



## 11 COMPORTAMENTI UTILI PER TUTELARE I SOGGETTI "FRAGILI"

Guida per chi assiste a domicilio persone non auto sufficienti o in difficoltà

- 1 - Indossa sempre una mascherina che copre naso e bocca quando sei vicino al paziente
- 2 - Evita di starnutire o tossire nei locali frequentati dai soggetti fragili
- 3 - Indossa dei guanti anche quando sei in casa, cambiali e lavati le mani frequentemente.
- 4 - Indossa indumenti puliti quando svolgi il tuo lavoro nel domicilio dell'assistito, lavali ogni giorno e cambiali se hai avuto contatti con l'esterno.
- 5 - Non uscire a fare la spesa, ma incarica un vicino.
- 6 - Ricorda che tutto ciò che arriva dall'esterno è potenzialmente infettivo, quindi lavati le mani prima di preparare gli alimenti e non scambiare posate e bicchieri.
- 7 - Se esci a fare la spesa indossa guanti e mascherina, richiedi al gestore di poterti disinfettare con prodotti idonei all'inizio della spesa o quando hai finito (**il carrello/cestino potrebbe essere contagiato da altri, meno prudenti di te**)
- 8 - Se rientri nel tuo domicilio, evita i contatti ravvicinati con altre persone anche con i tuoi famigliari o prendi maggiori precauzioni.
- 9 - Assicurati di avere una igiene propria adeguata e tenere sempre pulite le superfici che vai a toccare con le mani tue o di altri.
- 10 - Se hai tosse, raffreddore, febbre o malessere generale rivolgerti al tuo medico e sospendi immediatamente l'attività di assistenza.
- 11 - Se noti un peggioramento del respiro o altri malesseri del soggetto "fragile" avvisa il suo medico curante ed evita ulteriori contatti non protetti.

