

## ข้อปฏิบัติสำหรับผู้ป่วย ที่รับการรักษาวงศ์ในบ้าน

ดูแลติดตามสุขภาพของตนเอง

- วัดอุณหภูมิร่างกายวันละ 2 ครั้ง
- กฎปฏิบัติ - ถ้าสภาพทั่วไปของร่างกายเลวลง ให้โทรศัพท์ถึงแพทย์ประจำ หรือในกรณีติดต่อแพทย์ไม่ได้ ให้โทรศัพท์ เรียก SAMU - Centre 15

การเก็บตัวอยู่ในบ้าน

- ให้เก็บตัวอยู่ในห้องที่กำหนดไว้เป็นพิเศษ \* ห้องนี้จะต้องให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก จุดประสงค์คือให้ลดการติดต่อสัมผัสระหว่างบุคคลอื่นให้น้อยที่สุด และจำกัดการแพร่กระจายเชื้อไปยังพื้นผิวส่วนอื่นๆ ในบ้าน ห้องนี้และส่วนอื่นของที่พักจะต้องได้รับการเปิดถ่ายเทอากาศวันละสามครั้ง \* ถ้าในบ้านมีห้องส้วมหลายแห่ง ให้กำหนดห้องหนึ่งให้ผู้ป่วยโดยเฉพาะ ในกรณีที่ต้องใช้ห้องส้วมร่วมกับผู้อื่น ต้องปฏิบัติตามกฎอนามัยอย่างเคร่งครัด (ล้างด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อคลอรีน – Eau de Javel หรือ ทิชชูเปียกชุบยาฆ่าเชื้อ)
- รักษาระยะห่างปลอดภัย
- ต้องระวังอยู่ห่างจากผู้อื่นสองเมตร งดการติดต่อกันโดยตรง \* หลีกเลี่ยงการติดต่อใดๆ ทั้งสิ้นกับบุคคลในสถานะเสี่ยง (หญิงมีครรภ์- ผู้มีโรคประจำตัว-คนสูงอายุ)

การล้างมือ

- ให้ล้างมือด้วยความระมัดระวังอย่างยิ่ง โดยปฏิบัติตามกฎอนามัย ถูมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ (โดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนที่จะเอามือไปแตะหน้า) และล้างด้วยน้ำและสบู่ 4 ถึง 6 ครั้งภายใน 24 ชั่วโมง

พื้นผิวที่จับต้อง

- พื้นผิวจับต้องบางแห่งที่อาจเป็นแหล่งสะสมของการติดต่อของเชื้อ ต้องได้รับการฆ่าเชื้อสม่ำเสมอ (สมาร์ทโฟน - ลูกบิดประตู...)

ข้อเสนอแนะสำหรับเสื้อผ้าและผ้าปูที่นอน

- เตาที่จะเป็นไปได้ คนป่วยควรจัดการสิ่งเหล่านี้ด้วยตนเอง
- อย่าสับัดเสื้อผ้าหรือผ้าปูที่นอน

- เคลื่อนย้ายผ้าปูที่นอนและเสื้อผ้าไปยังเครื่องซักผ้า โดยห้ามหยุดพักวางไว้ระหว่างทางในบ้านก่อนถึงเครื่องซักผ้า
- ซักผ้าปูที่นอนและเสื้อผ้าของผู้ป่วยด้วยโปรแกรม สำหรับ 60 องศา เป็นเวลานานอย่างน้อย 30 นาที

## การล้างพื้น

- ให้ปฏิบัติตามข้อแนะนำต่อไปนี้ เพื่อการชำระล้างสิ่งมีชีวิตที่พื้น และตามพื้นผิว
  - อย่าใช้เครื่องดูดฝุ่นทำความสะอาดพื้น (ที่อาจทำให้เกิดการลอยในอากาศของฝุ่น)
  - ทำความสะอาดพื้นด้วยแผ่นทำความสะอาดประเภทใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง ที่ชุบเปียกด้วยน้ำยาล้าง
  - ล้างพื้นด้วยน้ำประปา โดยใช้แผ่นทำความสะอาดอีกแผ่นหนึ่ง
  - ทิ้งให้แห้ง
  - ต่อกจากนั้นให้ฆ่าเชื้อที่พื้น และบนพื้นผิวต่างๆด้วยน้ำยาคลอรีน (eau de Javel) ละลายอัตรา 0.5 % (น้ำยาคลอรีน 2.6 % หนึ่งลิตร ต่อ น้ำ 4 ลิตร)