

Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare și gestionarea contactelor lor

Ghid provizoriu - 04 februarie 2020

OMS a elaborat acest ghid rapid pentru a răspunde nevoii de recomandări cu privire la îngrijirea la domiciliu în condiții de siguranță a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare, și cu privire la măsurile de sănătate publică legate de gestionarea contactelor.

Acest document a fost adaptat după ghidul provizoriu care a abordat infecția cu coronavirusul sindromului respirator din Orientul Mijlociu (MERS-CoV), publicat în iunie 2018 (1) și se inspiră din recomandările bazate pe dovezi publicate de OMS, inclusiv Prevenirea infecțiilor și controlul bolilor respiratorii acute care predispun la epidemii și pandemii în domeniul sănătății (2) și pe baza informațiilor actuale cu privire la infecția cu COVID-19.

Acest ghid rapid are scopul de a îndruma specialiștii din domeniul sănătății publice și prevenirii și controlului infecțiilor (PCI), managerii din domeniul sănătății și cadrele medicale (CM) atunci când abordează probleme legate de îngrijirea la domiciliu pentru pacienții suspecți de infecție cu COVID-19 care prezintă simptome ușoare și atunci când gestionează contactele.

Acest ghid se bazează pe dovezi despre infecția cu COVID-19 și pe posibilitatea implementării măsurilor PCI la domiciliu. În sensul acestui document, îngrijitorii se referă la părinți, soți, alți membri ai familiei sau prieteni, fără pregătire medicală.

Pentru definițiile cazului de boală COVID-19, consultați:

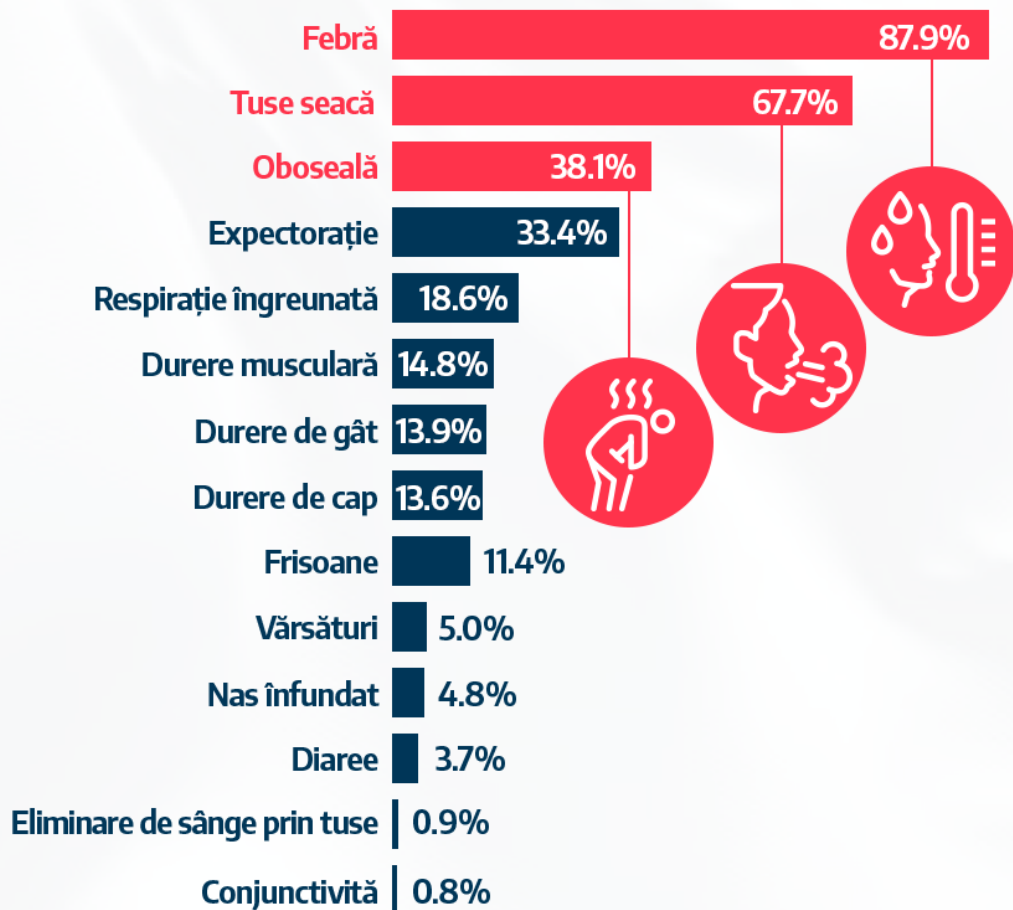
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330857/WHO-2019-nCoV-Surveillance-Guidance-2020.3-eng.pdf>.

