

Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu noul coronavirus (COVID-19) care prezintă simptome ușoare, și gestionarea persoanelor care au avut contact cu aceștia

Ghid provizoriu, 04 februarie 2020

Introducere

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 ușoare¹, și cu privire la măsurile de sănătate publică legate de gestionarea a contactilor acestora.

Acest document a fost adaptat după ghidul provizoriu care a abordat Sindromului Respirator din Orientul Mijlociu (MERS-CoV) produs de infecția cu coronavirus, publicat în iunie 2018 (1) și se inspiră din recomandările bazate pe dovezi publicate de OMS, inclusiv *Prevenirea infecțiilor și controlul bolilor respiratorii acute cu risc epidemic și pandemic în domeniul sănătății* (2) precum 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 personalul medical în abordarea problemelor legate de îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu COVID-19 care prezintă simptome ușoare și în gestionarea contactilor a. Acest ghid se bazează pe dovezi despre infecția cu COVID-19 și pe posibilitatea implementării măsurilor PCI la domiciliu. În sensul acestui document, în categoria de îngrijitori sunt incluși părinți, soți, alți membri ai familiei sau prieteni, fără pregătire medicală formală.

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](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330857/WHO-2019-nCoV-Surveillance%20Guidance-2020.3-eng.pdf).

Pentru instrucțiuni privind PCI la nivel de unitate, 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)

¹ Simptomele ușoare includ febră joasă, tuse, stare generală alterată, rinoree, dureri în gât fără semne alarmante, cum ar fi respirație sacadată sau dificultăți de respirație, accentuarea dificultăților respiratorii, cum ar fi expectorația sau hemoptizia, simptome gastro-intestinale, cum ar fi greață, vărsături și/sau diaree și fără modificări ale stării mentale, cum ar fi confuzia sau letargia.

Îngrijirea la domiciliu a pacienților suspecți de infecție cu COVID-19 care prezintă simptome ușoare

Ținând cont de 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 formă ușoară a bolii, este posibil să nu fie necesară spitalizarea decât dacă există o îngrijorare cu privire la deteriorarea rapidă a stării de sănătate (3). În acest caz, 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, precum și cazuri pentru care a fost luată decizia, 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 existente (cum ar fi boli pulmonare sau cardiace, insuficiență renală sau afecțiuni care compromit sistemul imunitar, pacientul având astfel un risc crescut de a dezvolta complicații) pot fi îngrijiți la domiciliu. Această decizie necesită o judecată clinică atentă și trebuie să se bazeze pe o evaluare a siguranței în mediul de la domiciliul pacientului².

În cazurile în care urmează să se acorde îngrijiri la domiciliu, un cadru medical instruit trebuie să efectueze o evaluare pentru a verifica dacă spațiul de locuit este adecvat pentru furnizarea de îngrijiri; cadrul medical trebuie să evalueze dacă pacientul și familia acestuia sunt capabili să respecte măsurile de precauție care vor fi recomandate ca parte a izolării la domiciliu (de exemplu: igiena mâinilor, igiena respiratorie, curățenia, limitarea deplasării prin sau din casă) și pot gestiona problemele de siguranță (de exemplu, înghițirea accidentală și pericolele de inflamare asociate cu utilizarea dezinfectanților pentru mâini pe bază de alcool).

Este necesară stabilirea unui canal de comunicare cu un furnizor de asistență medicală sau cu o persoană 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 clare și cuprinzătoare despre modul de infecție și transmitere a COVID-19 pentru a stabili durata măsurilor de precauție privind izolarea la domiciliu.

Pacienții și membrii familiei trebuie educați cu privire la igiena personală, la măsurile elementare de prevenire și control infecțiilor (PCI) și la cum să îngrijească persoana suspectă de COVID-19, într-un mod cât mai sigur posibil, așa încât să prevină răspândirea infecției la persoanele cu care familia intră în contact. Pacientului și familiei trebuie să li se ofere sprijin și educație continuă, iar monitorizarea trebuie să continue pe toată durata îngrijirii la domiciliu. Pacienții și familiile acestora trebuie să respecte următoarele recomandări:

- Plasarea pacientului într-o cameră individuală, bine aerisită (de exemplu cu geamurile deschise și cu o ușă deschisă).

² O listă de verificare pentru evaluarea condițiilor de mediu de acasă este disponibilă în anexa C la referința 2.

- Limitarea deplasării pacientului prin casă și minimizarea spațiului comun. Asigurați-vă că spațiile comune (de exemplu: bucătărie, baie) sunt bine aerisite (țineți geamurile deschise).

- Este necesar ca membrii familiei 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 (să doarmă într-un pat separat).³

- Limitarea numărului de îngrijitori. Ideal este să stabiliți o singură persoană care are o stare de sănătate bună și nu are afecțiuni cronice sau imunodeficiențe (3). Vizitatorilor nu li se va permite accesul până când pacientul nu și-a revenit complet și nu mai are semne și simptome de boală.

- Efectuați igiena mâinilor după orice tip de contact cu pacientul sau după ce vă aflați în imediata sa 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, puteți folosi un dezinfectant de mâini pe bază de alcool. Când mâinile sunt vizibil murdare, spălați-vă cu apă și săpun.

- Când vă spălați pe mâini cu apă și săpun, este recomandat 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 se udă.

- Pacientului trebuie să i se pună la dispoziție măști medicale⁴ pe care să le poarte pe cât se poate de mult, pentru a limita împrăștierea secrețiilor. Persoanele care nu pot tolera masca medicală trebuie să aibă o igienă respiratorie riguroasă: 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 batistele folosind săpun sau detergent obișnuit și apă).

