

Consejos de alta hospitalaria

Los que **conviven** con un paciente



- ▶ Deben permanecer en una habitación diferente
- ▶ Mantener siempre la puerta cerrada
- ▶ Evitar contacto directo con fluidos corporales, especialmente los orales o secreciones respiratorias y heces.
- ▶ No deben compartir objetos de uso personal como cepillos de dientes, vasos, platos cubiertos, toallas...

En caso de compartir **zonas comunes** del domicilio



- ▶ Deberá utilizar mascarilla quirúrgica y realizar higiene de manos al salir de la habitación.
- ▶ Se mantendrán bien ventiladas las zonas comunes
- ▶ Puede comunicarse a través del interlocutor o el móvil
- ▶ Todos los convivientes deben lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato

El **paciente** debe lavarse las manos con frecuencia



- ▶ Con agua y jabón o también con solución hidroalcohólica.
- ▶ Especialmente después de:
 - toser,
 - estornudar
 - o manipular pañuelos que haya usado para cubrirse al toser

La **familia**, convivientes y personas encargadas de los cuidados



Realizarán auto vigilancia de la aparición de síntomas de infección respiratoria aguda como:

- fiebre,
- tos,
- dolor de garganta,
- dificultad para respirar; consultarán a los servicios de salud si éstos aparecieran.

Si cambia su estado llame al **112**

Lavar la **ropa** de cama, toallas y personal



- ▶ Con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C
- ▶ Dejar que se seque completamente
- ▶ Colocarla en una bolsa bien cerrada hasta el momento de lavarla
- ▶ **Evitar sacudir** la ropa antes de lavarla.

Material **desechado** por la persona enferma y cuidadores



- ▶ Guantes, mascarillas, pañuelos o cualquier otro residuo .
- ▶ Se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura
- ▶ La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de salir de la habitación.
- ▶ La mascarilla y las gafas se deben retirar fuera de la habitación del paciente, donde también habrá un recipiente a tal efecto.
- ▶ La bolsa de residuos, podrá tirarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.

Superficies que se tocan con frecuencia



- ▶ Muebles, baño e inodoro... Se limpiarán y desinfectarán a diario con desinfectante doméstico.
- ▶ Disolución de lejía 10 cc por cada litro de agua. Se debe preparar el mismo día que se va a utilizar.
- ▶ La persona encargada de la limpieza. Deberá protegerse con guantes y mascarilla (si está disponible).

Utillaje de **cocina** y utensilios reutilizables



- ▶ Cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables. Se lavarán con agua caliente y jabón, mejor en el lavavajillas.

¡Recuerde!

- ▶ Se realizará siempre **higiene de manos**



Si cambia su estado llame al **112**