

Para los pacientes de coronavirus que se recuperan en su domicilio ~ Precauciones a tomar en cuenta en casa ~

Su fecha prevista de finalización de recuperación en su domicilio es mes _____ y día _____. *El centro de salud pública comprobará el estado de su salud diariamente y también decidirá cuándo dé por finalizada la recuperación en su domicilio.

- Por favor, evite salir de casa. Tampoco puede salir para comprar alimentos, artículos de uso diario ni botar la basura, o realizar cualquier otra actividad cotidiana fuera.
- Permanecerá en una habitación separada de su familia y de las personas que vivan con usted, y en principio no tendrá ningún contacto con ellos en su domicilio. Use los espacios compartidos usados por las personas que viven con usted lo mínimo posible. También mantenga las visitas al mínimo posible.
- Su familia y las personas que viven con usted tienen que observar su condición física, como por ejemplo tomándose la temperatura, y evitar salir si no es esencial o urgente.
- No pueden visitarle sus amigos o vecinos. Las personas que estén con una persona infectada a menos de un metro de distancia por más de 15 minutos se consideran “contacto estrecho” y corren el riesgo de sufrir restricciones de movilidad y de contagiarse. Aunque sus amigos o vecinos vayan a su domicilio, no los vea directamente, mantenga la relación en línea con ellos, por teléfono o por internet.

El oxímetro de pulso es
Después de la recuperación,
Por favor, devuélvalo al centro de salud
pública de ●●.

~ Cómo pasar el tiempo en casa ~

Compruebe su estado de salud a diario

- Tome su temperatura y mida su saturación de oxígeno (SpO2) dos veces al día, por la mañana y por la noche.
- ¿Tiene algún síntoma como fiebre, tos, secreción o congestión nasal, fatiga o falta de aire?
⇒ Compruebe las páginas 6-8 del documento adjunto.

Por favor, llame a una ambulancia (119) inmediatamente, especialmente si tiene síntomas como los que se muestran en el documento de referencia P8. * Cuando llame a una ambulancia, diga que la prueba ha dado positivo y que se está recuperando en su domicilio

Divida las habitaciones

Que sea una habitación privada

Por favor, mantenga su habitación separada de su familia y de otras personas que vivan con usted. También utilice habitaciones separadas al comer y dormir.

Si no puede separar su habitación porque hay niños o porque hay pocas habitaciones, mantenga un metro de distancia y le recomendamos que coloque un separador o una cortina.

Cuando duerman, coloquen la cabeza en lados opuestos.

- Por favor, no abandone su habitación en la medida de lo posible. Reduzca al mínimo el uso de espacios compartidos como el aseo y el baño. Sea el último en tomar un baño.

Personas que deben evitar cuidar a la persona infectada

- Las personas con enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares o renales, los diabéticos, las personas con baja inmunidad o las mujeres embarazadas deben evitar cuidar a las personas infectadas.

Póngase mascarilla

- Las personas que vivan con usted también han de ponerse mascarilla.
- No se lleve su mascarilla usada a otra habitación.
- Al quitarse la mascarilla, pellizque el elástico o el cordón y no toque la superficie de la máscara.
- Después de quitarse la mascarilla, asegúrese de lavarse las manos con jabón o desinfectarlas.

Lávese las manos con frecuencia

Utilice un alcohol con más de 70%

- Lávese las manos con frecuencia con jabón y desinfectelas con alcohol. No se toque los ojos, la nariz o la boca si no se ha lavado las manos.

Ventile

- Ventile regularmente
Ventile cada una o dos horas (entre 5 a 10 minutos)
- Ventile las zonas compartidas y otras habitaciones dejando las ventanas abiertas

Desinfecte las partes comunes que se tocan con las manos

- Los pomos de las puertas, las barreras de las camas, etc., deben limpiarse con alcohol de 70% o más, o con lejía tipo cloro doméstica, y luego pasar un trapo con agua. Asegúrese de que el ingrediente principal de la lejía doméstica es el hipoclorito de sódico (cálcico), y dilúyalo según la dosis recomendada. (La concentración recomendada es del 0,05%. Por ejemplo, si la concentración del producto es del 6%, son 500ml de agua + 5ml de un tapón de PEDTOL).
- El inodoro y el lavabo puede limpiarse con detergente doméstico normal, y desinfectarlo frecuentemente con desinfectante doméstico.
- Las toallas, las prendas de vestir, los platos, los palillos, las cucharas, etc., pueden lavarse y limpiarse como de costumbre. No es necesario lavar por separado los objetos utilizados por la persona infectada.
- No comparta objetos antes de ser lavados. Especialmente toallas, el inodoro, el lavabo y la cocina.



Lave la ropa de cama y las prendas de vestir

- Cuando toque prendas de vestir y ropa de cama manchadas con fluidos corporales, utilice mascarilla y guantes, lave con detergente doméstico normal y séquelo completamente. (El virus puede ser detectado en las heces)

Cierre herméticamente la bolsa de basura y bótela

- Bote inmediatamente el pañuelo con el que se ha sonado en una bolsa de plástico, ciérrela herméticamente y bótela.
Después lávese las manos de inmediato. También puede usar desinfectante.

~ Sobre la evacuación en caso de catástrofe o haya posibilidad de que ocurra ~

- Consulte con su centro de salud pública sobre la evacuación en caso de catástrofe.
- En el caso de que tenga que acudir a un refugio urgentemente, por favor avise que está [recuperándose en su domicilio]

【Contacto】

• Estación de enfermería de visita domiciliaria

Durante el día (8:30~17:15) TEL

La persona a cargo

• ●● centro de salud

Durante el día (8:30~17:15) TEL

• Ventana de consulta nocturna

De noche (17:15~8:30) TEL