

PREPORUKE ZA BEZBJEDNU KUĆNU NJEGU PACIJENATA SA SUMNJOM NA COVID 19

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) je pripremila ove privremene smjernice kao odgovor na potrebu za preporukama za bezbjednu kućnu negu pacijenata sa sumnjom na COVID 19, koji imaju blage simptome a i javnozdravstvene mjere u pogledu zbrinjavanja njihovih kontakata.

U ovim situacijama, pacijenti sa blagim simptomima 1 i bez pratećih hroničnih stanja - npr. bolesti pluća i srca, zatajenje bubrega ili imunokompromitovani, usljed kojih se pacijent nalazi u većem riziku od pojave komplikacija - mogu se zbrinuti kod kuće. Ova odluka mora da se zasniva na pažljivoj kliničkoj procjeni i procjeni bezbjednosti njege u kući pacijenta od strane zdravstvenih radnika.

Ukoliko se pacijent neguje kod kuće, ako i gdje je to moguće, obučeni zdravstveni radnik treba procijeni i potvrdi da li je dom pacijenta pogodan za negu; isto tako, da li su pacijent i njegova porodica u stanju da se pridržavaju mjera predostrožnosti koje će biti preporučene u sklopu izolacije u kući (npr. higijena ruku, respiratorna higijena, čišćenje prostora, ograničeno kretanje u kući i iz kuće), te procjene bezbjednosti (npr. slučajno gutanje sredstva za dezinfekciju ruku na bazi alkohola ili požar). Potrebno je obezbijediti komunikaciju sa Timom porodične medicine po potrebi i timovima za kućnu negu i patronažu, sve do potpunog povlačenja simptoma kod pacijenta.

Članovi domaćinstva moraju se pridržavati sljedećih preporuka:

- Smjestiti pacijenta samog u sobu sa dobrim provjetranjem (tj. sa otvorenim prozorima i otvorenim vratima).
- Ograničiti kretanje pacijenta u kući i smanjiti korišćenje zajedničkog prostora. Voditi računa da zajednički prostor (tj. kuhinja, kupatilo) bude dobro provjetren (držati otvorene prozore).
- Članovi domaćinstva treba da borave u drugoj prostoriji ili, ako to nije moguće, na udaljenosti od najmanje 1 metar od bolesnika (npr. da spavaju u odvojenom krevetu).
- Ograničiti broj osoba koje neguju bolesnika. U idealnim okolnostima, to treba biti jedna osoba dobrog zdravlja i bez hroničnih bolesti ili imunokompromitovana.³ Posjete nisu dozvoljene dok se bolesnik u potpunosti ne oporavi i ne bude imao simptome COVID-a 19.
- Higijena ruku je obavezna nakon svakog kontakta sa bolesnikom ili sredinom u kojoj boravi.⁴ Higijena ruku je obavezna prije i nakon pripreme hrane, prije jela, nakon korišćenja toaleta i kad god se čini da su ruke prljave. Ako ruke nisu vidno prljave, može se koristiti sredstvo za dezinfekciju ruku na bazi alkohola. Vidno prljave ruke oprati sapunom i vodom.
- Nakon pranja ruku sapunom i vodom, poželjno je koristiti papirne ubruse. Ako nisu dostupni, koristiti čiste pamučne peškire i često ih mijenjati.
- Da bi se ograničio respiratorni sekret, bolesniku treba obezbijediti medicinsku masku, koju treba nositi što je moguće češće i mijenjati svaki dan. Ako bolesnik ne podnosi medicinsku masku, obavezna je rigorozna respiratorna higijena, tj. pokrivanje usta i nosa jednokratnom maramicom prilikom kašljanja i kihanja. Materijal kojim se pokrivaju usta ni nos obavezno baciti ili propisno očistiti nakon upotrebe (npr. maramice oprati sapunom i deterdžentom).
- Osobe koje neguju bolesnika moraju da nose medicinsku masku koja pokriva usta i nos kada su u istoj prostoriji sa bolesnikom. Kada je na licu, maska se ne smije dodirivati i pomjerati. Ako maska postane vlažna ili se zaprlja sekretom, mora se odmah zamijeniti novom, čistom maskom. Ukloniti masku na odgovarajući način - tj. ne dodirivati samu masku, nego odvezati vrpce. Odmah baciti masku i obaviti higijenu ruku.