Pentru instrucțiuni privind PCI la nivel de instituție, vă rugăm să consultați:

[https://www.who.int/publications-detail/infection-prevention-and-control-during-health-care-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/publications-detail/infection-prevention-and-control-during-health-care-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)



Simptomele infectării cu COVID-19



Sursa: Raportul Organizației Mondiale a Sănătății

Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare (1)

Având în vedere datele actuale cu privire la boală și transmiterea ei, OMS recomandă **ca toți pacienții suspecți de infecție cu COVID-19 care au o infecție respiratorie acută severă să fie triați la primul punct de contact cu sistemul sanitar și să se înceapă tratamentul de urgență în funcție de severitatea bolii**. Pentru cei care prezintă o afecțiune ușoară, este posibil să nu fie necesară spitalizarea decât dacă există o îngrijorare cu privire la deteriorarea rapidă a stării de sănătate (3).

Dacă este doar o afecțiune ușoară, se poate lua în considerare îngrijirea la domiciliu.

Alți pacienți care pot fi îngrijiți la domiciliu sunt și cei care sunt simptomatici, dar nu mai necesită spitalizare, și cazuri în care a fost luată o decizie în cunoștință de cauză de a refuza spitalizarea; de asemenea, îngrijirea la domiciliu poate fi luată în considerare atunci când îngrijirea în spital nu este disponibilă sau este nesigură (de exemplu, capacitatea este limitată, iar resursele nu pot face față cererii de servicii medicale).

În oricare dintre aceste situații, **pacienții cu simptome ușoare¹ și fără afecțiuni cronice asociate - cum ar fi boli pulmonare sau cardiace, insuficiență renală sau afecțiuni care compromit sistemul imunitar, făcând ca pacientul să aibă un risc crescut de a dezvolta complicații - pot fi îngrijiți la domiciliu**. Această decizie necesită o judecată clinică atentă și ar trebui să se bazeze pe o evaluare a siguranței mediului de la domiciliul pacientului².

În cazurile în care urmează să se acorde îngrijiri la domiciliu, un cadru medical instruit

ar trebui să efectueze o evaluare pentru a verifica dacă spațiul de locuit este potrivit pentru a oferi îngrijiri; cadrul medical trebuie să evalueze dacă pacientul și familia sunt capabili să respecte măsurile de precauție care vor fi recomandate ca parte a izolării îngrijirii la domiciliu (de exemplu: igiena mâinilor, igiena respiratorie, curățarea mediului, limitările privind deplasarea prin sau din casă) și pot gestiona problemele de siguranță (de exemplu, înghițirea accidentală și pericolele de incendiu asociate cu utilizarea dezinfectanților pentru mâini pe bază de alcool).

Ar trebui să se stabilească **un canal de comunicare cu un furnizor de asistență medicală sau cu personalul din sistemul de sănătate publică, sau cu ambii**, pe durata perioadei de îngrijire la domiciliu – adică până la dispariția completă a simptomelor pacientului. Sunt necesare informații mai cuprinzătoare despre modul de infecție și transmitere a COVID-19 pentru a defini durata măsurilor de precauție privind izolarea la domiciliu.



Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare (2)

Pacienții și membrii familiei ar trebui educați cu privire la igiena personală, la măsurile de bază PCI și la cum să aibă grijă de membrul familiei suspect de boala COVID-19, într-un mod cât mai sigur posibil pentru a preveni răspândirea infecției la persoanele cu care familia intră în contact. Pacientului și familiei trebuie să li se ofere sprijin și educație continuă, iar monitorizarea ar trebui să continue pe toată durata îngrijirii la domiciliu. Pacienții și familiile acestora ar trebui să respecte următoarele recomandări.

- Plasati pacientul într-o **cameră individuală**, bine aerisită (de exemplu cu geamurile deschise și cu o ușă deschisă).
- **Limitați deplasarea** pacientului prin casă și minimizați spațiul comun. Asigurați-vă că spațiile comune (de exemplu: bucătărie, baie) sunt bine aerisite (de exemplu, țineți geamurile deschise).
- Membrii familiei ar trebui să stea într-o altă cameră sau, dacă acest lucru nu este posibil, **să păstreze o distanță de cel puțin 1 m** față de persoana bolnavă (de exemplu, să doarmă într-un pat separat).
- **Limitați numărul de îngrijitori**. În mod ideal, desemnați o singură persoană care are o stare de sănătate bună și nu are afecțiuni cronice sau care compromit sistemul imunitar (3). Vizitatorii nu trebuie admiși până când pacientul nu și-a revenit complet și nu mai are semne și simptome.
- **Efectuați igiena mâinilor** după orice tip de contact cu pacienții sau după ce vă aflați în

imediată lor apropiere (4). Igiena mâinilor trebuie, de asemenea, efectuată înainte și după prepararea mâncării, înainte de a mânca, după folosirea toaletei și ori de câte ori mâinile par murdare. Dacă mâinile nu sunt vizibil murdare, se poate folosi un dezinfectant de mâini pe bază de alcool. Pentru mâini vizibil murdare, folosiți apă și săpun.

- Când vă spălați pe mâini cu apă și săpun, este de preferat să **folosiți prosoape de hârtie de unică folosință** pentru a vă usca mâinile. Dacă acestea nu sunt disponibile, utilizați prosoape obișnuite curate și înlocuiți-le atunci când sunt ude.
- **Pentru a ține sub control secrețiile respiratorii, pacientului trebuie să i se pună la dispoziție o mască medicală pe care să o poarte cât mai mult posibil**. Persoanele care nu pot tolera masca medicală trebuie să aibă o igienă respiratorie riguroasă – adică gura și nasul trebuie acoperite cu un șervețel de hârtie de unică folosință atunci când tușesc sau strănută. Materialele utilizate pentru acoperirea gurii și nasului trebuie aruncate sau curățate în mod corespunzător după utilizare (de exemplu, spălați batiștele folosind săpun sau detergent obișnuit și apă).



Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare (3)

