

## **Prevence a hygienická opatření proti šíření onemocnění, pokud jsou v domácí péči osoby s podezřením nebo potvrzeným onemocněním koronaviry (COVID-19)**

30. březen 2020

Dokument ECDC stanoví pokyny pro opatření k prevenci a kontrole infekcí (IPC) u lidí s podezřením nebo potvrzeným onemocněním koronaviry (COVID-19), kteří mají mírné symptomy a nevyžadují hospitalizaci, proto jsou izolováni doma.

**Cílovou skupinou** je široká veřejnost zemí EU/EEA a Velké Británie.

Do 30. března 2020 bylo na celém světě hlášeno více než 700 000 případů COVID-19 ve více než 150 zemích světa. Počet hlášených případů COVID-19 se rychle zvyšuje ve všech zemích EU/EEA a Velké Británii, což představuje významný rostoucí podíl globálních případů. Klinická prezentace mezi hlášenými případy COVID-19 se liší ve své závažnosti od asymptomatických případů, přes subklinické infekce a mírná onemocnění až po závažné nebo fatální případy; zhoršení klinického průběhu onemocnění může nastat náhle, často v průběhu druhého týdne nemoci [1].

Další informace o onemocnění jsou k dispozici: Rychlé posouzení rizika ECDC [1], ECDC [2], WHO [3].

### **Izolace v domácím prostředí**

Podezření nebo potvrzení pacienti s COVID-19 s mírnou klinickou symptomatologií (zejména horečka, kašel, bolesti hlavy a malátnost) nevyžadují hospitalizaci a mohou být bezpečně léčeni doma. Většina těchto případů se spontánně zotaví bez komplikací.

Protože se však klinický průběh onemocnění může v některých případech domácí samoléčby zhoršit a může dojít k progresivní dušnosti v důsledku onemocnění dolních cest dýchacích, většinou ve druhém týdnu nemoci, měli by být pacienti poučeni, jak postupovat, pokud by pociťovali dušnost (obtížné dýchání).

Samoizolaci a domácí péči lze zvážit také u symptomatických pacientů, kteří již nevyžadují hospitalizaci, nebo v případě informovaného odmítnutí hospitalizace [1].

## **Prevence a hygienická opatření proti šíření onemocnění, pokud jsou v domácí péči osoby s podezřením nebo potvrzeným onemocněním koronaviry (COVID-19)**

### **Všeobecné pokyny**

- Omezte počet osob ošetřujících podezřelého nebo potvrzeného pacienta COVID-19. Je lepší, pokud se o nemocného bude starat pouze jedna osoba. Tato osoba by měla být zdravá a neměla by mít jiná základní onemocnění, jako jsou vysoký krevní tlak, cukrovka, problémy se srdcem anebo plícemi. Osoby v domácnosti patřící do vysoce rizikových skupin (např. starší lidé, lidé s oslabenou imunitou a osoby s jiným základním onemocněním) by se měli vyhýbat kontaktu s pacientem a s objekty, s nimiž se tento dostal do kontaktu. Sdílení společných prostor těmito osobami (nemocným a rizikovými osobami) by mělo být co nejvíce omezeno a musí být dodržována velmi přísná hygiena rukou všemi.
- Pacient by měl být umístěn sám v místnosti, která bude pravidelně větrána (oknem).

