

Упатства за домашно лекување на пациенти со полесни симптоми на КОВИД-19 инфекција

Ова упатство е наменето за здравствени работници и здравствениот персонал кој доаѓа во контакт или ќе ги контактира пациентите кои се потврдени или се со суспектна инфекција со КОВИД-19 и се на домашно лекување.

Во состојба кога има зголемен број на пациенти сомнителни или со потврдена КОВИД-19 инфекција, можно е постоечките капацитети за хоспитализацијата да се недоволни за сите потврдени/сомнителни случаи. Најголемиот број пациенти со COVID-19 имаат некомплицирани или полесна болест (81%), некои развиваат тешка болест со потреба за кислородна терапија (14%), и околу 5% имаат потреба од третман во единица за интензивно лекување и нега.

Пациентите со лесна форма на болест, не мора да се хоспитализираат доколку нема опасност за брзо влошување, при што приоритет треба да се даде на изолацијата. Поради оваа причина, пациентите со благи симптоми кои немаат некое посериозно хронично заболување, како што се белодробни или срцеви заболувања, бубрежна инсуфициенција или имунокомпромисивни состојби, може да бидат згрижени и во домашни услови. Оваа одлука бара клиничка проценка и треба да се спроведе од доктор преку проценка на изводливост и условите за негата за пациентот во неговиот дом.

Матичниот/семеен лекар треба да биде вклучен во надзорот на здравствената состојба со следење на развојот на симптомите преку дневни телефонски повици и доколку е можно, преку посети во домот на пациентот.

Пациентите и членовите на семејството треба да се едуцираат за мерки за практикување на лична хигиена, спроведување на основните мерки за превенција и контрола на инфекција во домашни услови, за тоа како да се грижат за членот на семејството кој е со потврдена или сомнителна инфекција на КОВИД-19 што е можно посигурно и да го спречат ширењето на инфекцијата на другите членови од семејството.

I. Препораки за членови на семејството на пациентот во домашна нега:

- 1. Во периодот на домашна изолација и лекување строго се забранети посети во домот на пациентот!**
2. Пациентот да се негува во посебна и добро проветрена просторија.
3. По можност да се одреди едно лице кое ќе биде одговорно за грижа за пациентот. Лицето треба да е во добра здравствена состојба.
4. Членовите на семејството треба да останат во друга просторија или, ако тоа не е можно, да одржат растојание од најмалку 1,5 -2м од болното лице (на пр. спиење во посебен кревет).
5. (Исклучок може да се смета мајка што дои. Со оглед на беневитот од доењето и незначителната улога на мајчиното млеко во пренесувањето на респираторни вируси, мајката може да продолжи со доењето. Мајката треба да носи медицинска маска кога е во близина на своето бебе и да практикува хигиена на рацете пред близок контакт со бебето. Исто така ќе треба да ги примени и другите хигиенски мерки опишани во ова упатство).
6. Да го ограничат движењето на пациентот и да се минимизира користењето на заедничкиот простор. Да се обезбеди добра проветреност така што прозорците на заедничките простори ќе ги чувате почесто отворени (на пр. кујна, купатило).

- Лицето кое го негува пациентот, треба да носи обична медицинска маска прицврстена на лицето кога е во иста просторија со заболеното лице. За време на употребата, маските не треба да се допираат.

Ако маската се навлажува или се извалка со секрети, веднаш треба да излезете од просторијата на заболениот и да ја промените со нова. Употребената маска правилно се отстранува, веднаш се фрла во ќеса и корпа со отпадоци со капак. По вадење на маската веднаш се мијат рацете со сапун и вода најмалку 20 секунди.

- Да се мијат рацете со сапун и вода по секој контакт со заболено лице или по контакт со предмети од нивната непосредна околина. Исто така, да се мијат рацете пред и по подготвување на храна, пред јадење, после употреба на тоалетот. По потреба може да се употреби дезинфекциско средство со алкохолна основа за чистење на раце.
- Кога се користи сапун и вода, пожелно е користење на хартиени брисачи. Ако не се достапни, да се користат крпи/пешкири кои треба да се менуваат најмалку еднаш дневно. Секој член од семејството треба да користи сопствен пешкир/крпа.
- Респираторната хигиена треба да ја практикуваат сите во домот, а особено заболените лица во секое време. **Респираторната хигиена се однесува на покривање на устата и носот за време на кашлање или кивање со употреба на медицински маски, маски од ткаенини, проследено со миење на рацете. Доколку во моментот немате маска или шамивче устата и носот да се покријат со внатрешната страна од лактот!**
- По кашлањето и кивањето медицинските маски треба да се правилно да се отстранат како што е наведено во точка 7. Ако се користат платнени маски и шамивчиња за да се покријат устата или носот потребно е да се отстранат во посебна корпа и да се исперат со детергент на температура од 60-90 степени.
- Да се избегнува директен контакт со телесни течности, особено орални или респираторни секрети и столица. Да се користат ракавици за еднократна употреба при грижа за заболеното лице и при контакт со столица, урина и отпад. Да се измијат рацете пред и по отстранувањето на ракавиците.
- Ракавиците, маските и отпадот треба да бидат сместени во посебна корпа и посебна ќеса за отпадоци во просторијата на заболеното лице пред да бидат отстранети со другиот отпад од домаќинството.
- Да се избегнува допир со контаминирани предмети во непосредна околина на заболеното лице (на пр. избегнувајте споделување на четки за заби, цигари, прибор за јадење, садови, пијалоци, пешкири или постелнина).
- Приборот и садовите за јадење треба да се чистат со сапун или детергент и вода после употреба и може повторно да се користат наместо да се исфрлаат.
- Секојдневно да се чистат и дезинфицираат честопати површините кои се допираат, како што се масите и другиот мебел во собата на заболеното лице, со вообичаено средство за дезинфекција кое содржи средство за белење.
- Да се чистат и дезинфицираат површините во бањата и тоалетот барем еднаш дневно со редовно средство за дезинфекција кое содржи средство за белење.
- Да се пере облека, постелнини, пешкири на заболени лица со машина за перење на 60-90° C со детергент и темелно да се исушат.
- Да се избегнува тресење на облеката и постелнините од заболеното лице поради можен директен контакт на кожата и облеката со контаминирани материјали.
- Заболениот треба да остане дома најмалку 14 дена од почетокот на домашното лекување или сè додека не се опорави, а тоа да се утврди после спроведени клинички прегледи или лабораториски наод (два негативни тестови направени со растојание од најмалку 24 до 48 часа).
- Сите членови на семејството треба да се сметаат за контакти и нивното здравје треба да биде под постојан надзор.
- Бидејќи членовите на семејството не смеаат да излегуваат од домашната изолација, потребните намирници за семејството кое живее со пациентот треба да се достават

