



Covid-19 slimnieka aprūpe mājās

Publicēts: 09.04.2020.

Atjaunināts: 12.08.2022.

Ieteikumi ģimenes ārstam Covid-19 infekcijas slimnieka uzraudzībai mājas izolācijas režīmā

Lēmumu par pacienta ar Covid-19 infekciju ārstēšanu mājās ārstniecības persona pieņem vadoties pēc pacienta klīniskā stāvokļa un citu apstākļu novērtējuma.

Mājas aprūpe pacientam ar Covid-19 infekciju var tikt veikta vieglas slimības gadījumā (neliels drudzis, klepus, nogurums, iesnas u.tml.) un bez tādām pazīmēm kā elpas trūkums, apgrūtināta vai paātrināta elpošana, apjukums u.c.

Hospitalizācija ir nepieciešama, ja pacientam ir hroniskas slimības: plaušu vai sirds slimības, nieru mazspēja, imūnkompromitēts stāvoklis (piem., ķīmijterapija, HIV/AIDS) u. c., kas var radīt infekcijas komplikāciju risku.

Ja pacientam nav nepieciešama hospitalizācija vai pēc izrakstīšanas no slimnīcas nozīmēta ārstēšana mājās, pacienta veselības stāvokļa novērošanu veic ģimenes ārsts, telefoniski sazinoties ar pacientu un vienojoties par turpmāko novērošanas un ārstēšanas gaitu.

Telefoniski sazinoties ar pacientu, ģimenes ārsts pārliecinās, ka pacienta stāvoklis pieļauj iespēju ārstēties mājās apstākļos, informē pacientu par noteikumiem mājas izolācijai, atbilstoši zemāk pievienotajai informācijai.

Covid-19 infekcijas slimniekiem, kuri pieder veselības riska grupai un ārstējas mājās ieteicama periodiska ģimenes ārsta attālinātā (telefoniski) uzraudzība, lai laikus pamanītu veselības stāvokļa pasliktināšanos. Pacientam ārstēšanās periodā jāsadarbības un jābūt pieejamam saziņai (sazvanāmam) ar ģimenes ārstu.

Ja ģimenes ārsts pēc saziņas konstatē, ka pacientam nav iespējas nodrošināt pārtikas un pirmās nepieciešamības preču iegādi, ģimenes ārsts sazinās ar attiecīgās pašvaldības sociālo dienestu, lai tiktu organizēta pacientam nepieciešamā palīdzība.

Ja slimnieka veselības stāvoklis ievērojami pasliktinās, ģimenes ārsts nekavējoties organizē pacienta hospitalizāciju ar NMPD palīdzību.

Darba nespējas lapas noformēšana

Ja darbinieks ir inficējies, bet darba pienākumus var veikt attālināti savā dzīvesvietā un veselības stāvoklis to atļauj, kā arī par to ir vienojis ar darba devēju, darbiniekam nav nepieciešama darba nespējas lapa, bet darbinieks turpina savus darba pienākumus dzīvesvietā, ievērojot izolācijas nosacījumus.

Ja darbiniekam darba pienākumi jāveic klātienē ārpus dzīvesvietas, izolācijas pasākumu ievērošanai darbinieks var saņemt darba nespējas lapu izolācijai karantīnas laikā.

Darba nespējas lapas nepieciešamība un darba nespējas laiks ir atkarīgs no darba vietā organizētajiem pretepidēmijas pasākumiem izolācijas saīsināšanas nolūkā un darbinieks ar darba devēju par to vienojas.

Ja darbiniekam ir nepieciešama Darba nespējas lapa izolācijai karantīnas laikā, darbinieks par to informē ģimenes ārstu, tai skaitā norādot plānoto izolācijas laiku.

Noteikumi Covid-19 pacienta izolācijai mājas apstākļos

Stingri jāievēro mājas režīms.

Nedrīkst pamest dzīvesvietu t.sk. doties uz darbu, izglītības iestādi, apmeklēt sabiedriskas vietas, izmantot sabiedrisko transportu. Maksimāli jāierobežo jebkādi kontakti ar citiem cilvēkiem.

Norobežot jeb izolēt slimnieku.

Vēlams piešķirt slimniekam atsevišķu telpu. Tai ir jābūt labi vēdināmai (t.i. ar atveramu logu un durvīm) vienvietīgai istabai. Ģimenes locekļiem ieteicams uzturēties citās telpās. Ja tas nav iespējams, ievērot vismaz 2 m attālumu no slimās personas. Negulēt vienā gultā ar slimo personu.

Telpā nepieciešams nodrošināt pacientam nepieciešamos higiēnas priekšmetus, piemēram, roku dezinfekcijas līdzekli, sejas maskas, dvieļi, vienreizlietojamās salvetes, mitrās salvetes, atkritumu tvertni (lietoto salvešu u.c. atkritumu) izmešanai. Pacientam jānodrošina individuāli trauki (krūzes, šķīvji, karotes u.c. piederumi) un gultas veļa. Pacienta traukus ieteicams kārtīgi nomazgāt un apstrādāt ar karstu ūdeni (+70OC). Ja ir pieejams, labāk mazgāt trauku mazgājamā mašīnā augstas temperatūras režīmā.

