

**Po wypisie ze szpitala i zakończonym okresie izolacji osoba po przebyciu COVID-19  
powinna przestrzegać następujących zasad:**

1. Po powrocie do domu należy wziąć prysznic, umyć ciało i włosy, ubrania i ręczniki wyprać.
2. Przez co najmniej 48 zachowywać dystans i izolację od osób współzamieszkujących oraz nie spotykać się z innymi osobami spoza gospodarstwa domowego, nie przyjmować gości.
3. W czasie kontaktu z innymi domownikami przez 48 godz. używać maski medycznej.
4. Mieszkanie często wietrzyć.
5. Błaty, uchwyty w kuchni, włączniki światła, klamki itp. przecierać wodą z detergentem lub preparatem na bazie alkoholu.
6. Należy często myć ręce wodą z mydłem lub dezynfekować je preparatem alkoholowym (zawartość alkoholu 70%).
7. Należy używać własnych ręczników i własnych przyborów toaletowych.
8. Często zmieniać pościel, ręczniki, bieliznę osobistą.
9. Przez 48 godz. do spożywania posiłków najlepiej wydzielić naczynia i sztućce, które należy myć w gorącej wodzie lub w zmywarce w temp. 60°.
10. Często sprzątać i dezynfekować toaletę, jeśli to możliwe używać oddzielnej od pozostałych domowników toalety.

Po skorzystaniu z toalety, prysznic, wanny, umywalki należy je umyć i zdezynfekować używając preparatów chlorowych (ACE, Domestos).

Wodę w muszli klozetowej spuszczać przy zamkniętej klapie.

11. Jeżeli osoba wypisana ze szpitala po zakończeniu izolacji wymaga opieki osób trzecich, osoba która opiekuje się chorym przy kontakcie bezpośrednim, przy wykonywaniu czynności pielęgnacyjnych, zmianie pampersa, karmieniu, itp. powinna zakładać maseczkę ochronną, przyłbicę oraz rękawice i fartuch ochronny przez co najmniej 48 godz. lub dłużej jeśli nadal utrzymują się objawy chorobowe (np. kaszel, biegunka).
12. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem / pielęgniarką rodzinną.