

## **Udhëzime për trajtimin në shtëpi të pacientëve me simptoma të lehta të infeksionit KOVID-19**

Ky udhëzim është i dedikuar për punonjësit shëndetësor dhe personelin e kujdesit shëndetësor që do të kontaktojnë ose janë në kontakt me pacientët të cilët janë konfirmuar ose janë të dyshuar se janë të infektuar me COVID-19 dhe janë në trajtim në shtëpi.

Në rast të një numri të madh të pacientëve të dyshuar ose të konfirmuar me infeksion COVID-19, kapacitetet ekzistuese për hospitalizim mund të jenë të pamjaftueshme për të gjitha rastet e konfirmuara /dyshuara. Shumica e pacientëve me COVID-19 kanë sëmundje pa komplikime ose kanë pasqyrë më të lehtë (81%), disa zhvillojnë sëmundje të rëndë që kërkon terapi me oksigjen (14%), dhe rreth 5% kanë nevojë për trajtim në njësinë për kujdes intensiv.

Pacientët me pasqyrë të lehtë të sëmundjes nuk kanë nevojë të shtrohen në spital nëse nuk ekziston rreziku i përkeqësimit të shpejtë të gjendjes të tyre shëndetësore, me ç'rast përparësi i duhet dhënë izolimit. Për këtë arsye, pacientët me simptoma të lehta të cilët nuk kanë ndonjë sëmundje më të rëndë kronike, siç janë sëmundjet e mushkërive ose të zemrës, insuficienca e veshkave ose gjendje imuno-kompromentuese mund të trajtohen edhe në shtëpi. Këtij veprimi i paraprin një vlerësim klinik që duhet të kryhet nga një mjek përmes një vlerësimi të mundësisë për realizimin e kushteve për përkujdesjen e pacientit në shtëpi.

Mjeku amë duhet të përfshihet në mbikëqyrjen e gjendjes shëndetësore duke monitoruar zhvillimin e simptomave përmes telefonatave ditore dhe, nëse është e mundur, përmes vizitave në shtëpinë e pacientit.

Pacientët dhe anëtarët e familjes së tyre duhet të edukohen për masat e praktikimit të higjienës personale, zbatimin e masave themelore për parandalimin dhe kontrollin e infeksionit në kushte shtëpiake, për mënyrën e përkujdesjes për anëtarin e familjes të konfirmuar ose të dyshuar me infeksion COVID -19 që sa më sigurt të jetë e mundur edhe ta parandalojnë përhapjen e infeksionit tek anëtarët e tjerë të familjes.

### **I. Rekomandime për anëtarët e familjes së pacientit në trajtim shtëpiak:**

- 1. Vizitat në shtëpinë e pacientit janë rreptësisht të ndaluara gjatë periudhës së izolimit dhe trajtimit të tij në shtëpi!**
2. Pacienti duhet të qëndrojë në një dhomë të veçantë dhe të ajrosur mirë.
3. Për përkujdesjen e pacientit mundësisht të caktohet një person përgjegjës, e që duhet të jetë në gjendje të mirë shëndetësore.
4. Anëtarët e familjes duhet të qëndrojnë në një ambient tjetër, ose nëse kjo nuk është e mundur, të qëndrojnë në një distancë së paku 1.5 -2 m nga personi i sëmurë (p.sh. të flejné në një shtrat të veçantë).

