებიდან უფრო მარტივად გადაეცემა, რის გამოც აუცილებელია მსგავსი ზედაპირების რეგულარული დეზინფექცია (სმარტფონები, კარების სახელურები...).

მითითებები სარეცხთან და თეთრეულთან დაკავშირებით

- პაციენტმა შეძლებისდაგვარად დამოუკიდებლად უნდა მოუაროს საკუთარ სარეცხს. არ დაფერთხოთ სარეცხი ან თეთრეული.
- მოათავსეთ სარეცხი უშუალოდ სარეცხ მანქანაში - არ შეინახოს სარეცხი სხვა ადგილას და არ ჩადოთ სარეცხის კალათში.
- გარეცხეთ პაციენტის თეთრეული სარეცხ მანქანაში 60°C-ზე სულ მცირე 30 წუთიანი რეჟიმით.

იატაკების დასუფთავება

- იატაკებისა და ზედაპირების დასუფთავებისთვის მიჰყევით ქვემოთ მოცემულ ინსტრუქციებს:
    - არ გამოიყენოთ მტვერსასრუტი (აღნიშნულმა შესაძლოა გამოიწვიოს აეროზოლის გაფანტვა).
    - იატაკებისა და ზედაპირების დასასუფთავებლად გამოიყენეთ გამწმენდ საშუალებაში ამოვლებული ერთჯერადი საწმენდები (ჩვრები).
    - გაწმენდის შემდეგ მოუსვით იატაკს წყალში დასველებული და გაწურული ერთჯერადი საწმენდი ჩვარი.
    - დააცადეთ იატაკს გაშრობა.
    - იატაკებისა და ზედაპირების დეზინფექციისთვის გამოიყენეთ 0.5%-ზე გაზავებული ქლორი (2.6%-იანი 1 ლიტრი ქლორი 4 ლიტრ წყალზე).