

## Препоръки на СЗО за домашно лечение на заболели с COVID-19

С оглед на настоящите данни за COVID-19 Световна здравна организация препоръчва при лица с леки клинични оплаквания (телесна температура  $< 38^{\circ}\text{C}$ , кашлица, неразположение, хрема, възпалено гърло, стомашно-чревни симптоми, като гадене, повръщане и /или диария; без промени в психичния статус (т.е. объркване или летаргия) и без придружаващи хронични заболявания или имунокомпрометиращи състояния, които поставят пациента в повишен риск от усложнения за COVID-19, да се има предвид за провеждане на домашно лечение.

Към домашно лечение могат да се насочат и симптоматични пациенти, за които хоспитализация вече не е наложителна.

При провеждане на домашно лечение е необходимо да се направи преценка от здравен работник за възможността на заболелия и членовете на домакинството, в което живее да се придържат към наложените мерки за домашна изолация (хигиена на ръцете, респираторна хигиена, почистване на повърхности и предмети, ограничаване на движенията извън домакинството), както и мерките за безопасност (напр. инцидентно поглъщане на или риск от запалване при използване на дезинфектант на алкохолна основа за ръце и др.).

За цялото времетраене на домашното лечение трябва да се установи комуникационна връзка със здравен работник (личен лекар или здравен инспектор), докато заболелият не се възстанови напълно.

В допълнение, заболелите и членовете на домакинството трябва да бъдат обучени на спазване на принципите на лична хигиена, основни мерки за предотвратяване и контрол на инфекцията, как да се грижат възможно най-безопасно за болния и за предотвратяване разпространението на инфекцията сред останалите членове от домакинството. Те трябва да се придържат към следните препоръки:

- Заболелият трябва да е поставен в самостоятелна стая с добра вентилация.
- Да се ограничи движението на болния в дома и да се сведе до минимум споделеното пространство. Общите помещения (например кухня, баня) трябва да се проветряват добре (напр. прозорците да стоят отворени).
- Членовете на домакинството трябва да останат в друга стая или, ако това не е възможно, да поддържат разстояние най-малко от 1 м от болния човек (например, да спят в отделно легло).
- Да се ограничи броя на лицата, полагащи грижи за пациента, в идеалния случай до едно лице, което е в добро здраве без придружаващи заболявания. Посетители не се допускат до пълното възстановяване на болния.
- Да се провежда хигиена на ръцете след всеки контакт с болния или непосредствената му среда. Хигиена на ръцете трябва да се извършва и преди и след приготвяне на

храна, преди ядене, след използване на тоалетната и винаги, когато ръцете изглеждат мръсни. Ако ръцете не са видимо замърсени, може да се обтриват с дезинфектант за ръце. За видимо замърсени ръце се използва сапун и вода.

- Когато се използва сапун и вода е желателно да се употребяват хартиени кърпи за еднократна употреба за подсушаване на ръцете. При липса на еднократни кърпи, могат да се използват специални кърпи, които се сменят, когато се намокрят.
- За ограничаване на разпръскването на дихателни секрети, болният трябва да носи хирургична маска възможно най-дълго време. Лица, които не могат/не толерират носенето на маски трябва стриктно да се придържат към респираторната хигиена – при кихане и кашляне да покриват устата си с хартиени кърпички за еднократна употреба, които да изхвърлят на подходящо място. При използване на носни кърпи за многократна употреба същите се изпират със сапун или перилен препарат и вода. Ръцете задължително се измиват след кихане и кашляне.
- Когато е в една и съща стая с болния, обгрижващият трябва да носи медицинска маска, прилепнала плътно към лицето. Маските не трябва да се докосват или пипат по време на употреба. Ако маската се намокри или изцапа от секрети, тя трябва незабавно да се смени. При сваляне на маската не се докосва предната ѝ страна, а се отвързва отзад или се свалят превръзките зад ушите. След употреба маската се изхвърля незабавно и ръцете се хигиенизират.
- Трябва да се избягва директен контакт с телесни течности, особено секрети от устата или дихателни секрети, както и с изпражнения. Ръкавици за еднократна употреба и хирургична маска се използват при оказване на грижи за устната или дихателната система, както и при работа с изпражнения, урина и отпадъци. Ръцете се измиват преди и след сваляне на ръкавиците.
- Хирургични маски и еднократни ръкавици не се използват повторно.
- Приборите и посудата, които използва болния трябва да са предназначени само за него. След употреба те се почистват със сапун или препарат и вода и могат да се използват повторно.
- Ежедневно се почистват и дезинфекцират често докосвани от болния повърхности, като табли и рамки на легла и други мебели в стаята. Първоначално се почистват със сапун или почистващ препарат, а след изплакване се използва дезинфекционен препарат за домашна употреба, на основата на натриев хипохлорит (белина), съгласно инструкциите за употреба на етикета.
- Повърхностите в банята и тоалетната се почистват и дезинфекцират поне веднъж дневно. Първоначално се почиства със сапун или почистващ препарат, а след изплакване се използва дезинфекционен препарат за домашна употреба, на основата на натриев хипохлорит (белина), съгласно инструкциите за употреба на етикета.

- Дрехите, спалното бельо, кърпите за баня и ръце и др. на болния се почистват като се използва сапун и вода или се изпират в пералня при 60-90°C с обикновен перилен препарат и се изсушат цялостно. Замърсеното бельо и дрехи се поставят в отделна торба за пране. Избягва се директния контакт на кожата и дрехите със замърсените материали.
- При почистване на повърхности или при боравене с дрехи или спално бельо, замърсени с телесни течности задължително се използват ръкавици и защитно облекло (напр. пластмасови престилки). Ръкавиците и престилките за многократна употреба след използване се почистват със сапун и вода и след това се дезинфекцират с дезинфекционен препарат за домашна употреба, на основата на натриев хипохлорит (белина), съгласно инструкциите за употреба на етикета. Ръкавиците и престилките за еднократна употреба се изхвърлят в определено за целта място веднага след употреба. Ръцете се измиват преди и след сваляне на ръкавиците.
- Ръкавици, тъкани, маски и други отпадъци, генерирани от болни лица или при грижи за болни лица, трябва да се поставят в отделен контейнер в стаята на болния, преди да се изхвърлят като инфекциозен отпадък.
- Всички други видове експозиция на замърсени предмети на болния (напр. четки за зъби, цигари, съдове за ядене, съдове, напитки, кърпи или спално бельо) трябва да се избягват.

Медицинските работници, предоставящи домашни грижи, трябва да направят оценка на риска, за да изберат подходящите ЛПС.