



## EMERGENZA COVID-19 VADEMECUM SINTOMATOLOGIA



### COME COMPORTARSI IN CASO DI SINTOMI DA COVID-19 O CONTATTO CON PERSONE POSITIVE O IN ATTESA DI TAMPONE DA COVID-19

**Divieti e obblighi sul posto di lavoro:**

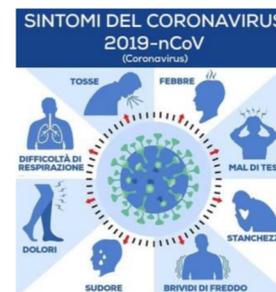
- È vietato l'accesso con temperatura corporea oltre 37.5°C o altri sintomi influenzali.
- È obbligatorio segnalare qualsiasi contatto sospetto al proprio medico curante e al Medico Competente (ove presente)
- È obbligatorio osservare le regole di igiene delle mani e respiratoria, e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene definite dalle Autorità.



**SINTOMI AI QUALI FARE ATTENZIONE:**

Febbre e sintomi simil-influenzali come tosse, mal di gola, respiro corto, dolore ai muscoli, stanchezza sono segnali di una possibile infezione da nuovo coronavirus.

**COSA FARE IN CASO DI FEBBRE E/O SINTOMI INFLUENZALI: Rivolgiti al tuo medico di Medicina generale** oppure telefona al numero 1500 del Ministero o al numero del Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Ausl di riferimento. In caso di urgenze, naturalmente, rimane sempre attivo il 118. Segui le indicazioni che ti verranno fornite.



- Se il **MEDICO NON RITIENE NECESSARIO EFFETTUARE IL TAMPONE**: ti terrà in osservazione fino alla guarigione. Segui le sue indicazioni. Inoltre, segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Quando sei con tuoi familiari o altre persone indossa sempre una mascherina chirurgica, mantieni la distanza e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.
- Se il **MEDICO RITIENE NECESSARIO EFFETTUARE IL TAMPONE**: ti fornirà le indicazioni su come procedere.
  - **TAMPONE NEGATIVO**: ti terrà in osservazione fino alla guarigione. Segui le sue indicazioni. Inoltre, segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Quando sei con tuoi familiari o altre persone indossa sempre una mascherina chirurgica, mantieni la distanza e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.
  - **TAMPONE POSITIVO**: divieto assoluto di mobilità dalla tua abitazione o dimora. Ecco le 7 **istruzioni** da rispettare in caso di positività al tampone
    - 1) Il soggetto positivo al coronavirus deve rimanere in **isolamento** al proprio domicilio, mantenendosi a debita distanza dai propri familiari, possibilmente rimanendo in una stanza – senza ricevere visite (oppure riducendole al minimo per necessità) che deve essere ben areata. I suoi familiari, se in buona salute, devono soggiornare negli altri locali della casa, mantenendo dall'infecto almeno un metro di distanza e ovviamente, in caso di coniugi, dormire in letti separati.
    - 2) Il contagiato deve munirsi di **mascherina** e fare enorme attenzione alla propria igiene personale, possibilmente servendosi di un bagno "riservato", se l'appartamento ne possiede più di uno. Inoltre, il positivo deve munirsi di gel igienizzante e lavarsi spesso le mani con la procedura consigliata.
    - 3) È consigliato "isolare" la stanza del soggetto positivo, cercando di coprire con un sacchetto (anche più di uno) la maniglia della porta della stanza e munire la stessa di **contenitori sigillati** per gettarvi mascherine e fazzoletti utilizzati.

- 4) L'ISS raccomanda di sospendere la **raccolta differenziata**, per evitare l'accumulo di rifiuto e il proliferare del coronavirus.
- 5) **Biancheria, vestiti e lenzuola** utilizzati dal positivo al Covid-19 devono essere stipati in appositi contenitori, lavandoli a parte. La temperatura del lavaggio in lavatrice deve essere almeno di 60 gradi centigradi.
- 6) Pulire e **disinfettare** quotidianamente le superfici come comodini, reti e altri mobili della camera da letto del malato e i sanitari del bagno con disinfettanti a base di cloro (come la candeggina) o alcol, il tutto indossando protezioni, guanti e mascherina.
- 7) Il positivo, ovviamente, non può uscire di casa a meno che ne abbia bisogno per peggioramento delle condizioni di salute: in questo caso bisogna **contattare il numero unico di pubblica utilità 1500, il 118 o il 112**, informando il personale medico-sanitario, in arrivo, della positività del soggetto che necessita le cure.

