

NAVODILA ZA NEGO BLIŽNJIH, OKUŽENIH S KORONAVIRUSOM, KI KAŽEJO BLAŽJE SIMPTOME



V skrbi za vaše zdravje smo pripravili kratka navodila za varno nego bližnjih, okuženih s koronavirusom, ki kažejo blažje simptome in so v domači oskrbi. Pripravljena so po predlogi [Svetovne zdravstvene organizacije \(WHO\)](#) in dokumentu [Navodila za bolnika Nacionalnega inštituta za javno zdravje](#).

V kolikor so pri vas ali vaših bližnjih potrdili okužbo s koronavirusom, zdravstveno stanje pa po zdravniški presoji ne zahteva bolnišnične obravnave, vas prosimo, da z namenom preprečevanja širjenja koronavirusa upoštevate sledeča navodila:

Prezračujte prostore:

Okuženi naj okreva v dobro prezračenem prostoru, v katerem biva sam (prostor je potrebno pogosto zračiti).

Omejite gibanje okuženega po stanovanju:

Zaradi preprečevanja širjenja okužbe, je potrebno kar se da omejiti gibanje okuženega po stanovanju in deljenih prostorih (npr. kopalnica, kuhinja) ter poskrbeti, da so deljeni prostori pogosto prezračeni.

Omejite stike okuženega s člani gospodinjstva:

Za preprečevanje okužbe je nujno, da se člani gospodinjstva zadržujejo v drugem prostoru kot okuženi in nimajo telesnih stikov. V kolikor to ni mogoče, naj ostali stanovalci ohranijo vsaj meter in pol razdalje od okuženega (npr. naj spijo v drugi postelji kot okuženi).

Omejite število negovalcev:

Najboljše je, da za okuženega izberete le eno osebo, ki naj bo v dobrem zdravstvenem stanju in nima drugih, kroničnih ali za imunski sistem ogrožajočih stanj. Do popolnega okrevanja obiski niso dovoljeni.

Skrbite za higieno rok:

Skrbno si umivajte roke z milom in vodo, jih po potrebi tudi razkužite po vsakem stiku z okuženim, s stvarmi, s katerimi je bil v stiku ali po gibanju v prostoru, kjer se okuženi zadržuje.

Čiščenje prostorov:

Površine, vidno onesnažene z respiratornimi izločki, očistite; prav tako redno čistite ostale površine, posebno tiste, s katerimi je bil v stiku okuženi. Uporabite čistila, ki jih imate doma, pri čiščenju pa uporabljajte rokavice. Počistite in razkužite straniščne površine vsaj enkrat dnevno.

Okuženi naj uporabljajo svoj jedilni/higienski pribor, perilo in brisače.



Uporabite zaščitno masko:

Zaradi dihalnih izločkov je potrebno okuženemu zagotoviti masko, ki jo mora tudi vestno uporabljati. Okuženi, ki jih zaradi različnih razlogov ne morejo nositi, morajo prakticirati skrbno dihalno higieno – usta in nos morata biti pri kašljanju in kihanju pokrita z robčkom za enkratno uporabo. Tudi negovalec mora pri negi okuženega striktno uporabljati masko, ki se je med uporabo ne sme dotikati. Ko se maska zmoči ali umaže, jo mora nemudoma zamenjati z novo. Pred in po uporabi izvede natančno higieno rok.

Izogibajte se stiku z izločki:

Izogibajte se stiku z vsemi telesnimi izločki (dihalnimi izločki, urinom, blatom ...), v kolikor se zaradi nege okuženega temu ne morete v celoti izogniti, obvezno uporabljajte rokavice za enkratno uporabo. Pred in po uporabi izvedite natančno higieno rok. Maske in rokavice po uporabi zavrzite in istih ne uporabljajte večkrat.

Previdno z odpadki:

Odpadke, povezane z okužbo (tudi vaše maske, rokavice ipd.), ločeno odlagajte v smeti, ki se nahajajo v prostoru okuženega. Z odlaganjem odpadkov ravnajte pazljivo.

Uporabljajte čiste brisače:

Po umivanju rok uporabljajte papirnate brisače, v kolikor pa to ni mogoče, uporabljajte čiste brisače in jih zamenjajte, ko postanejo mokre.

Pranje perila:

Perilo okuženega operite z običajnim pralnim praškom na vsaj 60°C. Pazite, da pri ravnanju s perilom okuženega uporabljate rokavice.