

הנחיות לחולה בנגיף הקורונה 2019 השווה במעקב ביתי

ניידות

- ככלל אין לצאת מהבית.
- יש לשהות בחדר נפרד מאוורר היטב עם דלת סגורה.
- יציאה מהחדר תהיה רק לצורך פעולות הכרחיות ולזמן קצר ככל הניתן, תוך כדי כיסוי הפה והאף (עדיפות למסכת אף-פה).
- במידה וכל בני הבית נדרשים לבידוד, אין כל מגבלות מיוחדות בתוך הבית.
- אין להכניס מבקרים לבית.

שמירה על היגיינה

- הקפידו לרחוץ / לחט את הידיים כמה שיותר. יש לשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי לפני ואחרי הכנת אוכל, לפני אכילה ולפני ואחרי שימוש בשירותים.
- במידה ועל הידיים יש לכלוך נראה לעין, יש להעדיף שטיפה במים וסבון על פני חומר חיטוי.
- עדיף להשתמש בנייר חד-פעמי לייבוש הידיים.
- במידת האפשר, יש להשתמש בשירותים נפרדים.
- יש להקפיד על כיסוי הפה והאף בעת עיטוש או שיעול, בעדיפות אל תוך מטפחת חד פעמית או מרפק מכופף. זאת על מנת למנוע את פיזור הנגיף.
- מיד לאחר מכן, לשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי.

הנחיות לבני בית של מטופל הנמצא בבידוד ביתי

- יש להימנע מכניסה לחדר הבידוד
- בכניסה לחדר הבידוד יש לכסות את הפה והאף, בעדיפות עם מסכת פה-אף אך אפשר להשתמש גם בבד.
- אין לגעת במסכה בזמן השימוש.
- בעת היציאה מהחדר, יש להסיר את המסכה, להשליכה לשקית סגורה, ולשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי.
- מומלץ להשתמש בכפפות חד פעמיות בכל מגע עם המבודד וסביבת חדר הבידוד כולל משטחים, בגדים או מצעים מלוכלכים.
- מומלץ להימנע ישיר עם נזולי הגוף, ובמיוחד הפרשות מהפה, דרכי הנשימה שתן וצואה של המבודד.
- יש לשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי אחרי כל מגע עם המבודד או עם סביבתו המידית, לפני אכילה ואחרי שימוש בשירותים.
- יש להעדיף שטיפה במים וסבון על פני חומר חיטוי במידה ועל הידיים יש לכלוך נראה לעין.
- יש לנקות ולחטא כל יום משטחים כגון שולחן ליד המיטה, מסגרת המיטה והריהטים נוספים בחדר הבידוד עם חומר חיטוי ביתי רגיל) על בסיס כלור או אלכוהול (לפחות 70%). בזמן הנקייה יש ללבוש כפפות, מסכה וסניור/ חלוק מעל הבגדים
- כביסה- יש לאחסן את כל כביסת המבודד בשקית ייעודית בחדר הבידוד עד למועד הכביסה. הכביסה תעשה עם סבון כביסה רגיל. בתכנית של לפחות 65 מעלות צלזיוס. יש להחליף מצעים וכביסה לפחות פעמים בשבוע.
- מוצרים חד פעמיים כגון כפפות, מוחסות אף, מסכות וכל פסולת אחרת יש להשליך לתוך שקית ייעודית בחדר הבידוד. יש לסגור היטב את השקית לפני הפינוי לפח האשפה.
- יש להימנע משימוש משותף עם המבודד בחפצים העלולים להעביר את הנגיף, כגון: מברשת שיניים, סיגריות, כלי אוכל, מגבות, מצעים וכד.
- ניקוי כלי אוכל- ניתן לשטוף כלי אוכל במים וסבון כלים. מומלץ לשטוף במדיח כלים בטמפ' של לפחות 65 מעלות צלזיוס. יש להקצות סט כלים יעודי.

איך נכון לשטוף ידיים?

ריחצו ידיים כשמתלכללת! במקרים אחרים, ניתן להשתמש בנוזל חיטוי

זמן מומלץ: 40-60 שניות