Samazināt pacienta pārvietošanos dzīvesvietā un koplietošanas telpās (tualetes, vannas istaba, virtuve). Ja iespējams, tad pacientu nodrošināt ar atsevišķu sanitāro mezglu un ēdināšanu atsevišķā telpā. Ja tas nav iespējams, tad bieži vēdina un uzkopj koplietošanas telpas.

Lai samazinātu elpceļu pilienu izplatīšanos, pacientam jālieto FFP2 respirators bez vārsta (ja nav iespējams – vienreizlietojama medicīniskā maska). Ja maska nav uzlikta, klepojot vai šķaudot rūpīgi jānosedz mute un deguns ar vienreiz lietojamu salveti. Tā nekavējoties jāizmet noslēgtā atkritumu tvertnē (ievietojot atkritumu maisiņā) un jānomazgā vai jādezinficē rokas.

Ierobežot aprūpētāju skaitu. Ieteicams, lai slimnieka aprūpē iesaistās tikai viens piederīgais. Vēlams, lai personai, kura aprūpē pacientu, ir laba veselība un nav hroniskas slimības.

Nepieļaut citu cilvēku apmeklējumus. Izslēgt citu personu vizītes (draugu, radu, kaimiņu, darba kolēģu). Ļoti svarīgi ir novērst kontaktus ar personām, kuras vecākas par 60 gadiem un personām ar hroniskām saslimšanām.

Visām personām rūpīgi mazgāt vai dezinficēt rokas pēc jebkuras pieskaršanās pacientam vai priekšmetiem ap pacientu (piemēram, gultai, traukiem, drēbēm). Roku mazgāšana jāveic arī pirms un pēc ēdiena gatavošanas, pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklēšanas un visās situācijās, ja rokas ir netīras. Ja rokas ir vizuāli tīras, var lietot spirtu saturošu roku dezinfekcijas līdzekli. Ja uz rokām ir redzami netīrumi, tās jāmazgā ar ziepēm un ūdeni. Ar nemazgātām rokām nepieskarties sejas zonai (mutei, acīm vai degunam).

Personai, kura veic pacienta aprūpi, rūpīgi jāuzliek sejas maska. Maskai labi jāpieguļ sejai un maskas priekšējai daļai nedrīkst pieskarties ar rokām. Ja maska paliek mitra vai netīra, tā jānomaina. Masku noņem no aizmugures uz priekšu aiz saitēm, nepieskaroties maskas priekšpusei. Pēc maskas noņemšanas to izmet noslēgtā atkritumu tvertnē (ievietojot atkritumu maisiņā) un veic roku higiēnu. Video pamācības un informāciju par masku uzlikšanu un lietošanu, var apskatīt šeit:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

Aprūpes laikā jāizvairās no kontakta ar pacienta ķermeņa šķidrumiem, īpaši izdalījumiem no elpceļiem (piemēram, krēpām) un fēcēm (izkārnījumiem). Ja tas nav iespējams, lieto vienreiz lietojamus cimdus un masku, piemēram, noslaukot pacienta degunu, savācot urīnu, krēpas, izkārnījumus vai citus atkritumus. Veic virsmu dezinfekciju. Pēc cimdu novilkšanas veic roku higiēnu (mazgāšanu vai dezinfekciju).

Vienreiz lietojamus cimdus vai maskas nedrīkst lietot atkārtoti! Tos izmet kā pacienta atkritumus.

Telpā, kur uzturas pacients, regulāri veic mitro uzkopšanu un dezinfekciju. Uzkopšanai izmanto sadzīvē lietojamus mazgāšanas līdzekļus un pēc tam veic telpas dezinfekciju. Var izmantot līdzekļus ar kombinētu iedarbību (tīrīšanas un dezinfekcijas).

Pastiprināta uzmanība jāpievērš priekšmetiem un virsmām, kam inficētais pacients ir pieskaries (rokturi, galda virsmas, gultas malas). Nelielu virsmu apstrādi var veikt ar 70% spirta šķīdumu. Jātīra un jādezinficē arī koplietošanas telpas (piemēram, tualete, vannas istaba) vismaz vienu reizi dienā. Plašāk <https://www.spkc.gov.lv/lv/rekomendacijas>

Pacienta netīro veļu un gultas veļu savāc rūpīgi, to nepurinot un nepiespiežot pie apģērba. Mazgā veļas mašīnā ar veļas mazgāšanas līdzekli 60 - 90°C (vēlams 90°C vai karstākajā temperatūrā, kādu auduma veids pieļauj) temperatūras režīmā. Kārtīgi izžāvē. Veļu mazgā atsevišķi no citu ģimenes locekļu veļas.

Uzkopjot telpas, savācot netīro veļu, atkritumus, lieto masku, cimdus un priekšautu.

Bieži vēdināt telpas pilnībā atverot logu.

<https://www.spkc.gov.lv/lv/covid-19-slimnieka-aprupe-majas>