- Izbjegavati direktan kontakt sa tjelesnim tečnostima, naročito oralnim i respiratornim sekretom i fecesa. Koristiti jednokratne rukavice i masku prilikom oralne i respiratorne njege i uklanjanja fecesa, urina i drugog otpada. Obaviti higijenu ruku prije i nakon skidanja rukavica i maske.
- Ne koristiti masku i rukavice više puta.
- Bolesnik obavezno koristi posebnu posteljinu i pribor za jelo; nakon upotrebe, očistiti ih sapunom i vodom - mogu se ponovo koristiti, ne moraju se bacati.
- Svakodnevno čistiti i dezinfikovati površine u prostoriji u kojoj bolesni boravi, a koje se često dodiruju, npr. noćni stolić, ram kreveta i drugi namještaj. Prvo očistiti standardnim sapunom i deterdžentom a zatim, nakon ispiranja, običnim dezinficijensom za domaćinstva koji sadrži 0,1% natrijum hipohlorita (tj. ekvivalent 1000 ppm).
- Površine u kupatilu i toaletu čistiti i dezinfikovati najmanje jednom dnevno. Prvo očistiti standardnim sapunom i deterdžentom a zatim, nakon ispiranja, običnim dezinficijensom za domaćinstva koji sadrži 0,1% natrijum hipohlorita.
- Bolesnikovu odjeću, posteljinu, peškire prati standardnim sapunom i vodom ili u mašini za veš na temperaturi 60 - 90°C (140–194°F) standardnim deterdžentom i dobro osušiti. Kontaminiranu posteljinu staviti u vreću za prljav veš. Ne istresajte korišćenu posteljinu i vodite računa da kontaminirani materijal ne dođe u kontakt sa kožom i odjećom.
- Rukavice i zaštitna odjeća (npr. plastična kecelja) obavezno se koriste prilikom čišćenja površina ili odlaganja odjeće ili posteljine uprljane tjelesnim tečnostima. Zavisno od konteksta, mogu se koristiti gumene ili jednokratne rukavice. Nakon upotrebe, gumene rukavice očistiti sapunom i vodom i dezinfikovati sa rastvorom natrijum hipohlorita 0,1%. Jednokratne rukavice (npr. nitril ili lateks) baciti nakon svake upotrebe. Obaviti higijenu ruku prije stavljanja i nakon skidanja rukavica.
- Rukavice, maske i drugi otpad koji nastane tokom kućne njege obavezno odložiti u kantu za smeće sa poklopcem u bolesnikovoj sobi prije odlaganja kao zaraznog otpada. Odgovornost odlaganja zaraznog otpada leži na lokalnim sanitarnim organima.
- Ne izlagati se kontaminiranim predmetima iz bolesnikove neposredne blizine (npr. ne koristiti istu četkicu za zube, cigarete, pribor za jelo, posuđe, piće, peškire, spužve za kupanje ili posteljinu).



World Health
Organization

Kućna njega za osobe sa sumnjom na COVID-19 ili potvrđene slučajeve

Brinite se za sebe i vašu porodicu

Za sve članove domaćinstva



Redovno perite ruke sapunom i vodom, a posebno:

- poslije kašljanja ili kihanja
- prije, tokom i nakon pripreme hrane
- prije jela
- nakon korištenja toaleta
- prije i poslije brige o bolesnom



Izbjegavajte nepotrebne kontakte s bolesnom osobom i nemojte zajedno koristiti iste stvari kao što su pribor za jelo, tanjiri, šolje, čaše i peškiri.



Kada kašljete ili kišete savijenim laktom pokrijte usta i nos ili koristite papirne maramice koje treba odmah baciti.



Pratite zdravlje svih ukućana za simptome kao što su groznica i kašalj. Ako se javi teško disanje, odmah pozovite vašu zdravstvenu ustanovu.



World Health
Organization

Kućna njega za osobe sa sumnjom na COVID-19 ili potvrđene slučajeve

Brinite se za sebe i vašu porodicu

Za njegovatelje



Osigurajte da se bolesna osoba odmara, pije dosta tekućine i dobro hrani.



Nosite medicinsku masku kada ste u sobi s bolesnom osobom. Ne dirajte masku ili lice tokom korištenja i poslije je bacite

Često perite ruke sapunom i vodom ili dezinfekcijskim alkoholnim sredstvom, a posebno:

- poslije kontakta sa bolesnom osobom ili njenim okruženjem
- prije, tokom i nakon pripreme hrane
- prije jela
- nakon korištenja toaleta



Koristite posebno posuđe, šolje, čaše, pribor za jelo, peškire i posteljinu za bolesnu osobu. Sve to perite detrdžentom i vodom.



Identificirajte površine koje bolesna osoba često dira i svaki dan ih čistite i dezinfikujte.



Ako se stanje bolesne osobe pogorša ili ima teško disanje, odmah pozovite vašu zdravstvenu ustanovu.

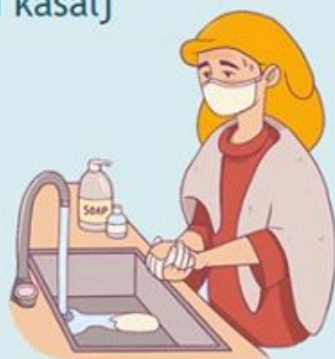


World Health
Organization

Kućna njega za osobe sa sumnjom na COVID-19 ili potvrđene slučajeve

Brinite se za sebe i vašu porodicu

Ako ste bolesni,
i imate groznicu
i kašalj



Često perite ruke sapunom i vodom ili dezinfekcijskim alkoholnim sredstvom.

Za bolesne



Ostanite kući, ne idite na posao, u školu ili na javna mjesta. Odmarajte, pijte dosta tekućine i dobro se hranite.



Boravite u posebnoj sobi, bez drugih članova porodice. Ako to nije moguće, nosite medicinsku masku i držite distancu od bar 1 metar od drugih ljudi. Sobu treba dobro prozračiti i ako je moguće koristite posebno kupatilo.



Kada kašljete ili kišete savijenim laktom pokrijte usta i nos ili koristite papirne maramice koje treba odmah baciti. Ako imate otežano disanje, odmah pozovite vašu zdravstvenu ustanovu.

