

**Po wypisie ze szpitala osoba po hospitalizacji z powodu COVID-19
przed zakończeniem okresu izolacji powinna przestrzegać następujących zasad:**

1. Nie opuszczać miejsca pobytu do końca izolacji a w sytuacji kiedy jest to konieczne ze względów zdrowotnych należy powiadomić Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną.
2. W momencie pogorszenia stanu zdrowia niezwłocznie wezwać karetkę informując o dodatnim wyniku SARS CoV-2 w celu przewiezienia do szpitala specjalnym transportem.
3. 2x dziennie mierzyć temp. ciała i wypijać co najmniej 1,5 l wody.
4. W miarę możliwości nie kontaktować się z bliskimi zamieszkującymi we wspólnym gospodarstwie domowym, starać się przebywać w osobnym pomieszczeniu, które należy często wietrzyć.
5. Nie spotykać się z innymi osobami spoza gospodarstwa domowego, nie przyjmować gości.
6. Kontaktować się z otoczeniem za pomocą telefonu lub internetu.
7. Jeżeli kontakt bezpośredni jest nieunikniony należy zachować dystans 2 metrowy i zawsze zakładać maseczkę medyczną.
8. Jeżeli pacjent wymaga opieki osób trzecich, osoba która opiekuje się chorym przy kontakcie bezpośrednim przy wykonywaniu czynności pielęgnacyjnych, zmianie pampersa, karmieniu powinna założyć maseczkę ochronną i przyłbicę oraz rękawice i fartuch ochronny.
9. Należy często myć ręce wodą z mydłem lub dezynfekować je preparatem alkoholowym (zawartość alkoholu 70%).
10. Po skorzystaniu z toalety, prysznicą, wanny, umywalki należy je umyć i zdezynfekować używając preparatów chlorowych (ACE, Domestos). Wodę w muszli klozetowej spuszczać przy zamkniętej klapie.
11. Należy używać własnych ręczników i własnych przyborów toaletowych, które najlepiej trzymać w pokoju stałego przebywania.
12. Często zmieniać pościel, ręczniki, bieliznę osobistą i prać je osobno w temp 60°.
13. Należy często dezynfekować wszelkie powierzchnie dotykowe: blaty, uchwyty w kuchni, włączniki światła, klamki itp.
14. Do spożywania posiłków najlepiej wydzielić naczynia i sztućce, które należy myć w gorącej wodzie lub w zmywarce w temp. 60°.