

ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА:

ДЛЯ ТЕХ, КТО ПОДЛЕЖИТ ЛЕЧЕНИЮ НА ДОМУ

- пациенты с бессимптомным и легким течением заболевания, младше 55 лет, не имеющие хронических заболеваний, которые обычно усугубляют течение любой вирусной инфекции - сахарный диабет, хроническая сердечная недостаточность, бронхиальная астма и др.;
- пациент должен иметь возможность обслуживать себя самостоятельно или с помощью родственников;
- жилищные условия пациента позволяют ему жить изолировано, в том числе и от совместно проживающих родственников;
- в сельской местности должны приниматься во внимание время доезда скорой медицинской помощи и территориальная близость организации здравоохранения.

**Обращаем внимание,
что решение о необходимости госпитализации или лечения на дому
принимает не сам пациент, а ВРАЧ!**

Такое решение врач принимает с учетом осмотра, диагностических исследований, сопутствующих заболеваний и социальных факторов (жилищные условия, обеспечение продуктами жизнедеятельности, средствами связи и другое).

Пациент подписывает информированное согласие о лечении на дому.

КАК ЛЕЧИТЬСЯ НА ДОМУ?

На дому у пациента должны быть:

- термометр для измерения температуры тела (норма 36.7° С);
 - часы с секундной стрелкой, для измерения пульса и частоты дыхания (норма: в возрасте 15-50 лет - 60-85 уд/мин, в возрасте от 50 и выше - 70-90 уд/мин);
 - тонометр (норма 120/80 мм.рт.с. до 140/90мм.рт.с.);
 - пульсоксиметр (если есть), при подтвержденной пневмонии диагностику обязательно проводит медработник поликлиники на дому (норма от 95-98%);
- работающий телефон.

В обязательном порядке, при наличии сопутствующих заболеваний, иметь дома все базовые препараты для лечения основных заболеваний. С учетом состояния нужно уточнить дозировку у лечащего врача.

Через каждые три часа (если есть необходимость - чаще) необходимо проводить измерение основных показателей здоровья: температуры, частоты дыхания, пульса, артериального давления (при наличии болезней системы кровообращения), при необходимости показатели пульсоксиметрии.

Маркерами продолжения лечения на дому являются:

температура тела не ниже 35° С и не выше 38,5° С;

свободное дыхание, отсутствие сухого упорного кашля;

пульс не ниже 40 и не выше 90 в минуту;

частота вдоха и выдоха меньше 22 цикла за минуту;

насыщение крови кислородом больше 94% (по пульсоксиметру);

отсутствие заторможенности сознания, головокружений,

нарастающей головной боли:

отсутствие резких перепадов артериального давления, снижения систолического (ниже 100 и подъем выше 180 -200 мм.рт.ст.), бледности кожных покровов, посинения губ, носогубного треугольника, крыльев носа.

Если ваше состояние ухудшилось - вызывайте бригаду скорой помощи!

Если перечисленные признаки у вас не совпадают, то есть состояние ухудшается, вас необходимо госпитализировать в больницу для лечения под наблюдением врачей.

Если ВРАЧ принимает решение об отсутствии показаний для госпитализации, он назначает лечение, которому пациент должен следовать неукоснительно!

Составляющие лечения:

обильное теплое питье, которое рекомендуется при простуде и гриппе;

жаропонижающие средства, при повышенной температуре. На сегодняшний день, в качестве основного препарата, чаще всего рекомендуется парацетамол;

постельный режим — в первые дни необходим. Важно знать, что специалисты рекомендуют чаще лежать и спать лежа на животе (предварительно положив валики под грудную клетку и таз с таким расчетом, чтобы живот не оказывал избыточного давления на диафрагму, голову поворачивают в сторону).

В дальнейшем двигательный режим щадящий, без форсирования, по самочувствию. После стабилизации основных показателей здоровья необходимо как можно раньше начать делать дыхательную гимнастику.

Для усиления работы легких можно использовать метод - надувание воздушных шариков (вначале можно лежа). И другие физические упражнения.

Питание должно быть полноценным, легкоусвояемым, особенно важно содержание витаминов группы С (лимон, апельсин, клюква), В (хлеб грубого помола) и белка (мясо, овощи).

Очень важны полноценный сон и позитивное настроение!

ТРЕБОВАНИЕ К ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ И УХОДУ ЗА ПАЦИЕНТОМ.

После назначения лечения врач (помощник врача) оценит жилищные условия на предмет успешной организации медицинского ухода на дому. А также возможность организовать пациенту доставку лекарственных средств, пищи и другое. Проведет беседу по особенностям ухода с родственниками, если такие проживают в квартире. При необходимости проинформирует социальную службу или волонтеров.

Санитарные условия.

Необходимо обеспечить постоянную влажную уборку квартиры, проветривание и обработку обеззараживающими средствами всех поверхностей. Особенно важно как можно чаще обрабатывать посуду больного, постельное белье и столовые приборы.

Меньше контактов, в том числе с родственниками!

Даже если коронавирус у больного проходит в легкой форме, он все равно максимально опасен для всех его домочадцев!

- Необходимо минимизировать количество человек, находящихся в контакте. Если пациент — пожилой человек, то желательно, чтобы уход за ним осуществлял родственник, который сможет не только обеспечить качественный уход, но и организовать все меры безопасности, чтобы не заразиться самому. Кроме того, этот человек должен отличаться крепким здоровьем, не иметь никаких хронических заболеваний или иммунодефицитных состояний, должен носить медицинскую маску, когда находится в одной комнате с пациентом.

- Ухаживающий не должен приближаться к больному ближе чем на один метр. Исключение - кормящие матери. Они должны носить медицинскую маску, когда находятся рядом с ребенком, и мыть руки теплой водой с мылом в течение 20-40 секунд перед контактом.

- Если в квартире или доме проживают несколько человек, то необходимо ограничить движение пациента в места общего пользования. Мойте руки после любых контактов с пациентом. После мытья рук с мылом вытирать их следует одноразовыми бумажными полотенцами.

- Используйте одноразовые медицинские перчатки для ухода за пациентом и уборки помещения. До и после снятия медицинских перчаток необходимо мыть руки.

- Перчатки и маски (после ухода за пациентом) складывайте в отдельный контейнер (пакет) в том же помещении, где находится больной. Закройте (завяжите) его и только потом вынесите из комнаты.

- Посуду после индивидуального использования необходимо мыть с моющим средством. Выбрасывать посуду не следует.

- Необходимо ежедневно очищать и дезинфицировать поверхности, а также ванную комнату и туалет бытовым моюще-дезинфекционным средством.

- Стирать вещи пациента можно обычным мылом. Для машинной стирки рекомендуется температура 60-90 °С и обычные стиральные порошки. Загрязненное белье запрещено встряхивать, но можно собирать в общий мешок.

- Если у члена семьи возникают симптомы острой респираторной инфекции (лихорадка, кашель, боль в горле, затрудненное дыхание), с ним следует обращаться как с возможным инфицированным COVID-19 и необходимо немедленно позвонить - лечащему врачу или в скорую медицинскую помощь.

Пациент, которому выставлен диагноз COVID-19, необходимо помнить об ответственности за выход из дома или квартиры!