- Pacient by měl používat pokud možno oddělenou toaletu a koupelnu. Pokud toto není možné, důkladná hygiena těchto prostor je nutná!
- Mělo by být zamezeno sdílení jakýchkoliv předmětů s pacientem (např. nádobí, ručníky aj.)
- Všechny sdílené oblasti by měly být dobře a často větrané (oddělené větrání jednotlivých zavřených místností, nevytváříme průvan); často používané plochy a povrchy (např. kliky, světelné spínače) by měly být pravidelně a často čištěny neutrálními čisticími prostředky.
- Často a pravidelně si umývejte ruce mýdlem a teplou vodou, zejména po kontaktu s pacientem nebo s jakýmkoli povrchem, kterého se pacient dotýkal, zejména před a po přípravě jídla, před jídlem, po použití toalety.
- Záchod, umyvadlo v koupelně a podobná často používaná místa by měla být čistěna denně tak, aby se zabránilo rozstříku. Povrchy a předměty by měly být dezinfikovány pomocí normálního domácího čisticího prostředku, v ředění odpovídajícím 0,05–0,1% chlornanu sodného (20 ml domácího bělidla by mělo být naředěno v 1 litru vody). Tento roztok by měl být použit okamžitě a připraven vždy, když je to potřeba, čerstvý.
- Uklízejte a dezinfikujte pokoj pacienta pravidelně (např. denně); používejte jednorázové čisticí prostředky (např. jednorázové utěrky). Pokud nejsou k dispozici jednorázové čisticí prostředky, měl by být čisticí materiál (hadřík, houba atd.) umístěn do dezinfekčního roztoku 0,05% – 0,1% chlornanu sodného, připraveného podle výše uvedeného popisu.
- Osoba provádějící úklid čištění by měla nosit jednorázové rukavice a chirurgickou masku. Pacienti s mírnými příznaky mohou svůj pokoj uklízet sami.
- Ložní prádlo, ručníky, pyžamo a další textilie používané pacientem by měly být uloženy ve vyhrazeném prádelním vaku v pacientově pokoji, do doby, než budou vyprány běžným pracím prostředkem při teplotě 90 °C (cyklus horké vody). Pokud nelze předmět prát v cyklu horké vody, měly by se použít k dekontaminaci prádla v průběhu praní prostředky určené k bělení nebo jiným dezinfekčním pracím prostředkům.
- Pacient by měl mít ve svém pokoji odpadní vak na použité materiály, obličejové masky a jiný odpad; toto by mělo být následně v igelitovém pytli zavázáno a mělo být následně odhozeno do netříděného odpadu.
- Do bytu a domu, kde je nemocný s COVID-19 nebo podezřením na ně, by neměli chodit žádné návštěvy, dokud se pacient zcela neuzdraví.
- Pokud má domácnost více než jednoho podezřelého nebo potvrzeného pacienta COVID-19, mohou být všichni pacienti izolováni ve stejné místnosti.

#### **Prevenice infekce a kontrolní opatření prováděná pacientem k zabránění přenosu infekce (v domácnosti)**

- Zamezte fyzickému kontaktu (např. objetí, třes rukou, atd.) s ostatními členy domácnosti.
- Vyvarujte se co nejvíce sdíleným prostorům a zůstaňte v jedné dobře větrané místnosti.
- Noste obličejovou roušku, která co nejvíce zakrývá nos a ústa, zejména pokud jste ve sdílených prostorách.
- Obličejová rouška by měla být často měněna; vždy vyměňte, když je zašpiněná nebo zvlhčená.
- Když je obličejová rouška sundávána, mělo by tak být učiněno pouze dotykem za šňůrky nebo gumičku, nikdy se nedotýkejte přední a spodní strany. Po sejmutí roušky je třeba ruce okamžitě a důkladně omýt / vydezinfikovat.

- Pokud nebude obličejová rouška nasazena, měl by být při kýchání nebo kašli zakrytý nos a ústa papírovým kapesníkem nebo jinou látkou. Papírové kapesníky by měl mít pacient připraveny k dispozici. Tyto by měly být ihned po použití odhozeny (pozn.: nejlépe do uzavíratelného koše) a ruce je třeba řádně omýt / vydezinfikovat.
- Umývejte si ruce často mýdlem a teplou vodou, osušte si je papírovými jednorázovými utěrkami a / nebo si ruce vydezinfikujte (pozn.: po nanesení dezinfekce nechat na ruku zaschnout). Pokud nejsou k dispozici jednorázové ručníky, měly by být textilní ručníky použity a uchovávány odděleně od ručníků používaných ostatními členy domácnosti; ručníky by se měly pravidelně vyměňovat a prát podle výše uvedených pokynů.
- Používejte vyhrazené kuchyňské náčiní a příbory. Tyto by měly být po každém použití pečlivě umyty.

