

Co dělat, aby se nemoc nešířila mezi další členy domácnosti?

V ideálním případě by každý člověk v karanténě měl mít svůj byt, nebo svoji privátní místnost a toaletu s koupelnou, kam nebude nikdo jiný chodit. Jenže realita je jiná a luxus takové karantény si může dovolit jen zlomek nemocných. Pokud tedy vy, nebo ten, s kým žijete v domácnosti, onemocníte nemocí COVID-19, je potřeba dodržovat pravidla, abyste nákazu nešířili.



Jeden pokoj pro nemocného

Jestliže je to možné, vyhradte v bytě či domě jednu místnost pro nemocného, i za předpokladu zhoršeného pohodlí pro ostatní. Pokoj, kde pobývá nemocný, by neměl navštěvovat nikdo jiný. Pacient by měl vycházet pouze v nezbytně nutných případech, třeba kvůli hygieně nebo jídlu.

Místnost by měla být dobře a často větrána.

Vyhradte nakaženému osobní předměty, které bude používat pouze on a nikdo jiný. Kromě samozřejmých věcí, jako jsou věci osobní hygieny, mezi ně zařaďte také nádobí, ručníky, ložní prádlo.

Oblečení perte na maximum

Oblečení i lůžkoviny po dobu nemoci skladujte v igelitových pytlech. Pokud je potřebujete vyprat, vždy volte nejvyšší možnou teplotu, kterou tkanina povoluje, například bavlnu lze prát až na 90 °C. Ideální jsou ale všechny teploty nad 60°C. Prádlo pak vyžehlete opět na nejvyšší možnou teplotu. Jestliže pacientovi pere zdravý člověk, měl by si na to vzít ochranné

rukavice a ideálně ještě plastovou zástěru, kterou posléze vydezinfikuje. Očistit je třeba také okolí pračky. Prostě všechna místa, která přišla do kontaktu s věcmi nemocného.

Do koupelny poslední

Speciální opatření je nutné udělat i v koupelně. Je důležité, aby si pro vlastní potřebu vyhradil ručníky, které bude používat pouze on sám. A to nejen na koupel, ale i na mytí rukou či obličeje. Hygienu by měl provádět vždy jako poslední z celé rodiny a posléze po sobě řádně uklidit a místnost vydezinfikovat.

Podobná pravidla platí i pro kuchyň. Do ní by nakažený měl chodit pouze tehdy, není v ní nikdo jiný. Tam si vezme jídlo a odnese si ho do svého pokoje, kde si jej může v klidu sníst. Lepší však je, když mu ho položíte přede dveře, aby zbytečně nechodil po bytě. Nádobí pak musí být umyto horkou vodou a čisticím prostředkem. Nemocný by měl mít také svoji privátní utěrku, kterou se bude nádobí utírat. Pokud to za něj dělá ošetřující člověk, vždy musí mít ochranné rukavice.

Odpadky izolujte na dvakrát

Udělejte i speciální koš na odpadky, kam přijdou věci pouze od nemocného, ať už to jsou posmrkané kapesníčky, anebo třeba ohryzek od jablka. Pytel vždy důkladně zavazujte. Když je naplněn, vložte jej ještě do jednoho plastového pytle, a teprve poté jej vyhodte do popelnice.

Pokud se doma musí potkat nakažená osoba s pečujícím, chraňte se rouškami. A základní pravidlo mýt si ruce vždy, když byste měli přijít do kontaktu s nějakou věcí od nakaženého, je samozřejmostí.