- **Îngrijitorii trebuie să poarte o mască medicală bine fixată**, care să le acopere gura și nasul atunci când se află în aceeași cameră cu pacientul. Măștile nu trebuie să fie atinse sau manipulate în timpul utilizării. Dacă masca se udă sau se murdărește cu secreții, trebuie înlocuită imediat cu o mască nouă curată și uscată. Îndepărtați masca folosind tehnica adecvată – adică nu atingeți partea din față, ci dezlegați-o. Aruncați masca imediat după utilizare și efectuați igiena mâinilor.
- **Evitați contactul direct cu fluidele corporale**, în special secreții orale sau respiratorii și scaun. Folosiți mănuși de unică folosință și o mască atunci când oferiți îngrijiri orale sau respiratorii și atunci când manipulați scaun, urină și alte deșeuri. Efectuați igiena mâinilor înainte și după îndepărtarea mănușilor și a măștii.
- **Nu reutilizați măștile sau mănușile.**
- Folosiți lenjerie și ustensile de masă **doar pentru pacient**; aceste articole trebuie curățate cu apă și săpun după utilizare și pot fi reutilizate în loc să fie aruncate.
- **Curățați și dezinfecțați suprafețele obișnuite** care sunt frecvent atinse în camera în care este îngrijit pacientul, cum ar fi noptierele, cadrul patului și alte piese de mobilier pentru dormitor. Trebuie utilizat mai întâi săpun sau detergent obișnuit pentru curățare și apoi, după clătire, trebuie să se aplice un dezinfectant obișnuit care conține 0,5% hipoclorit de sodiu (adică echivalentul a 5000 ppm sau 1 parte înălbitor la 9 părți de apă).
- Curățați și dezinfecțați **suprafețele băilor și toaletelor cel puțin o dată pe zi**. Trebuie utilizat mai întâi săpun sau detergent obișnuit pentru curățare și apoi, după clătire, trebuie să se aplice un dezinfectant obișnuit care conține 0,5% hipoclorit de sodiu.
- Curățați **hainele, lenjeria de pat și prosoapele de baie și de mâini ale pacientului folosind săpun de rufe obișnuit și spălați-le cu mâna sau cu mașina de spălat la 60 - 90° C** cu detergent obișnuit și uscați-le bine. Puneți lenjeria contaminată într-o pungă pentru rufe. Nu scuturați rufele murdare și evitați materialele contaminate care vin în contact cu pielea și hainele.
- Trebuie utilizate mănuși și îmbrăcăminte de protecție (de exemplu șorțuri din plastic) la **curățarea suprafețelor sau la manipularea îmbrăcămintei sau a lenjeriei murdare de fluide corporale**. În funcție de context, se pot folosi mănuși de menaj sau de unică folosință. După utilizare, mănușile de menaj trebuie curățate cu apă și săpun și decontaminate cu o soluție cu 0,5% hipoclorit de sodiu. Mănușile de unică folosință (de exemplu din nitril sau latex) trebuie aruncate după fiecare utilizare. Efectuați igiena mâinilor înainte și după îndepărtarea mănușilor.
- Mănușile, măștile și alte deșeuri produse în timpul îngrijirii pacientului la domiciliu trebuie puse într-un **coș de gunoi cu capac în camera pacientului înainte de a fi aruncate ca deșeuri infecțioase**.

Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19), care prezintă simptome ușoare (4)

- **Evitați alte tipuri de expunere la obiectele contaminate din imediata apropiere a pacientului** (de exemplu, nu folosiți în comun periile de dinți, țigările, ustensilele de masă, vasele, băuturile, prosoapele, cârpele de spălat vase sau lenjeria de pat).
- Când cadrele medicale oferă îngrijiri la domiciliu, acestea trebuie să efectueze o **evaluare a riscurilor pentru a selecta echipamentul individual de protecție adecvat și pentru a urma recomandările privind măsurile de precauție referitoare la transmiterea prin picături de secreție sau contact.**

Managementul contactelor (1)

Persoanele (inclusiv îngrijitorii și cadrele medicale), care au fost expuse la persoane suspecte de boala COVID-19, sunt considerate contacte și ar trebui sfătuite să își monitorizeze starea de sănătate timp de 14 zile de la ultima zi posibilă de contact.

Un contact este o persoană care a avut oricare dintre următoarele expuneri:

- o expunere asociată cu **asistența medicală**, inclusiv furnizarea de îngrijiri directe pentru pacienții cu boala COVID-19, lucrul cu cadre medicale infectate cu virusul care provoacă boala COVID-19, vizitarea pacienților sau rămânerea în același mediu cu un pacient cu boala COVID-19;
- o expunere prin **lucrul împreună în imediata apropiere** sau împărțirea aceleiași clase cu un pacient cu boala COVID-19;
- o expunere prin **călătoria cu un pacient** care are boala COVID-19 în orice fel de vehicul;

- o expunere prin **traul în aceeași locuință cu un pacient cu boala COVID-19** în perioada de 14 zile de la debutul simptomelor la pacient (5).

