



COVID-19

Isolamento dei contatti di categoria I e delle persone sospette di infezione

**Informazioni a integrazione dell'avviso
del Ministero della Salute bavarese del 7 maggio 2020
Az G54e-G8390-2020/1277-1**

Il nuovo Coronavirus SARS-CoV-2 si è propagato con grande rapidità in tutto il mondo. In molti casi il decorso dell'infezione denominata "COVID-19" è lieve, simile a una forma influenzale con tosse, febbre e talvolta raffreddore.

Esistono tuttavia fasce di popolazione che, in caso di contagio, sono a rischio: i soggetti con gravi patologie pregresse presentano un maggior rischio di decorso clinico grave, e così anche gli anziani. Si tratta di persone che necessitano di particolare protezione.

Obbligo di isolamento

Per tutte le persone con sospetta infezione COVID-19 o che negli ultimi 14 giorni sono state a stretto contatto con un soggetto che abbia contratto la COVID-19 è previsto quanto segue: **ai sensi dell'ordinanza statale, esse hanno l'obbligo di quarantena fintantoché non si avrà la certezza che non possano contagiare altri soggetti con il Coronavirus.**

Così facendo, dette persone contribuiscono in notevole misura ad arginare l'infezione proteggendo i soggetti la cui vita, nel caso contraessero la COVID-19, sarebbe a rischio. Indipendentemente dal fatto che le persone di cui sopra abbiano contratto la COVID-19 o soffrano di una forma influenzale con febbre e coinvolgimento delle vie respiratorie, alcuni giorni di riposo saranno in ogni caso benefici.

L'obbligo di isolamento e tutte le norme comportamentali a esso associate sono contemplati dall'ordinanza generale del Ministero della Salute bavarese del 7 maggio 2020, in esecuzione della legge sulla protezione contro le infezioni (IfSG), il cui testo è fornito unitamente alle presenti informazioni.

Ulteriori informazioni sulla COVID-19 sono disponibili alla pagina www.stmgp.bayern.de/coronavirus/

Informazioni utili sulle regole di comportamento e igiene

► Dove si trascorre il periodo di quarantena?

Il periodo di quarantena si trascorre all'interno di un'abitazione o in altra parte di edificio che possa essere separata; la maggior parte dei soggetti sceglie la propria abitazione. Durante il periodo di quarantena non è consentito allontanarsi da tali ambienti. Tuttavia è consentito spostarsi temporaneamente, ma sempre da soli, sul balcone, terrazzo o nel proprio giardino, sempre che questo sia adiacente alla casa e non si tratti di una superficie utilizzata in comune.

► Aiuto dall'esterno

Non essendo consentito lasciare l'abitazione durante il periodo di quarantena, è necessario chiedere aiuto a familiari, amici o conoscenti, affinché si occupino della spesa ed eventuali altri acquisti essenziali. Sull'intero territorio bavarese sono inoltre presenti associazioni di volontariato in grado di offrire supporto. Molte di queste sono reperibili online, ma anche i Comuni e il Gesundheitsamt (distretto sanitario) locale offrono assistenza telefonica.

► Insorgenza di sintomi da COVID-19

Se Lei, in quanto contatto I, di recente è stato a stretto contatto con un malato di COVID-19 e durante il periodo di quarantena insorgono sintomi tipici della malattia quali tosse, febbre, alterazione del gusto o dell'olfatto o anche raffreddore, dovrà telefonare immediatamente al Gesundheitsamt competente. Se si trova già in quarantena per sintomi sospetti di COVID-19, e il suo stato si aggrava, dovrà contattare immediatamente il Gesundheitsamt competente.

► Se durante la quarantena dovesse aver bisogno di assistenza medica,

La invitiamo a contattare il servizio di reperibilità della Kassenärztliche Vereinigung Bayern (organizzazione bavarese casse malattia) al numero **116 117** o di rivolgersi alla guardia medica. In tal caso dovrà segnalare di trovarsi in quarantena in quanto persona sospetta di infezione da COVID-19 o

che è stata a contatto con un malato che abbia contratto l'infezione. **Importante:** è necessario informare anche il Gesundheitsamt competente.

