



### **Betreuung im häuslichen Umfeld von Personen in Quarantäne/Treuhandaufenthalt zu Hause und Patienten mit einer bestätigten Infektion mit SARS-CoV-2**

Ihr Gesundheitszustand erlaubt es Ihnen, nach Hause entlassen zu werden und/oder zu Hause zu bleiben. Wir ersuchen Sie jedoch bestimmte Verhaltensregeln zu beachten, um Ihr näheres Umfeld zu schützen:

#### **Täglich anzuwendende Verhaltensweisen in der häuslichen Isolation:**

- Trinken Sie bitte ausreichend und nehmen Sie leichte Nahrung zu sich.
- Halten Sie sich in einem gut gelüfteten Einzelzimmer auf (auch während der Mahlzeiten).
- Messen Sie zweimal täglich (um 08.30 Uhr und um 16.00 Uhr) immer zur selben Uhrzeit, mit demselben Fiebermesser und am selben Ort Ihre Körpertemperatur. Die periodische Überwachung wird durch den Dienst für Hygiene und Öffentliche Gesundheit durchgeführt.
  - Im Falle neuer Symptome oder wesentlicher Veränderungen informieren Sie sofort Ihren Arzt für Allgemeinmedizin/Kinderarzt freier Wahl oder den Mitarbeitern des Dienste für Hygiene und Öffentliche Gesundheit.
  - Sollte sich Ihr Gesundheitszustand verschlechtern (Atembeschwerden, allgemeines Unwohlsein), rufen Sie bitte den 112er Dienst an.

#### **Wenn Sie allein wohnen:**

- Begrenzen Sie die Sie betreuenden Personen auf ein Minimum. Beauftragen Sie damit, wenn möglich, eine gesunde Person ohne Vorerkrankung. Vermeiden Sie Besuche anderer Personen.
- Lassen Sie sich Lebensmittel sowie andere unverzichtbare Produkte wie z.B. Medikamente vor die Haustür liefern

#### **Wenn Sie mit anderen Personen im gleichen Haushalt leben:**

- Halten Sie sich in einem gut gelüfteten Einzelzimmer auf (auch für die Mahlzeiten). Falls das nicht möglich sein sollte, halten Sie einen Mindestabstand von 1m zu Personen (z.B. in einem separaten Bett schlafen) ein.
- Halten Sie sich so wenig wie möglich in gemeinsam genutzten Räumen (z.B. das Bad) auf. Sorgen Sie dafür, dass diese gut gelüftet sind (z.B. das Fenster geöffnet halten).
- Vermeiden Sie den eventuellen Kontakt mit

### **Assistenza domiciliare per persone in quarantena/permanenza domiciliare fiduciaria e pazienti con confermata infezione da SARS-CoV-2**

Le Sue condizioni di salute le permettono di essere dimessa/dimesso e di tornare al Suo domicilio, tuttavia La invitiamo a seguire le seguenti regole comportamentali per l'isolamento domiciliare:

#### **Comportamenti da adottare quotidianamente:**

- Beva adeguatamente e mangi cibi leggeri.
- Permanga in una stanza singola ben ventilata (anche per i pasti).
- Misuri la febbre due volte al giorno (ore 8:30 e ore 16:00) sempre alla stessa ora, con lo stesso termometro e nella stessa sede. Il monitoraggio quotidiano è a carico del Servizio Igiene e Sanità Pubblica
  - In caso di insorgenza di nuovi sintomi o cambiamenti significativi, informi il Suo Medico di Medicina generale/Pediatria di Libera scelta o l'operatore del Servizio Igiene e Sanità Pubblica.
  - Qualora il Suo stato di salute dovesse peggiorare (difficoltà respiratorie, malessere generale) chiamare il 112.

#### **Se vive da sola/solo:**

- limiti il numero di persone che l'assistono, possibilmente chiedere l'assistenza ad una persona in buona salute senza condizioni di rischio. Evitare le visite di altre persone.
- Si faccia consegnare a domicilio generi alimentari e prodotti di prima necessità (es. farmaci etc.).

#### **Se vive con altre persone:**

- Rimanga in una stanza singola ben ventilata (anche per i pasti) se ciò non è possibile, mantenere una distanza di almeno 1 m. dai conviventi (ad es. dormire in un letto separato).
- Riduca al minimo il Suo movimento negli spazi condivisi. Si assicuri che gli spazi condivisi (ad es. bagno) siano ben ventilati (ad es. tenere le finestre aperte)
- Eviti l'eventuale esposizione ad oggetti

kontaminierten Gegenständen (z.B. vermeiden Sie die gemeinsame Benutzung von Zahnbürsten, Zigaretten, Küchenutensilien, Geschirr, Getränken, Handtüchern, Servietten oder Leintüchern).