### **Prevence infekce a kontrolní opatření prováděná ošetřovatelem pacienta k zabránění přenosu infekce (v domácnosti)**

- Vyvarujte se blízkého kontaktu s pacienty, a pokud je to možné, udržujte od nich vzdálenost minimálně 1 metr.
- Často si umývejte ruce, zejména po kontaktu s pacientem a s jakýmkoli předmětem, se kterým byl pacient v kontaktu (např. kuchyňské nádobí, ložní prádlo, toaleta atd.). Účinné je umývání rukou mýdlem a teplou vodou, také lze použít dezinfekční roztok na ruce na bázi alkoholu.
- Používejte ručníky k jednorázovému použití. Pokud jednorázové utěrky nejsou k dispozici, vyměňujte textilní ručníky často a perte je pomocí běžného pracího prostředku v cyklu horké vody (90 °C). Nelze-li tyto prát v cyklu horké vody, použijte k dekontaminaci textilu bělidlo anebo jiné dezinfekční prací prostředky.
- Noste obličejovou roušku, když se nacházíte ve stejné místnosti s pacientem, nebo obecně, když jste v těsném kontaktu s pacientem. Rouška by měla být měněna po každém použití; pokud to není možné, měla by být měněna, když je znečištěná, špinavá nebo vlhká.
- Snímání obličejové roušky by mělo být provedeno pouze dotekem za šňůrky či gumičku, nedotýkejte se přední ani spodní strany. Po sejmutí obličejové roušky by měly být ruce okamžitě a důkladně omyty / vyčištěny.
- Při péči o pacienta nebo při kontaktu s jeho tělními tekutinami (např. sliznice, stolice, moč atd.) noste rukavice. Rukavice by měly být vyměněny po každém použití, když jsou znečištěné nebo pokud je narušena jejich integrita. Ruce by měly být omyty / očištěny ihned po sundání rukavic.
- Osoby pečující o pacienta s onemocněním COVID-19 musejí být následných 14 dní po zotavení pacienta v karanténě a sledovat, zda se u nich neobjeví příznaky onemocnění COVID-19 (např. horečka, kašel).

### **Nakládání s domácím odpadem**

- Pacientův vlastní odpad by měl být umístěn v pacientově pokoji.
- Papírové kapesníky a obličejové roušky používané pacientem by měly být okamžitě vloženy do odpadního vaku, který byl umístěn v pacientově pokoji (pozn.: pokud je to možné v uzavíratelném odpadkovém koši).
- Rukavice a obličejové roušky používané ošetřovatelem a /nebo osobou provádějící úklid by měly být po jejich odchodu okamžitě vloženy do druhého odpadního koše, který je umístěn v blízkosti dveří místnosti pro pacienta.

- Odpadní koš (pytel) by měl být uzavřen či zavázán před odnosem odpadu z pacientova pokoje. Odpad by měl být vynášen často a pravidelně a nikdy by neměl být přesypáván do jiného pytle.
- Jednotlivé zavázané odpadní pytlíky či sáčky mohou být společně umístěny do jiného většího pytle či domácího odpadního koše.
- Společný nebo pacientův odpad zvlášť pak může být vyneseno do smíšeného, netříděného odpadu. Uzavřené odpadové sáčky pro pacienty lze uložit přímo do netříděného odpadu. Není nutná žádná speciální sběrná činnost ani jiná metoda likvidace. Po manipulaci s odpadními koši by měla být provedena přísná hygiena rukou: použijte dezinfekční prostředky na ruce a mýdlo a / nebo dezinfekci na bázi alkoholu.

#### **Literatura:**

1. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: increased transmission in the EU/EEA and the UK –seventh update 2020. Stockholm: ECDC; 2020. Available from: <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/RRA-seventh-update-Outbreak-of-coronavirus-disease-COVID-19.pdf>.

2. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). COVID-19[internet]. Stockholm: ECDC;2020 [cited 2020 27 March]. Available from: <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>.

3. World Health Organisation (WHO). Coronavirus disease (COVID-19) outbreak 2020[internet]. Geneva: WHO; 2020[cited 2020 27 March]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

*Poznámka: Nakládání s odpadem řeší aktualizovaná stanoviska v souvislosti s COVID-19. Doporučení Národního referenčního centra pro hygienu půdy a odpadů SZÚ, která obsahují pokyny, jak nakládat s jednorázovými rouškami, respirátory, rukavicemi u pracovníků, zdravých i nemocných obyvatel s COVID-19 i u lidí v karanténě.*