



**Azienda Sanitaria
Regionale del Molise**

MISURE DI PREVENZIONE DA ADOTTARE IN QUARANTENA DOMICILIARE

- La persona sottoposta a quarantena deve rimanere al proprio domicilio, in una stanza dedicata e dotata di buona ventilazione, possibilmente servita da bagno dedicato, dormire da sola, e limitare al massimo i movimenti in altri spazi della casa dove vi siano altre persone.
- La persona deve rimanere raggiungibile per le attività di sorveglianza attiva e misurare la temperatura corporea due volte al giorno e in caso di percezione di aumento della temperatura.
- Se disponibile un solo bagno, dopo l'uso, le superfici quali lavandino, bidet, wc e maniglie, devono essere accuratamente pulite con un detergente neutro. In seguito, praticare la disinfezione mediante un disinfettante efficace contro il virus, come l'alcol etilico al 70%, una soluzione di ipoclorito di sodio diluita allo 0,5% (es. la candeggina sul mercato è generalmente al 5% o al 10% di contenuto di cloro).
- È opportuno che i locali che ospitano il soggetto in quarantena siano regolarmente arieggiati.
- In presenza di altre persone, deve essere mantenuta una distanza di almeno un metro e deve essere assolutamente evitato ogni contatto diretto (compresi strette di mano, baci e abbracci).
- È necessario evitare la condivisione di oggetti come asciugamani, salviette o lenzuola, piatti, bicchieri, posate, ecc. Gli oggetti da cucina andranno lavati con attenzione con normale sapone e acqua calda.
- Il soggetto non può ricevere visite fino ad esaurimento della quarantena.
- La persona che si occupa della rimozione della biancheria e dell'igiene dei locali frequentati dal soggetto quarantena domiciliare deve indossare i guanti. La biancheria deve essere collocata in un sacco separato e gestita separatamente da quella del resto della famiglia o comunità.
- I rifiuti prodotti da chi è in quarantena devono essere smaltiti in un doppio sacchetto di plastica che deve essere chiuso e disposto in pattumiera chiusa.
- In caso di insorgenza dei sintomi o segni compatibili con COVID-19, anche lievi, in particolare febbre, faringodinia, tosse, rinorrea/congestione nasale, difficoltà respiratoria, mialgie, anosmia/ageusia/disgeusia, diarrea, astenia è necessario contattare il MMG o il PLS oppure, in caso di insorgenza di difficoltà respiratoria, rivolgersi al 112/118.

Il Medico di Sanità Pubblica