



Fletëpalosje për pacientet dhe pacientët

Çka duhet të bëni, nëse jeni të infektuar me korona-virusin e ri (SARS-CoV-2) dhe duhet të qëndroni të izoluar në shtëpi?

Ju jeni i testuar me infeksion, por nuk jeni të detyruar të trajtoheni në spital pasi që gjendja Juaj e përgjithshme është e mirë. Megjithatë duhet të izoloheni në shtëpi. Udhëzimet vijuese ju bëjnë me dije se çfarë masash të kujdesit duhet të ndërmerri Ju dhe rrethi Juaj që të parandaloni përhapjen e virusit.

Të gjitha informacionet e nevojshme mbi korona-virusin e ri mund t'i gjeni në ueb-faqen e Entit Federal për Shëndetësi (Bundesamt für Gesundheit (BAG)): www.bag.admin.ch/neue-coronavirus si dhe në ueb-faqen e Drejtorisë për Shëndetësi (Gesundheitsdirektion). www.gdz.ch/coronavirus.

Mbikëqyreni gjendjen Tuaj shëndetësore

- Lajmërohuni tek mjeku që ju ka në trajtim, nëse simptomat Tuaja përkeqësohen (për shembull: temperaturë e lartë apo probleme frymëmarrjeje) dhe zbatoni udhëzimet.
- Në rast se është i domosdoshëm konsultimi i mjekut, duhet të vendosni maskë higjienike.

Nëse jetoni vetëm

- Lejoni anëtarët e familjes/shokët apo shoqet/ shërbimet e sjelljes që t'ua sjellin në shtëpi gjërat ushqimore dhe produktet e tjera të domosdoshme jetësore si p.sh. medikamentet.

Nëse jetoni së bashku me persona të tjerë në të njëjtën amvisëri

- Nëse është e mundur, vendosuni vetëm në një dhomë dhe mbylleni derën dhe ushqehuni në dhomën Tuaj. Ajroseni dhomën rregullisht. Shmangeni çfarëdo vizite dhe kontakti dhe dilni nga dhoma, vetëm nëse është e domosdoshme.
- Shfrytëzoni banjën Tuaj. Nëse kjo nuk është e mundur, pastrojini pajisjet e përbashkëta sanitare (dushin, tualetin, lavamanin) pas çdo përdorimi me një mjet të zakonshëm të pastrimit që përdoret në amvisëri
- Mos i përdorni enët, gotat, filxhanët, pajisjet e kuzhinës, peshqirët apo rrobat e shtratit bashkë me personat e tjerë. Lajini me kujdes pajisjet pas përdorimit të tyre në makinën e larjes apo me ujë dhe me sapun.
- Lajini rrobat Tuaja, rrobat e shtratit dhe peshqirët e banjës rregullisht në makinë.

Larja e duarve

- Ju dhe personat e tjerë të rrethit Tuaj duhet që për të paktën 20 sekonda t'i lani duart me ujë dhe me sapun. Nëse nuk keni ujë dhe sapun, pastroni duart me ndonjë mjet dezinfektues të duarve duke lyer tërë duart me lëngun dezinfektues deri sa ato të teren. Sapuni dhe uji duhet të përdoret sidomos atëherë kur duart shihen se janë të ndyra. Edhe pasi të keni përgatitur ushqimin, para dhe pas ngrënies, pasi të keni qenë në tualet dhe gjithnjë kur duart shihen se janë të ndyra, duhet të lahen me ujë dhe me sapun.

Mbulojeni gojën kur kolliteni apo teshtini

- Mbulojeni gojën dhe hundën me një shami letre (faculetë letre), nëse teshtini apo kolliteni.
- Materialet, me të cilat keni mbuluar gojën dhe hundën, duhet të hidhen ose të lahen pasi të jenë përdorur.
- Hidhni shamitë e letrës (faculetat) në një kovë të veçantë mbeturinash në dhomën Tuaj.

Mbani maskën

- Gjithmonë kur dilni nga dhoma.
- Në prani të personave tjerë, sidomos kur hyn dikush në dhomën Tuaj.

Përdorimi i drejtë i maskës higjienike

- Vendoseni maskën higjienike me kujdes ashtu që ta mbulojë hundën dhe gojën dhe tërhiqeni atë derisa ajo të rrijë e vendosur fort në fytyrë.
- Mos e prekni maskën më pasi ta keni vendosur. Lajini duart me ujë dhe me sapun apo me mjet dezinfektues pas çdo përdorimi të maskës higjienike, si për shembull me rastin e heqjes së saj.
- Nëse maska bëhet e lagësht, duhet zëvendësuar me një maskë tjetër të pastër dhe të terur.
- Maskat higjienike për një përdorim nuk guxojnë të përdoren sërish.
- Hidhni maskat me përdorim të njëhershëm pas çdo përdorimi menjëherë pasi ta keni hequr atë.

Përfundimi i izolimit në shtëpi

- Vendimi për përfundimin e masës izoluese në shtëpi sillet në secilin rast veç e veç nga ana e mjekut që e bën trajtimin.