Pe durata perioadei de observație trebuie să se stabilească o modalitate de comunicare între îngrijitori și un furnizor de asistență medicală. De asemenea, personalul medical trebuie să examineze periodic starea de sănătate a contactelor prin telefon, dar, în mod ideal și dacă este posibil, prin vizite personale zilnice, astfel încât testele de diagnostic specifice să poată fi efectuate, după caz.

Furnizorul de asistență medicală trebuie să dea în prealabil instrucțiuni contactelor cu privire la când și unde să solicite îngrijiri în cazul în care se îmbolnăvesc, care este cel mai potrivit mod de transport, când și pe unde să intrați în unitatea sanitară desemnată și ce măsuri de precauție PCI trebuie urmate. Dacă un contact prezintă simptome, trebuie luate următoarele măsuri:

- **Anunțați unitatea sanitară** care îl va primi că va sosi un contact simptomatic.

Managementul contactelor (2)

- În timpul deplasării pentru a solicita îngrijiri, **persoana bolnavă trebuie să poarte o mască medicală.**
- **Contactul ar trebui să evite transportul public până la unitatea sanitară**, dacă este posibil; se poate apela o ambulanță sau contactul bolnav poate fi transportat într-un vehicul privat cu toate geamurile deschise, dacă este posibil.
- **Contactul simptomatic trebuie sfătuit să efectueze întotdeauna igiena respiratorie și igiena mâinilor** și să stea sau să se așeze cât mai departe de ceilalți (cel puțin 1 m) atunci când se află în tranzit și când se află în unitatea sanitară.
- **Orice suprafețe care se murdăresc cu secreții respiratorii sau alte fluide corporale în timpul transportului trebuie curățate cu săpun sau detergent** și apoi dezinfectate cu un produs casnic obișnuit care conține o soluție de înălbitor cu concentrație de 0,5%

Note

1. Simptomele ușoare includ stare subfebrilă; tuse; stare generală de rău; rinoree; sau dureri în gât fără semne alarmante, cum ar fi respirație sacadată sau dificultăți de respirație; dificultăți respiratorii crescute, cum ar fi expectorația sau hemoptizia; simptome gastro-intestinale, cum ar fi greață, vărsături și/sau diaree; și fără modificări ale stării psihice, cum ar fi confuzia sau letargia.
2. O listă de verificare pentru evaluarea condițiilor de mediu de acasă este disponibilă în anexa C la referința 2.
3. Se poate face o excepție pentru mamele care alăptează. Având în vedere beneficiile alăptării și rolul nesemnificativ al laptelui matern în transmiterea altor virusuri respiratorii, o mamă poate continua să alăpteze. Mama trebuie să poarte o mască medicală atunci când se află în apropierea bebelușului și să efectueze igiena mâinilor înainte și după ce are un contact direct cu copilul. De asemenea, va trebui să urmeze celelalte măsuri de igienă descrise în acest document.
4. Măștile medicale sunt măști chirurgicale sau utilizate pentru proceduri medicale, care sunt plate sau pliate (unele sunt în formă de cană); acestea sunt fixate cu ajutorul unor șnururi care se leagă după cap.
5. Majoritatea soluțiilor de înălbitor obișnuit conțin 5% hipoclorit de sodiu. Recomandări privind modul de calculare a diluției dintr-o concentrație de înălbitor dată pot fi găsite pe <https://www.cdc.gov/hai/pdfs/resource-limited/environmental-cleaning-508.pdf>.
6. Autoritatea sanitară locală ar trebui să adopte măsuri pentru a se asigura că deșeurile sunt aruncate într-un depozit sanitar de deșuri și nu într-o groapă de gunoi nesupravegheată.