5. (Përjashtim mund të konsiderohet nëna që e ushqen fëmijën me gji. Duke i pasur parasysht përfitimet e gjidhënies dhe rolin e parëndësishëm të qumështit të nënës në transmetimin e viruseve respiratore, nëna mund të vazhdojë ta ushqejë fëmijën e saj me gji. Para kontaktit të afërt me foshnjën nëna duhet të mbajë maskë mbrojtëse dhe të praktikojë higjenën e duarve. Gjithashtu duhet t'i zbatojë edhe masat e tjera higjenike të përshkruara në këtë udhëzues).
6. Ta kufizojnë lëvizjen e pacientit dhe ta minimizojnë përdorimin e hapësirave të përbashkëta. Të bëhet ajrosje e mirë duke i mbajtur të hapura dritaret e mjediseve të përbashkëta (p.sh. kuzhinës, tualetit).
7. Kur është në të njëjtën dhomë me pacientin e sëmurë, personi që kujdeset për pacientin duhet të mbajë një maskë të thjeshtë mjekësore të ngjitur mirë në fytyrë. Gjatë përdorimit maska nuk duhet të preket. Nëse maska laget ose njolloset me sekrecion, personi në fjalë duhet menjëherë të largohet nga dhoma e të sëmurit dhe ta zëvendësojë maskën me një maskë të re. Maska e përdorur hiqet në mënyrën e duhur, hidhet menjëherë në një qese dhe kosh për mbeturina me kapak. Pas heqjes së maskës menjëherë duhen larë duart me sapun dhe ujë për të paktën 20 sekonda.
8. Duart duhet të lahen me sapun dhe ujë pas çdo kontakti me personin e sëmurë ose pas kontaktit me gjësendet në mjedisin që e rrethon atë. Gjithashtu, para dhe pas përgatitjes së ushqimit, para të ngrënit, përdorimit të tualetit. Sipas nevojës për pastrimin e duarve mund të përdoret dezinfektues që përmban alkool.
9. Kur lahen duart me sapun dhe ujë, do ishte mirë që për tharjen e tyre të përdoren faculeta letre. Nëse nuk ka të tilla në dispozicion, mund të përdoret peshqir / peshqirë që duhet të ndërrohet të paktën një herë në ditë. Çdo anëtar i familjes duhet të përdorë peshqirin e vet.
10. Higjiena respiratore duhet të praktikohet nga të gjithë në shtëpi dhe në çdo kohë, sidomos nga personat e sëmurë. Higjiena respiratore nënkupton mbulimin e gojës dhe hundës gjatë kollitjes ose teshtitjes me maska mjekësore, shami, e shoqëruar kjo edhe me larjen e duarve. Nëse për momentin nuk keni një maskë apo shami, mbuloni gojën dhe hundën me anën e brendshme të bërrylit!
11. Pas kollitjes dhe teshtitjes, maska mjekësore duhet të hiqet në mënyrën e duhur, siç është sqaruar në pikën 7. Nëse përdorni maska pëlhure ose shami, për ta mbuluar hundën dhe gojën ato duhet të hidhen në një kosh të veçantë dhe të lahen me detergjent në një temperaturë prej 60-90 gradë.
12. Të evitohet kontakti i drejtpërdrejtë me lëngjet trupore, sidomos me sekrecionet orale dhe respiratore dhe jashtëqitjet. Të përdoren doreza për një përdorim kur kujdeseni për personin e prekur dhe në kontakt me jashtëqitjet, urinën dhe mbeturinat. Lani duart para dhe pasi të keni hequr dorezat.
13. Dorezat, maskat dhe mbeturinat duhet të ruhen në një kosh të veçantë dhe qese të veçantë për mbeturina në dhomën e personit të prekur para se të hidhen me mbeturina e tjera të amvisërisë.
14. Të evitohen kontaktet me gjësendet e kontaminuara në afërsi të pacientit (p.sh. mos përdorni furçën e njëjtë për larjen e dhëmbëve, cigaret, pajisjet për ngrënie, enët, pijet, peshqirët apo çarçafët).

15. Pajisjet dhe enët e ngrënies duhet të pastrohen me sapun ose detergjent dhe ujë pas përdorimit dhe mund të përdoren sërish.
16. Sipërfaqet që preken shpesh, si tavolinat dhe orenditë e tjera në dhomën e personit të sëmurë, duhet të pastrohen dhe dezinfektohen shpesh me preparate të zakonshme për dezinfektim që përmbajnë zbardhues.
17. Sipërfaqet e banjës dhe tualetit të pastrohen dhe dezinfektohen të paktën një herë në ditë me një dezinfektues të zakonshëm që përmban zbardhues.
18. Rrobat, çarçafët, peshqirët për personat e infektuar të lahen në lavatriçe në 60-90 ° C me detergjent dhe të thahen mirë.
19. Të evitohet shkundja e rrobave dhe çarçafëve të personit të sëmurë për shkak të kontaktit të mundshëm të drejtpërdrejtë të lëkurës dhe veshjeve me materiale të kontaminuara.
20. Pacienti duhet të qëndrojë në shtëpi të paktën 14 ditë nga fillimi i trajtimit në shtëpi ose derisa të shërohet dhe kjo duhet të vërtetohet pas realizimit të kontrolleve klinike ose analizave laboratorike (dy teste negative të kryera në një distancë kohore nga 24 deri 48 orë).
21. Të gjithë anëtarët e familjes duhet të konsiderohen kontakte dhe shëndeti i tyre duhet të jetë nën mbikëqyrje të vazhdueshme.
22. Meqenëse anëtarët e familjes nuk duhet të dalin nga izolimi në shtëpi, furnizimet e nevojshme për familjen që jeton me personin e sëmurë duhet të dorëzohen para dere nga një person i tretë (mik, i afërm, fqinj, etj.), ose Kryqi i Kuq. Një mënyrë alternative për furnizim janë porositë përmes shërbimeve për blerje online.