- 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 atinse sau mișcate 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: nu atingeți partea din față, ci apucați-o pe baretele laterale sau de șiretul cu care se leagă la spate. Aruncați masca imediat după utilizare și efectuați igiena mâinilor.

- Evitați contactul direct cu fluidele corporale, în special cu secreții orale sau respiratorii și cu materii fecale. Folosiți mănuși de unică folosință și o mască atunci când oferiți îngrijiri orale sau respiratorii și atunci când manipulați materii fecale, urină și alte deșeuri. Efectuați igiena mâinilor înainte și după îndepărtarea mănușilor și a măștii.

- Nu reutilizați măștile și mănușile.

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 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.

- Folosiți lenjerie și veselă dedicate pentru pacient; aceste obiecte trebuie curățate cu apă și săpun după utilizare și pot fi reutilizate.

- 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. Mai întâi trebuie utilizat săpun sau detergent obișnuit și apoi, după clătire, trebuie aplicat un dezinfectant obișnuit care conține 0,5% hipoclorit de sodiu (echivalentul a 5000 pm sau 1 parte înălbitor⁵ 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 aplicat un dezinfectant obișnuit care conține 0,5% hipoclorit de sodiu.⁵

- Spălați hainele, lenjeria de pat și prosoapele de baie și de mâini ale pacientului folosind detergent obișnuit și spălați-le cu mâna sau la mașină, la 60 - 90° C, apoi uscați-le bine. Puneți lenjeria contaminată într-o pungă pentru rufe. Nu scuturați rufe murdare și evitați contactul cu materialele contaminate.

- Trebuie utilizate mănuși și echipament de protecție (de exemplu șorțuri din plastic) la curățarea suprafețelor sau la manipularea hainelor și 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 din camera pacientului, înainte de a fi aruncate ca deșeuri infecțioase.⁶

- Evitați alte tipuri de expunere la obiectele contaminate din imediata apropiere a pacientului (de exemplu, nu folosiți aceleași periute de dinți, veselă, prosoape, bureți de spălat vase, lenjerie de pat, și nu consumați alimente și băuturi din aceleași recipiente).

- Când personalul medical furnizează îngrijiri la domiciliu, acestea trebuie să efectueze o evaluare a riscurilor pentru a alege echipamentul de protecție personală adecvat și pentru a aplica recomandările privind măsurile de precauție pentru transmiterea prin picături de secreție sau prin contact direct.

Managementul contactilor (persoanelor care au avut contact cu o persoană cu COVID-19)

Persoanele (inclusiv îngrijitorii și personalul medical), care au fost expuse la persoane suspecte de boala COVID-19, sunt considerate contacti și este recomandat să își monitorizeze starea de sănătate timp de 14 zile de la ultima zi posibilă de la contact.

⁵ Majoritatea soluțiilor de clor pentru uz casnic conțin 5% hipoclorit de sodiu. Recomandări privind modul de calculare a diluției dintr-o soluție de clor dată pot fi găsite pe <https://www.cdc.gov/hai/pdfs/resource-limited/environmental-cleaning-508.pdf>.

⁶ Este necesar ca autoritatea sanitară locală să adopte măsuri pentru a se asigura că deșeurile sunt aruncate într-un depozit sanitar de deșeuri și nu într-o groapă de gunoi nesupravegheată.

Un contact poate să fi avut oricare dintre următoarele expuneri:

- expunere asociată cu asistența medicală, inclusiv cu acordarea de îngrijiri directe pacienților cu COVID-19, lucrul cu personalul medical infectat cu virusul care provoacă boala COVID-19, vizitarea pacienților sau petrecerea timpului în același mediu cu un pacient cu COVID-19;
- expunere în urma lucrului îndeaproape cu un pacient cu COVID-19 sau împărțirea aceleiași clase cu un pacient cu COVID-19;
- expunere în urma unei călătorii în orice fel de autovehicul cu un pacient care are COVID-19;
- expunere în urma locuirii în comun cu un pacient cu COVID-19 pe durata 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 personalul medical. De asemenea, personalul medical trebuie să examineze telefonic, în mod periodic, starea de sănătate a contactilor, dar, ideal și dacă este posibil, prin vizite personale zilnice, astfel încât testele specifice să poată fi efectuate, dacă este necesar.

Personalul medical trebuie să ofere în prealabil instrucțiuni contactilor cu privire la când și unde unde pot solicita îngrijiri dacă se îmbolnăvesc, care este cel mai potrivit mod de deplasare la unitatea sanitară, când și pe unde să intre în unitatea sanitară desemnată, și ce măsuri de prevenire și control al infecției trebuie respectate.

Dacă un contact prezintă simptome, trebuie luate următoarele măsuri:

- Anunțarea unității sanitare care îl va primi în legătură cu sosirea unei persoane simptomatice, care a avut contact cu un bolnav cu COVID-19.
- În timpul deplasării către unitatea sanitară, persoana bolnavă trebuie să poarte o mască medicală.
- Persoana care a avut contact cu un bolnav cu COVID-19 trebuie să evite transportul în comun; aceasta poate chema ambulanța sau poate fi transportată cu un vehicul privat cu toate geamurile deschise, dacă este posibil.
- Contactul simptomatic trebuie sfătuit să efectueze întotdeauna igiena respiratorie și igiena mâinilor, iar când se află în tranzit și în unitatea sanitară trebuie să stea cât mai departe de alte persoane (la cel puțin 1 m distanță).
- Orice suprafețe care se murdăresc cu secreții respiratorii sau cu alte fluide corporale în timpul transportului trebuie curățate cu săpun sau detergent, apoi dezinfectate cu un produs obișnuit care conține o soluție de clor cu concentrație de 0,5%.