



MAREC 2020 / 2

Akutne okužbe dihal in preprečevanje le teh

NOVIČKE IZ CENTRA ZA CISTIČNO FIBROZO PEDIATRIČNE KLINIKE, UKC LJUBLJANA

Navodila za preprečevanje respiratornih okužb in preprečevanje prenosa okužb preko pripomočkov za respiratorno terapijo

Pri preprečevanju okužbe z virusom SARS-CoV-2 je tako kot pri drugih nalezljivih boleznih, ki povzročajo okužbe dihal, priporočljivo upoštevati naslednje vsakodnevne preventivne ukrepe:

- Ne dotikamo se **oči, nosu in ust**.
- **DOSLEDNO** upoštevamo **pravila higiene kašlja**.
- **Redno si TEMELJITO umivamo roke** z milom in toplo vodo. **Vsaj 20 sekund**. Navodila za umivanje rok so v priložnosti. **Samo dosledno upoštevanje navodil ima učinek**.
- V primeru, da voda in milo nista dostopna, **za razkuževanje rok uporabimo namensko razkužilo za roke**. Vsebnost etanola v razkužilu za roke naj bo najmanj 60 %. Razkužilo za roke je namenjeno samo zunanji uporabi. Sredstva za čiščenje/razkuževanje površin niso namenjena čiščenju/razkuževanju kože.
- V času povečanega pojavljanja okužb dihal se **izogibamo zaprtih prostorov**, v katerih se zadržuje veliko število ljudi.
- Poskrbimo za **REDNO zračenje zaprtih prostorov** (Vir: NIJZ, 2020).



Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki ne živijo v vašem domačem okolju

Koliko časa kapljice po kašlju ostanejo v zraku?

Pri kašlju kapljice padejo na tla v nekaj sekundah in to ni problematično. Problematični so predvsem posegi, pri katerih nastaja aerosol, kar se pa v domačem okolju ne dogaja. To velja predvsem za bolnišnice, kjer delamo invazivne posege na področju dihal.

Center za cistično fibrozo za otroke in mladostnike

UKC Ljubljana, Pediatrična klinika, Služba za pljučne bolezni

Bohoričeva 20, 1000 Ljubljana

Tel. 01 522 8797,

Fax 01 522 4073

Email: majda.ostir@kclj.si

Koliko časa ostane virus na površinah?

Virus na gladkih površinah ostane dalj časa, tudi do dva dni, ampak ob ustreznem razkuževanju, če površino pobrišemo ali razkužimo, virus takoj uničimo. Predvsem je pomembno, da prostor dobro prezračimo. Če ga zračimo dve uri, virusa prav gotovo ni več v zraku (Vir: UKCL).

Če bomo dosledno umivali roke, bo manj možnosti, da bo površina umazana. Na površine ne odlagajte vrečk iz trgovine ali drugih nepotrebnih stvari.

Imejte v mislih, da so umazani tudi ključi od avtomobila, stanovanja..., torbice, vrečke... Takrat lahko pride do nastanka aerosolov, ti pa ostanejo v zraku več ur.

Pranje oblačil

Svetujemo, da oblačila perete, na temperaturi vsaj 60 stopinj, z običajnimi pralnimi praški. Tako kot smo vam svetovali že sedaj, vsake nekaj tednov naj pralni stroj pere pri temperaturi 95 stopinj, dodajte malo belila.

Živila in pripomočki, ki jih prinesemo v domače okolje

Po prihodu iz trgovine ali lekarne si najprej umijemo roke. Vrečko z živili odložite in jo nekaj časa pustite v osami. V kolikor imate v vrečki živila, ki potrebujejo shranjevanje v hladilniku ali zamrzovalniku, upoštevajte standardna navodila glede shranjevanja.

Sadje in zelenjavo temeljito operite.

Po praznjenju vrečke si temeljito umijte roke.

Čiščenje in razkuževanje pripomočkov za respiratorno in inhalatorno fizioterapijo

Čiščenje in razkuževanje poteka tako, kot ste to izvajali do sedaj.

Dosledno upoštevajte navodilo za umivanje rok.

Razpršilni lonček razstavite in očistite pod tekočo toplo vodo, namočite v blago raztopino milnice, dobro sperite. Vsaj enkrat dnevno prekuhajte v destilirani vodi.

V kolikor nimate dostopa do destilirane vode, uporabite tekočo pitno vodo. Lahko dodate malo alkoholnega kisa.

Preden se lončka ponovno dotaknete umijte roke. Shranite v pokrito posodo, kjer se lahko suši. Papirnate brisačke so namenjene enkratni uporabi. Prelikane bombažne krpe menjajte na 24 ur.

V kolikor uporabljate flutter in PEEP valvulo ravnajte po navodilih, ki ste jih prejeli.

V kolikor ste uporabljali razkužilne robčke in jih trenutno ne dobite, uporabite blago raztopino tople milnice, dobro osušite. Prekuhajte dele, ki to prenesejo.



Zaloga zdravil in medicinsko tehničnih pripomočkov



Priporočamo, da preverite zalogo zdravil, ki jih otrok potrebuje. Imejte dovolj zdravil vsaj za nekaj tednov. Zdravila shranjujte po navodilih proizvajalca.



Preglejte svoje zaloge in pravočasno poskrbite za zadostno zalogo zdravil.



Enako velja za potrošni material, kot so igle in brizge.