

Chăm sóc bệnh nhân mắc bệnh cúm đại dịch tại nhà

Hầu hết các bệnh nhân mắc bệnh cúm đại dịch có thể phải ở nhà trong thời gian họ mắc bệnh và có thể được các thành viên khác trong gia đình hay những người khác sống trong hộ gia đình chăm sóc. Bất kỳ người nào đang sống trong gia đình có bệnh nhân bị cúm trong thời kỳ ủ bệnh và mắc bệnh đều có nguy cơ nhiễm bệnh cúm. Mục tiêu quan trọng trong môi trường này là hạn chế sự lan truyền cúm đại dịch trong và bên ngoài nhà. Khi một thành viên trong gia đình chăm sóc bệnh nhân, những lưu ý kiểm soát lây nhiễm cơ bản nên được chú trọng (ví dụ cách ly người bệnh, vệ sinh tay). Có thể giảm thiểu sự lây nhiễm trong gia đình nếu chọn một người chăm sóc chính, nên là một người nào đó không có điều kiện cơ bản đặt họ vào nguy cơ cao mắc bệnh cúm nghiêm trọng. Mặc dù không có nghiên cứu nào đánh giá việc sử dụng mặt nạ tại nhà để giảm thiểu sự lây lan truyền nhiễm, nhưng bệnh nhân và/ hay người chăm sóc nên sử dụng mặt nạ giải phẫu hay mặt nạ thủ tục trong thời gian giao tiếp với nhau có thể tốt hơn.

A. Quản lý bệnh nhân mắc bệnh cúm

1. Cách ly bệnh nhân bị cúm với những người không bị mắc bệnh sống trong gia đình càng nhiều có thể.
2. Bệnh nhân không nên rời khỏi nhà trong thời gian mà họ có khả năng lây nhiễm cho người khác nhiều nhất (nghĩa là 5 ngày sau khi bắt đầu các triệu chứng). Khi phải rời khỏi nhà (ví dụ để chăm sóc y tế), bệnh nhân nên thực hiện theo quy ước khi ho (nghĩa là che miệng và mũi khi ho và hắt hơi) và đeo mặt nạ thủ tục hay giải phẫu nếu có thể.

B. Quản lý những người khác trong nhà

1. Những người không bị phơi nhiễm bệnh cúm đại dịch và những người không cần thiết để chăm sóc hay hỗ trợ bệnh nhân không nên vào nhà trong khi có người đang mắc bệnh cúm đại dịch.
2. Nếu những người không bị mắc bệnh phải vào nhà, họ nên tránh tiếp xúc với bệnh nhân.
3. Những người đang sống trong nhà với bệnh nhân mắc bệnh cúm đại dịch nên hạn chế tiếp xúc với bệnh nhân trong phạm vi có thể; xem xét việc chỉ định một người nào đó là người chăm sóc chính.
4. Các thành viên trong gia đình nên theo dõi chặt chẽ tiến triển của các triệu chứng cúm và liên hệ qua số điện thoại đường dây nóng hay nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế nếu xảy ra các triệu chứng.

C. Các biện pháp kiểm soát lây nhiễm tại nhà

1. Tất cả những người trong hộ gia đình nên thực hiện cẩn thận theo các đề xuất về vệ sinh tay (nghĩa là rửa tay bằng xà phòng và nước hay sử dụng chất rửa tay dạng cồn) sau khi tiếp xúc với bệnh nhân mắc bệnh cúm hay trong môi trường chăm sóc bệnh nhân.

2. Mặc dù không có nghiên cứu nào đánh giá việc sử dụng mặt nạ tại nhà để giảm thiểu sự lây lan truyền nhiễm, nhưng bệnh nhân và/ hay người chăm sóc nên sử dụng mặt nạ giải phẫu hay mặt nạ thủ tục trong thời gian giao tiếp với nhau có thể tốt hơn. Không khuyến cáo đeo găng tay và mặc áo choàng đối với những thành viên gia đình chăm sóc sức khỏe tại nhà.
3. Chén đĩa dơ bẩn và đồ dùng ăn uống nên rửa trong máy rửa chén hay rửa bằng tay bằng nước ấm và xà phòng. Không cần thiết để riêng đồ dùng ăn uống của bệnh nhân mắc bệnh cúm.
4. Có thể giặt đồ trong máy giặt tiêu chuẩn bằng nước ấm hay lạnh và chất tẩy. Không cần thiết để riêng vải lanh dơ và đồ giặt của bệnh nhân bị cúm với đồ giặt khác trong gia đình. Nên thận trọng khi xử lý đồ giặt dơ bẩn (nghĩa là tránh “ôm” đồ dơ vào người) để tránh bị nhiễm bệnh. Nên vệ sinh tay sau khi xử lý đồ giặt dơ.
5. Khăn giấy của bệnh nhân đã sử dụng nên để trong túi và xử lý với các loại rác thải gia dụng khác. Xem xét việc đặt túi để sử dụng cho mục đích này bên cạnh giường.
6. 6. Nên vệ sinh thông thường các bề mặt môi trường trong nhà.

Vệ sinh hô hấp/ Quy ước khi ho

Để ngăn chất tiết hô hấp, tất cả mọi người có dấu hiệu và triệu chứng lây nhiễm hô hấp, cho dù nguyên nhân giả định là gì, nên được hướng dẫn:

- Che mũi/ miệng khi ho hay hắt hơi.
- Sử dụng khăn giấy để ngăn các chất tiết hô hấp.
- Vứt bỏ khăn giấy trong thùng rác gần nhất sau khi sử dụng.
- Vệ sinh tay sau khi tiếp xúc với chất tiết hô hấp và các vật dụng/ vật liệu bị nhiễm bẩn.

Che mặt nạ và cách ly những người có dấu hiệu nhiễm trùng hô hấp

Trong các giai đoạn nhiễm trùng hô hấp ngày càng tăng trong cộng đồng, những người bị ho nên có mặt nạ thủ tục (nghĩa là có vòng tai) hay mặt nạ giải phẫu (nghĩa là có dây cột) để ngăn chất tiết hô hấp. Những người ho nên ngồi cách xa có thể (ít nhất 3 feet) với những người khác.