**COSA FARE IN CASO DI CONVIVENTI SINTOMATICI/SOSPETTI COVID-19: Rivolgiti al tuo medico di Medicina generale** e segui le sue indicazioni.

- Se il **MEDICO RITIENE NECESSARIO EFFETTUARE IL TAMPONE**: ti fornirà le indicazioni su come procedere e l'iter da seguire sarà lo stesso descritto sopra.
- Se il **MEDICO NON RITIENE NECESSARIO EFFETTUARE ANCHE A TE IL TAMPONE ED IL TUO CONVIVENTE È IN ATTESA DI TAMPONE O RISULTATO NEGATIVO**: puoi andare al lavoro, segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Indossa sempre una mascherina chirurgica, mantieni la distanza e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.

**COSA FARE IN CASO DI CONTATTO CON CASI CONFERMATI COVID-19**: Se sei entrato in contatto con un caso confermato COVID-19 **rivolgiti al tuo medico di Medicina generale** e segui le sue indicazioni. Se rientri tra quelli che sono definiti "contatti stretti\*" rimarrai in **isolamento** al tuo domicilio e verrai sottoposto ai controlli disposti dal Dipartimento di Sanità Pubblica.

**COSA FARE SE SEI CONTATTO STRETTO DI UN CONTATTO STRETTO** (es. un compagno di classe di tuo figlio è positivo e viene isolata la classe): tu non sei obbligato a stare a casa, anche se quando sei a casa devi portare la mascherina. Al lavoro tenere sempre la mascherina e lavare le mani più spesso.

Ricorda: l'unica cosa che funziona è la prevenzione!!

**USA LA MASCHERINA,  
MANTIENI LA DISTANZA E  
LAVATI SPESSO LE MANI!!**

#### **DEFINIZIONI**

Un **contatto di un caso COVID-19** è qualsiasi persona esposta ad un caso probabile o confermato COVID-19 in un lasso di tempo che va da 48 ore prima dell'insorgenza dei sintomi fino a 14 giorni dopo o fino al momento della diagnosi e dell'isolamento del caso.

Se il caso non presenta sintomi, si definisce contatto una persona che ha avuto contatti con il caso indice in un arco di tempo che va da 48 ore prima della raccolta del campione che ha portato alla conferma e fino a 14 giorni dopo o fino al momento della diagnosi e dell'isolamento del caso.

Il "**contatto stretto**" (esposizione ad alto rischio) di un caso probabile o confermato è definito come:

- una persona che vive nella stessa casa di un caso COVID-19
- una persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un caso COVID-19 (per esempio la stretta di mano)

- una persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso COVID19 (ad esempio toccare a mani nude fazzoletti di carta usati)
- una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un caso COVID-19, a distanza minore di 2 metri e di almeno 15 minuti
- una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (ad esempio aula, sala riunioni, sala d'attesa dell'ospedale) con un caso COVID-19 in assenza di DPI idonei
- un operatore sanitario o altra persona che fornisce assistenza diretta ad un caso COVID-19 oppure personale di laboratorio addetto alla manipolazione di campioni di un caso COVID-19 senza l'impiego dei DPI raccomandati o mediante l'utilizzo di DPI non idonei
- una persona che ha viaggiato seduta in treno, aereo o qualsiasi altro mezzo di trasporto entro due posti in qualsiasi direzione rispetto a un caso COVID-19; sono contatti stretti anche i compagni di viaggio e il personale addetto alla sezione dell'aereo/treno dove il caso indice era seduto.

Per **contatto a basso rischio** si intende una persona che ha avuto una o più delle seguenti esposizioni:

- una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un caso COVID-19, ad una distanza inferiore ai 2 metri e per meno di 15 minuti
- una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (ad esempio aula, sala riunioni, sala d'attesa dell'ospedale) o che ha viaggiato con un caso COVID-19 per meno di 15 minuti
- un operatore sanitario o altra persona che fornisce assistenza diretta ad un caso COVID-19 oppure personale di laboratorio addetto alla manipolazione di campioni di un caso COVID-19, provvisto di DPI raccomandati
- tutti i passeggeri e l'equipaggio di un volo in cui era presente un caso COVID-19, ad eccezione dei passeggeri seduti entro due posti in qualsiasi direzione rispetto al caso COVID-19, dei compagni di viaggio e del personale addetto alla sezione dell'aereo/treno dove il caso indice era seduto che sono infatti classificati contatti ad alto rischio.