► Qual è il comportamento da tenere in quarantena?

Durante il periodo di quarantena è importante stare il più possibile lontani da altri membri del nucleo familiare per non esporli al rischio di contagio da COVID-19. Questo significa in particolare:

- Limitare i contatti con i conviventi e tenere una distanza di almeno due metri. Gli eventuali incontri devono essere il più possibile brevi. Per coloro che si trovano in quarantena è raccomandato l'uso di una mascherina che copra naso e bocca ("mascherina da passeggio" o "mascherina di uso comune").
- È necessario evitare inoltre il contatto con persone non appartenenti al nucleo familiare, tra cui postini, addetti alle consegne, vicini, amici o conoscenti. Ai postini e agli addetti alle consegne si chiederà di deporre la merce in consegna davanti alla porta di casa o dell'appartamento.
- In caso di bagno, WC o cucina utilizzati in comune, è necessario pulire a fondo le superfici di contatto dopo l'uso. Per la pulizia sono sufficienti i comuni detersivi domestici. Ciascun abitante deve utilizzare asciugamani propri, da cambiare e lavare a intervalli regolari. L'utilizzo degli ambienti deve avvenire a turno e separatamente, i pasti non vanno consumati insieme.
- Tenere la biancheria in un sacco di plastica chiuso e lavarla possibilmente ad almeno 60° Celsius con uno dei comuni detersivi disponibili in commercio.
- Dormire in stanze separate e soggiornare durante il giorno in un ambiente a parte. È importante aereare bene tutti i locali utilizzati dalla persona isolata.
- I rifiuti, e in particolare i fazzoletti e altri materiali entrati in contatto con le secrezioni e i liquidi corporei possono essere infetti e vanno pertanto tenuti separati da altri rifiuti domestici, all'interno di un sacco robusto. Il sacco deve essere ben chiuso e smaltito insieme ai rifiuti residui a cura dei familiari, poiché alla persona in isolamento non è consentito lasciare l'abitazione.

Principali norme igieniche

► Tosse e starnuti

- Tenersi lontani il più possibile da altre persone, rispettando comunque la distanza minima di due metri.
- Per tossire o starnutire dare le spalle alle persone.
- Per proteggere le altre persone, tossire o starnutire nella piega del gomito o in un fazzoletto monouso, che a seguire va immediatamente gettato in un sacco per rifiuti all'interno di un bidone richiudibile. Il sacco deve essere successivamente chiuso e smaltito con i rifiuti residui.

► Igiene delle mani

- Evitare il contatto con altre persone e le strette di mano.
- Lavare spesso e bene le mani con acqua e sapone per almeno 20-30 secondi, in particolare
 - dopo aver soffiato il naso o avere starnutito o tossito,
 - prima di preparare i pasti,
 - prima di mangiare,
 - dopo aver utilizzato il WC,
 - ogni volta che le mani sono visibilmente sporche,
 - prima e dopo qualsiasi contatto con persone e soprattutto dopo essere stati a contatto con una persona potenzialmente infetta o il suo ambiente circostante.

Per rimuovere lo sporco invisibile è possibile utilizzare un disinfettante per mani dermocompatibile a base alcolica. Detto disinfettante deve riportare la dicitura "limitatamente virucida".

► Quando termina il periodo di quarantena?

Per i **contatti della categoria I** l'isolamento domiciliare termina quando il contatto con un caso di COVID-19 conclamato risale ad almeno 14 giorni prima, sempre che nel periodo di quarantena non siano insorti sintomi tipici del COVID-19. La decisione in merito spetta al Gesundheitsamt competente.

Per le **persone con sospetta infezione** l'isolamento domiciliare terminerà a fronte di un esito negativo al test, e comunque al più tardi allo scadere del quinto giorno dalla data del test stesso. In caso di esito di test positivo, ovvero in presenza di infezione da COVID-19, l'isolamento proseguirà e il Gesundheitsamt competente si occuperà delle disposizioni necessarie.