пред врата од трето лице (пријател, роднина, соседи и сл.), или Црвен крст. Алтернативно може да се врши нарачка и преку „online“ сервисите за достава.

II. Препораки за матични лекари и медицински лица кои ги следат заболените со КОВИД-19 на домашно лекување

За пациентите кои се на домашно лекување, матичниот лекар издава боледување во времетраење од 14 дена.

Епидемиолошката служба го известува ДСЗИ за заболеното лице кое е на домашно лекување и контактите, ДСЗИ издава решение за домашна изолација за контактите и за домашно лекување за пациентот.

Матичните доктори треба да бидат вклучени во следењето на здравствената состојба на контактите преку телефон и доколку е можно, преку лични посети на редовна основа. Матичниот лекар се грижи за здравствената состојба, ја следи и секојдневно контактира и во системот Мој Термин ги евидентира одговорите на прашањата:

- 1. Како е субјективното чувство на пациентот?**
 - a. Без промени
 - b. Подобрено
 - c. Влошено (консултација со инфектолог)
- 2. Истоштеност, болки во зглобови и/или мијалгија?**
 - a. Да
 - b. Не
- 3. Колку изнесува највисоката измерена телесната температура?**
 - a. Да се изрази во број _____
(температура над 38.5C бара консултација со инфектолог)
- 4. Каква е измерената температура во однос на претходниот ден?**
 - a. Непроменета
Покачена (температура над 38.5C бара консултација со инфектолог)
 - b. Намалена
- 5. Кашлица?**
 - a. Нема
 - b. Има, непроменета
 - c. Има, влошена (консултација со инфектолог)
- 6. Искашлок**
 - a. Да
 - b. Не
- 7. Отежнато дишење**
 - a. Да (консултација со инфектолог)
 - b. Не
- 8. Дијареја**
 - a. Да
 - b. Не

Пациентите со полесна COVID-19 инфекција треба да се обезбедат со симптоматска терапија, како на пример антипиретици за температура и да се информираат и советуваат за симптомите и знаците за евентуални компликации.

Доколку се влошува состојбата, матичниот лекар треба итно да побара консултација со инфектолог кој ќе даде насоки за понатамошното лекување и по потреба хоспитализација.

Листа на телефони за консултација со инфектолог според градови
ИСКЛУЧИВО ЗА МАТИЧНИ ЛЕКАРИ, (НЕ СЕ ЗА ПАЦИЕНТИ!!!)

Скопје: 078 395 481; 078 395 482;

Тетово: 070 263 661

Битола: 070 764 024; 070 339 750

Охрид: 075 213 864

Гостивар: 070 271 371

Прилеп: 075 296 860

Куманово: 076 315 970

Кавадарци: 070 876 140

Струмица: 078 415 633

Велес: 070 375 186

Струга: 070 681 436

Штип: 071 328 287

Кичево: 070 318 184

III. Препраќање на пациенти на болничко лекување

Доколку пациентот на домашно лекување треба да се испрати на болничко лекување, матичниот лекар се консултира со инфектолог и се организира најсоодветен начин за транспорт на пациентот, согласно неговата здравствена состојба.

Потребно е:

- Да се извести болницата дека се транспортира пациент со КОВИД-19.
- При транспорт до болницата, заболеното лице треба да носи медицинска маска како и лицата кои го придружуваат.
- Ако се транспортира со медицинско возило се применуваат соодветни мерки и процедури за превенција на ширење на инфекција.
- Не смее да се користи јавен транспорт до здравствената установа.
- Соодветна хигиена на рацете треба да се спроведува од страна на контактите на заболеното лице и од страна на лицата кои го придружуваат.
- Сите површини на кои има респираторни секрети и други телесни течности треба да бидат дезинфицирани со средство на база на хлор.
- Медицинското возило по транспортот задолжително се дезинфицира

Извор:

Материјалите се превземени од СЗО и адаптирани согласно поставеноста на здравствениот систем во РСМ