#### **Wann und wie wird die chirurgische Mundschutzmaske benutzt:**

- Die Sie betreuende Person muss eine gutschitzende chirurgische Mundschutzmaske tragen, wenn sie sich mit Ihnen im selben Raum aufhält.
- Wenn Sie mit anderen Personen in Kontakt treten, tragen Sie eine gutschitzende chirurgische Mundschutzmaske.
- Die chirurgischen Mundschutzmasken dürfen während des Gebrauchs nicht berührt oder manipuliert werden.
- Wenn die Mundschutzmasken nass oder mit Sekret verschmutzt wird, muss sie sofort gewechselt werden.
- Die Mundschutzmasken nach dem Gebrauch entsorgen und nach dem Entfernen der Mundschutzmasken eine Händehygiene durchführen.

#### **Händehygiene:**

- Nach jedem Kontakt mit einem Verdachtsfall oder dessen Umgebung
- Vor und nach der Zubereitung von Speisen, vor dem Essen, nach der Benutzung des Badezimmers und wann immer die Hände schmutzig aussehen
  - Wie: Wenn die Hände nicht sichtbar verschmutzt sind, kann ein Desinfektionsmittel auf Alkoholbasis verwendet werden. Wenn die Hände sichtbar verschmutzt sind, zuerst die Hände mit Wasser und Seife gründlich reinigen. Die auf dem Etikett angegebenen Produkteigenschaften sorgfältig durchlesen.
  - Wenn Wasser und Seife verwendet werden, wird empfohlen Einweg-Papiertücher zum Trocknen der Hände zu verwenden. Wenn diese nicht verfügbar sind, persönliche Stoffhandtücher verwenden. Diese sind zu wechseln, wenn sie nass sind.

#### **Vorbeugende Hygienemaßnahmen:**

- Es ist eine gute Hygieneregeln, Mund und Nase beim Husten oder Niesen mit Taschentüchern oder mit gebeugtem Ellbogen zu bedecken. Danach muss eine gute Händehygiene durchgeführt werden.
- Entsorgen Sie die Materialien, die zum Bedecken von Nase und Mund verwendet werden.
- Vermeiden Sie den direkten Kontakt mit Körperflüssigkeiten, insbesondere Mund- oder Atemsekreten und Kot. Tragen Sie Einweghandschuhe bei der Hilfeleistung für den

contaminati (ad esempio evitare di condividere spazzolini da denti, sigarette, utensili da cucina, stoviglie, bevande, asciugamani, salviette o lenzuola).

#### **Quando e come utilizzare la mascherina chirurgica:**

- Chi l'assistente deve indossare sempre una mascherina chirurgica ben aderente al viso quando si trova nella Sua stessa stanza.
- Lei dovrebbe indossare una mascherina chirurgica quando entra in contatto con altre persone.
- Le mascherine non devono essere toccate o manipolate durante l'uso.
- Se la mascherina si bagna o si sporca di secrezioni, la sostituisca immediatamente.
- Getti la mascherina dopo l'uso ed esegua sempre l'igiene delle mani dopo la sua rimozione.

#### **Igiene delle mani:**

- Dopo ogni contatto con il caso sospetto in isolamento e/o l'ambiente circostante.
- Prima e dopo aver preparato il cibo, prima di mangiare, dopo aver usato il bagno e ogni volta che le mani sembrano sporche.
  - Come: se le mani non sono visibilmente sporche, si può usare un disinfettante a base di alcool. Quando le mani sono visibilmente sporche, eseguire prima l'igiene delle mani usando acqua e sapone. Leggere attentamente le caratteristiche del prodotto riportate in etichetta.
  - Quando si utilizza acqua e sapone, è consigliabile utilizzare salviette di carta usa e getta per asciugare le mani. Se non disponibili, utilizzare asciugamani di stoffa personali e sostituirli quando sono bagnati.

#### **Misure igieniche preventive:**

- È buona norma igienica la copertura della bocca e del naso quando si tossisce o starnutisce con fazzoletti o con il gomito flesso, dopo di che dev'essere eseguita una buona igiene delle mani.
- Elimini i materiali utilizzati per coprire la bocca o il naso.
- Eviti il contatto diretto con i fluidi corporei, in particolare le secrezioni orali o respiratorie e le feci. Usi guanti monouso per fornire assistenza al caso sospetto in isolamento e quando si

Patienten und beim Kontakt mit Urin, Kot und Abfall.

- Schließen Sie den Toilettendeckel, wenn Sie das Wasser ziehen.
- Führen Sie vor und nach dem Entfernen der Handschuhe eine Händehygiene durch.

