

Këshilla që i jepen pacientëve nëpër shtëpia

Survejimi i gjendjes suaj shëndetësore

- Matja e temperaturës 2 herë në ditë
- Këshilla, në rast se gjendja juaj përkeqësohet, ju duhet të telefononi mjekun tuaj, ose nëse ai nuk ju përgjigjet atëherë telefononi SAMU-Qendra15.

Mbyllja juaj brenda

- Mbyllja brenda në shtëpi duhet të jetë në një dhomë e cila duhet të ajroset.
- Kontaktet me personat e tjerë duhet të jenë të pakta dhe të kufizohet përhapja e tyre brenda banesës.
- Dhoma ku ndodhet i sëmuri duhet të ajroset tre herë në ditë si dhe pjesa tjetër e shtëpisë •Nëse keni më shumë se një banjo në banesë, një WC duhet të përdoret vetëm nga i sëmuri.
- Në rast se është një WC e përbashkët, duhet të mbahet një higjenë strikte (pastrimi me xhavel dhe letra të njoma dizifektuese).
- Respektimi i distancës së sigurisë
- Ju duhet të respektoni një distancë sigurie dy metra, pa patur kontakte direkte.
- Ju duhet të evitoni çdo kontakt me personat delikatë (gra shtatëana, sëmundje kronike, persona të moshuar).

Larja e duarve

- Duhet të lahen duart duke respektuar gjestet e higjenës me lëng hydro-alkolik (sidomos para se të prekni fytyrën me duar) dhe larje me sapun katër deri në 6 herë brenda 24 orëve.

Sendet e kontaktit

- Disa sende janë fole përhapje sëmundjeje dhe duhet të dizifektohen rregullisht (telefona, dorezat e dyerve ...).

Këshilla për çarçafët dhe rrobat

- Brenda mundësive, pacienti duhet ti bëjë vetë disa veprime.
- Të mos shkundë çarçafët
- Të vendosë çarçafët dhe rrobat për tu larë në lavatriçe pa i lënë diku në banesë
- Teshat e një pacienti të prekur duhet të lahen në lavatriçe me 60 gradë e pakta edhe për 30 minuta minimumi.

Pastrimi i çimentos

- Të respektohen këshillat e mëposhtme për të larë çimenton:
 - Mos përdorni aspirator për pastrimin e çimentos;
 - Të pastroni çimenton dhe pjesët e tjera me një copë e cila është njomur me një detregjent larës ;
 - Pastaj mund të shpëlani përsëri me një copë tjetër
 - Lëreni të thahet;
 - Më pas dizifektoni çimenton dhe pjesët e tjera me xhavel dhe ujë 0,5% klor (1 litër xhavel à 2,6% + 4 l ujë)