

Guida per aiutare chi è in isolamento nel suo nucleo familiare

Far fronte alla COVID-19 è stressante.

Insieme possiamo farcela e possiamo ridurre il contagio nella nostra comunità.

Qualora si occupasse di una persona che avesse la COVID-19, i sintomi relativi, o fosse stata esposta a tale malattia, corre il rischio di rimanerne contagiato/a. Per ridurre il contagio in casa, scelga un solo caregiver quando possibile.

Contatti la Peel Public Health al 905-799-7700 riguardo al monitoraggio della salute e su cosa fare nel caso s'ammalasse. S'assicuri di dire ai caregiver che potrebbe essere un contatto stretto di qualcuno affetto dalla COVID-19.

Si lavi spesso le mani

- Si lavi spesso le mani con acqua e sapone prima e dopo ogni contatto con la persona di cui si prende cura.
- Qualora acqua e/o sapone non fossero disponibili, usi un disinfettante per le mani a base di alcol. Può pure iniziare con una salvietta umida.
- Si asciughi le mani con un tovagliolo di carta, o con il suo proprio asciugamano che non condivide con nessuno. Rimpiazzil'asciugamano quando questo diventa umido.



Porti una mascherina, guanti, e protezione per gli occhi

- Porti una mascherina aderente, guanti, e protezione per gli occhi (occhiali di sicurezza o schermo facciale) quando è in contatto con la saliva o altro materiale di una persona (per es. sangue, sudore, vomito, urina e/o feci).



Gettare guanti e mascherina dopo ogni uso

- Rimuova guanti, mascherina, e protezione per gli occhi immediatamente dopo aver fornito assistenza, e li butti in un cestino con sacchetto di plastica predisposto.
- Per prima cosa rimuova i guanti, si lavi le mani con acqua e sapone, e solo dopo rimuova la mascherina.
- Si lavi nuovamente le mani con acqua e sapone prima di toccarsi il volto o svolgere un'altra attività.
- Qualora la protezione per gli occhi di cui dispone non fosse monouso, la lavi con acqua e sapone ed in seguito la disinfetti con un disinfettante omologato per superfici solide provvisto di identificativo Drug Identification Number (DIN).



Limitare il numero di visite a casa sua

- Nessuna visita se non essenziale (per es. da parte di operatori sanitari).
- Nel caso avesse visitatori, rimanga almeno a due metri dalla gente e porti una mascherina ben aderente.
- Tenga le persone anziane e quelle a rischio elevato di ammalarsi (per es. persone affette da immunodeficienza, problemi cardiaci, diabete e/o cancro) lontano da chi si isola e dal caregiver relativo.



Eviti la condivisione di articoli in casa

- Non condivida – se possibile - piatti, bicchieri, tazze, posate/pentole, asciugamani, lenzuola o altri articoli con una persona durante il suo isolamento.
- Lavi gli articoli con sapone o detersivo usando acqua calda. Nessun sapone speciale è necessario. Può usare lavastoviglie e lavatrici.
- Mai condividere le sigarette.
- Se possibile, eviti di usare lo stesso bagno. Nel caso di uso comune, copra col coperchio il water prima di tirare l'acqua.



Pulizie

- Pulisca la casa con detersivi che portano un identificativo (Drug Identification Number, DIN).
- Pulisca regolarmente e quotidianamente articoli quali i bagni, i rubinetti, le maniglie delle porte, e i comodini.



Lavare bene la biancheria

- Porti i guanti ed una mascherina aderente quando tocca i panni. Non occorre separare la biancheria quando lava.
- Si lavi le mani con acqua e sapone subito dopo essersi tolto/a i guanti.
- Lavi i panni con detersivo normale in acqua calda (60-90°C), e li asciughi bene.



Stia attento/a quando tocca i rifiuti

- Tutti i generi di rifiuti possono finire nei contenitori normali della spazzatura.
- Quando svuota i cestini, s'assicuri di non toccare fazzolettini usati con le mani. Avere un sacchetto di plastica inserito nel cestino facilita lo smaltimento e lo rende meno pericoloso.
- Si lavi le mani con acqua e sapone dopo aver svuotato il cestino.



Questo documento è stato modificato con il consenso di Public Health Ontario (PHO), il quale non si assume responsabilità alcuna relativamente al contenuto di qualunque pubblicazione per quanto riguarda traduzioni/ alterazioni/ adattamenti da parte di terzi di documenti del PHO.

I dati in questo documento sono stati aggiornati al 16 aprile 2021

CDS-0527 21/04

Per ulteriori informazioni, visiti peelregion.ca/coronavirus

 @regionofpeel

 @peelregion.ca

 @regionofpeel

 **Region
of Peel**
working with you