ინსტრუქციები პაციენტებისთვის, რომლებიც ბინაზე მკურნალობენ

თქვენი ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე თვალყურის დევნება

- სიცხის გაზომვა დღეში 2-ჯერ;
- საერთო მდგომარეობის დამძიმების შემთხვევაში მკურნალ ექიმთან დარეკვა ან, თუ ეს უკანასკნელი არ პასუხობს, დარეკვა სასწრაფო დახმარების ცენტრში SAMU-Centre 15.

თვითიზოლაცია

- თვითიზოლაცია უნდა მოხდეს სპეციალურად გამოყოფილ, კარგად განიავებულ ოთახში. მისი მიზანია ადამიანებს შორის კონტაქტის მინიმუმამდე დაყვანა და ბინაში ზედაპირებზე ინფექციის გავრცელების შეზღუდვა. ეს ოთახი უნდა განიავდეს დღეში სამჯერ, ისევე როგორც მლიანად საცხოვრებელი სივრცე. რამდენიმე ტუალეტის არსებობის შემთხვევაში ერთერთი უნდა იყოს გამოყოფილი თვითიზოლაციისთვის. საერთო ტუალეტის შემთხვევაში მკაცრად უნდა იქნას დაცული ჰიგიენა (გაწმენდა ჟაველის სითხით ან მადეზინფიცირებელი ერთჯერადი ტილოებით).
- უსაფრთხოების დისტანციის დაცვა.
- აუცილებელია დაიცვათ ორი მეტრის უსაფრთხოების დისტანცია პირდაპირი კონტაქტის გარეშე. უნდა მოერიდოთ ყოველგვარ კონტაქტს მოწყვლად ადამიანებთან (ფეხმძიმე ქალებთან, ქრონიკული დაავადების მქონე პირებთან, მოხუცებთან).

ხელების ბანა

- ხელები დაიბანეთ ჰიგიენური წესების აბსოლუტური დაცვით ჰიდროალკოჰოლური გელის გამოყენებით (განსაკუთრებით სანამ ხელებით სახეს შეეხებით) ან დაიბანეთ საპნით 4-6-ჯერ 24 საათის პერიოდში.

შეხება ზედაპირებთან

- ზოგიერთი ზედაპირი შეიძლება აღმოჩნდეს ინფექციის გადამდები და ამიტომ აუცილებელია დროდადრო მათი დეზინფიცირება (მობილური ტელეფონი, კარის სახელურები...).

რჩევები თეთრეულისა და სარეცხის მოსავლელად

- რამდენადაც შესაძლებელია, პაციენტმა თავად უნდა განახორციელოს ეს მოქმედებები. არ დაფერთხოთ თეთრეული და სარეცხი.
- თეთრეული და სარეცხი მიიტანეთ სარეცხ მანქანამდე ისე, რომ ბინაში დროებით სხვაგან არსად არ დადოთ.
- დადასტურებული ვირუსის მქონე პაციენტის თეთრეული და ტანსაცმელი უნდა გაირეცხოს 60 გრადუსზე მინიმუმ 30-წუთიანი ციკლით.

იატაკის დასუფთავება

- გაითვალისწინეთ შემდეგი რჩევები იატაკისა და სხვა ზედაპირების ბიოლოგიურად დასუფთავებისას
    - არ გამოიყენოთ იატაკის დასასუფთავებლად აეროსოლის წარმომქმნელი მტვერსასრუტი;

- იატაკისა და სხვა ზედაპირების დასასუფთავებლად გამოიყენეთ ერთჯერადი ტილო, რომელიც გაჟღენთილი იქნება მადეზინფიცირებელი სითხით;
- შემდეგ გადარეცხეთ ონკანის წყლით ახალი ერთჯერადი ტილოს გამოყენებით;
- შემდეგ დაელოდეთ გაშრობას;
- შემდეგ გაწმინდეთ იატაკი და ზედაპირები ჟაველის სითხით, რომელიც გაზავებულია აქტიური ქლორით 0,5%-ით (1 ლიტრ 2,6%-იან ჟაველის სითხეზე აიღეთ 4 ლიტრი წყალი).