#### **Potenziell kontaminierte Abfälle:**

- Handschuhe, Stoffe, Mundschutz und andere Abfälle, die von Covid Patienten / Verdachtsfällen oder von betreuenden Personen erzeugt werden, müssen in einem Behälter, wenn möglich mit Fußpedal zur Öffnung, mit zweifachem Plastiksack direkt im Zimmer der kranken Person geworfen werden. Vor der Entsorgung mit anderem Hausmüll muss dieser Beutel gut verschlossen werden.

#### **Reinigung:**

- Reinigen und desinfizieren Sie täglich die Oberflächen, welche häufig benutzt werden (Nachtkästchen, Bettgestell und andere Möbel) mit einem gewöhnlichen Desinfektionsmittel für den Hausgebrauch, welches verdünntes Bleichmittel enthält (1 Teil Bleichmittel und 99 Teile Wasser) oder Lösungen aus Alkohol 70%.
- Reinigen und desinfizieren Sie mindestens einmal am Tag die Oberflächen im Bad mit einem gewöhnlichen Desinfektionsmittel für den Hausgebrauch, welches verdünntes Bleichmittel enthält (1 Teil Bleichmittel und 99 Teile Wasser oder Lösungen auf Alkohol 70%) und nach jedem Gebrauch von Ihrer Seite.
- Waschen und gründlich trocknen Sie die Kleidung, Bettwäsche, Handtücher und Badetücher etc. von erkrankten Personen/Verdachtsfällen in der Waschmaschine bei 60–90° C (mindestens 30 Minuten) mit einem üblichen Waschmittel und gründlich trocknen. Kleidung, welche bei dieser Temperatur nicht gewaschen werden kann, wird 9 Tage lang in einem Beutel verschlossen.
- tragen Sie Einweghandschuhe und Schutzkleidung (z. B. Plastikschrürzen), um mit Körperflüssigkeiten verschmutzte Oberflächen, Kleidung oder Wäsche zu reinigen oder handzuhaben. Führen Sie vor und nach dem Entfernen der Handschuhe eine Händehygiene durch.
- Reinigen Sie Küchenutensilien und Geschirr mit Spülseife, vorzugsweise in der Spülmaschine.

**Nota Bene! Alle Familienmitglieder sollten als enge Kontakte betrachtet werden und ihre Gesundheit sollte wie folgt überwacht werden. Sollte ein Familienmitglied Symptome einer akuten Atemwegsinfektion entwickeln, einschließlich Fieber, Husten, Halsschmerzen und Atembeschwerden, muss es telefonisch den behandelnden Arzt für Allgemeinmedizin/Kinderarzt freier Wahl kontaktieren.**

maneggiano feci, urine e rifiuti.

- Chiuda il coperchio del WC quando si usa lo sciacquone.
- Esegua sempre l'igiene delle mani prima e dopo aver rimosso i guanti.

#### **Rifiuti potenzialmente contaminati:**

- Guanti, tessuti, mascherine e altri rifiuti generati dai casi sospetti/confermati o da parte di chi se ne prende cura devono essere collocati in un contenitore, possibilmente con apertura a pedale, fornito di doppio sacchetto di plastica, posizionato nella stanza della persona malata. Prima dello smaltimento con altri rifiuti domestici il sacchetto dev'essere chiuso.

#### **Pulizie:**

- Pulisca e disinfetti quotidianamente le superfici più frequentemente toccate come comodini, telai e altri mobili della camera da letto con un normale disinfettante domestico contenente una soluzione di candeggina diluita (1 parte di candeggina a 99 parti di acqua) o soluzioni con alcool al 70%.
- Pulisca e disinfetti le superfici del bagno e dei servizi igienici almeno una volta al giorno con un normale disinfettante domestico contenente una soluzione di candeggina diluita (1 parte di candeggina e 99 parti di acqua) o soluzioni con alcool al 70% e ogni volta dopo l'utilizzo da parte Sua.
- Lavi separatamente vestiti, lenzuola, asciugamani e teli da bagno, ecc. di persone malate/casi sospetti in lavatrice a 60–90° C per almeno 30 minuti con un comune detergente domestico e asciugare accuratamente. I vestiti che non possono essere lavati a tale temperatura vanno chiusi in un sacchetto per 9 giorni.
- Usi guanti monouso e indumenti protettivi (ad es. grembiuli di plastica) per pulire o maneggiare superfici, indumenti o biancheria sporchi di liquidi corporei. Esegua l'igiene delle mani prima e dopo aver rimosso i guanti.
- Lavi gli utensili da cucina ed i piatti sempre con il sapone e possibilmente in lavastoviglie.

**Nota bene! Tutti i membri della famiglia devono essere considerati contatti stretti e la loro salute deve essere monitorata come descritto di seguito. In caso di insorgenza di febbre, tosse, mal di gola e difficoltà respiratorie, contattare telefonicamente il proprio Medico di Medicina generale/Pediatra di libera scelta.**