

Opieka domowa nad pacjentami chorymi na gripę pandemiczną

Większość pacjentów chorych na gripę pandemiczną może pozostać w domu w czasie trwania choroby pod opieką innych członków rodziny lub innych współlokatorów. Każda z osób zamieszkałych w domu pacjenta, zarówno w okresie wylegania się choroby, jak również jej trwania, narażona jest na ryzyko zachorowania na gripę. W takiej sytuacji, głównym celem jest maksymalne ograniczenie przenoszenia się grypy pandemicznej wewnątrz i poza domem. Kiedy opieka jest świadczona przez członka rodziny, należy położyć nacisk na przestrzeganie podstawowych zasad zapobiegania infekcjom (Np. izolacja chorych pacjentów, higiena mycia rąk). Infekcja w domu może zostać zminimalizowana, jeśli zostanie wyznaczony główny opiekun, najlepiej ktoś nieobciążony zwiększonym ryzykiem zachorowania na ciężką gripę. Pomimo tego, że badania nie potwierdziły, aby stosowanie masek w domu zmniejszało ryzyko rozprzestrzeniania się zakażeń, to stosowanie masek chirurgicznych przez pacjenta i/lub opiekuna podczas interakcji może okazać się pomocne.

A. Postępowanie z pacjentami chorymi na gripę

1. Fizyczne odseparowanie pacjenta chorego na gripę od zdrowych osób mieszkających w domu.
2. Pacjenci nie powinni opuszczać domu w okresie, kiedy najbardziej mogą zakażać innych (Np. 5 dni od wystąpienia objawów). Kiedy wyjście poza teren domu jest konieczne, (Np. do lekarza), podczas kaszlu pacjent powinien postępować zgodnie z ogólnie przyjętymi zasadami (Np. zakrywanie ust i nosa podczas kaszlu i kichania) oraz nosić maski chirurgiczne, jeżeli są one dostępne.

B. Postępowanie z pozostałymi osobami przebywającymi w domu

1. Osoby, które nie miały kontaktu z gripą pandemiczną i które nie są niezbędne w zapewnieniu opieki lub wsparcia pacjentowi, nie powinny wchodzić do domu, kiedy przebywają w nim osoby chore na gripę pandemiczną.
2. Jeżeli osoby, które nie miały kontaktu z chorobą muszą wejść do domu, powinny one unikać bliskich kontaktów z pacjentem
3. Osoby mieszkające w domu z pacjentem chorym na gripę pandemiczną powinny, ograniczyć kontakt z pacjentem, o ile to możliwe oraz rozważyć wyznaczenie jednej osoby jako głównego opiekuna.
4. Mieszkańcy domu powinni zwracać dokładną uwagę, na to czy nie rozwijają się u nich objawy grypy i jeśli objawy występują, zadzwonić po poradę lekarską lub udać się do lekarza,

C. Środki kontroli infekcji w domu

1. Wszystkie osoby w domu powinny dostosować się do zaleceń dotyczących higieny rąk (Np. mycia rąk wodą z mydłem lub wykorzystania środków dezynfekujących opartych na



bazie alkoholu) po kontakcie z pacjentem chorym na gripę lub ze środowiskiem, w którym świadczona jest opieka medyczna.

2. Pomimo tego, że przeprowadzone badania nie potwierdziły, że stosowanie masek w domu zmniejsza rozprzestrzenianie się zakażeń, stosowanie masek chirurgicznych przez pacjenta i/lub opiekuna podczas interakcji może okazać się pomocne. Mieszkańcy domu, którzy sprawują opiekę nad chorym nie muszą nosić rękawiczek oraz fartuchów ochronnych.
3. Zabrudzone naczynia i sztućce powinny zostać umyte albo w zmywarce lub ręcznie ciepłą wodą i mydłem. Wyznaczenie osobnych sztućców dla pacjenta chorego na gripę nie jest konieczne.
4. Brudne rzeczy mogą być prane w zwykłej pralce z ciepłą z ciepłą i zimną wodą oraz detergentem. Nie jest konieczne oddzielanie zabrudzonej bielizny i rzeczy do prania, z których korzystał chory na gripę pacjent od reszty prania domowego. Należy uważać przy rozdzielaniu zabrudzonego prania (tj. unikać “tulenia się” do prania), aby się nie zakazić. Po wypraniu brudnych rzeczy należy umyć ręce.
5. Chusteczki stosowane przez chorych pacjentów powinny zostać umieszczone w worku i usunięte wraz z innymi śmieciami. Rozważ umieszczenie specjalnego worka na ten cel przy łóżku pacjenta.
6. Dom powinien być regularnie sprzątany.

Higiena oddychania/etykieta kaszlu

Aby opanować wydostawanie się wydzieliny z dróg oddechowych, wszystkim osobom z objawami nieżyty górnych dróg oddechowych, bez względu na przypuszczalną przyczynę, należy zalecić:

- Zakrywanie nosa/ust podczas kaszlu lub kichania.
- Użycie chusteczek higienicznych w celu powstrzymania wydzieliny z dróg oddechowych.
- Wyrzucanie chusteczek higienicznych po użyciu do najbliższego kosza na śmieci.
- Mycie rąk po kontakcie z wydzielinami z dróg oddechowych oraz umycie skażonych przedmiotów/materiałów.

Użycie masek i odseparowanie osób z objawami nieżyty dróg oddechowych

W okresach natężenia zakażeń dróg oddechowych w środowisku, osoby, które kaszlą powinny mieć albo maskę (Np. z pętlą na uszy) lub maskę chirurgiczną (tj. z wiązaniami) w celu powstrzymania wydzielin z dróg oddechowych. Osoby kaszlące powinny być zachęcane do zasiadania najdalej od innych osób (co najmniej 3 stopy).