

RECOMMANDATIONS POUR L'ISOLEMENT À DOMICILE POUR LES CAS CONFIRMÉS DE COVID-19 OU POUR LES PERSONNES CONTACT

RACCOMANDAZIONI PER L'ISOLAMENTO DOMICILIARE
PER I CASI CONFERMATI DI COVID-19 O PER I CONTATTI STRETTI

- 1) Ne pas quitter le domicile même en l'absence de symptômes ; il est possible d'aller dans le jardin à condition qu'il soit utilisé uniquement par les personnes en quarantaine.
- 2) Prendre sa température deux fois par jour (matin et soir) (la température doit être prise 4 heures au moins après la prise d'antipyrétiques).
- 3) Réduire au strict minimum le nombre de visiteurs.
- 4) Porter toujours un masque (chirurgical) en présence des autres personnes de la maison ou des visiteurs et maintenir une distance d'au moins 1-1,5 mètre ; protéger le nez et la bouche en cas de toux ou d'éternuements, jeter les mouchoirs en papier tout de suite après les avoir utilisés et se laver scrupuleusement les mains.
- 5) Rester, si possible, dans une pièce séparée des autres personnes de la maison surtout en présence de symptômes.
- 6) Aérer plusieurs fois par jour la pièce ou les pièces habituellement utilisées.
- 7) Si possible, utiliser une salle de bains séparée. Si on n'a pas le choix, nettoyer régulièrement et scrupuleusement la salle de bains après chaque utilisation.
- 8) Prendre les repas après les autres personnes de la maison en utilisant de la vaisselle strictement personnelle.
- 9) Se laver très souvent et soigneusement les mains avec de l'eau et du savon ou des détergents à base alcoolique. Se sécher les mains avec des serviettes en papier à jeter immédiatement après utilisation ou, en alternative, utiliser des serviettes strictement personnelles et les séparer toujours des autres.
- 10) Laver les draps, les serviettes et les vêtements à 90° avec une lessive normale; si le tissu ne permet pas le lavage à 90°, ajouter à la lessive de l'eau de javel ou des produits à base d'hypochlorite de sodium.
- 11) Nettoyer les pièces et les surfaces avec un détergent neutre puis avec des solutions à base d'hypochlorite de sodium à 0,1% ou avec de l'alcool éthylique à 70% pour les matériaux risquant d'être endommagés avec l'hypochlorite de sodium.
- 12) Si les symptômes s'aggravent avec des difficultés respiratoires, appeler le médecin traitant ou le 118.