



2 aprile 2020

Prevenzione della pandemia di coronavirus COVID-19 Norme igieniche per infermieri liberi professionisti

Questioni fondamentali

Il nuovo coronavirus SARS-CoV2, il quale causa la malattia COVID-19, si trasmette principalmente a seguito di contatti stretti e prolungati. Ciò significa a una distanza inferiore a 2 metri per oltre 15 minuti. La trasmissione avviene tramite goccioline: se la persona ammalata starnutisce o tossisce, il virus può raggiungere direttamente le mucose di naso, bocca od occhi di altre persone. La trasmissione del virus può avvenire anche per via indiretta attraverso le mani, che poi vengono portate a contatto con le mucose di bocca o naso nonché con le congiuntive. Il virus può sopravvivere anche per alcune ore in minuscole goccioline che si sono depositate sulle mani o su superfici quali maniglie, pulsanti di ascensori, ecc. Al momento non è chiaro se esista un rischio di contagio toccando queste superfici e in seguito la bocca, il naso o gli occhi.

Il "periodo di incubazione" del nuovo coronavirus, ossia il periodo che intercorre tra il contagio e il manifestarsi dei primi sintomi, varia tra tre e 14 giorni. Quando si è affetti da una malattia delle vie respiratorie di origine virale, di norma il rischio maggiore di contagio coincide con il periodo in cui si manifestano i sintomi più forti. Nel caso del nuovo coronavirus la situazione potrebbe essere diversa. Probabilmente si è contagiosi già prima: appena prima che si manifestino dei sintomi. I sintomi più frequenti sono febbre, tosse e disturbi respiratori. La gravità di questi sintomi può variare. Sono anche possibili complicazioni come una polmonite. Alcuni malati presentano anche disturbi digestivi o agli occhi (congiuntivite). Per la maggior parte delle persone la malattia ha un decorso lieve. Le persone anziane e i malati cronici possono tuttavia ammalarsi gravemente. Perciò dobbiamo proteggere queste persone in modo particolare.

Gli infermieri liberi professionisti devono **rispettare** le regole di comportamento e le norme igieniche seguenti.

Misure igieniche generali

In linea di principio per gli infermieri liberi professionisti valgono le misure igieniche di validità generale secondo i propri piani di igiene e i propri standard, con particolare attenzione per quanto riguarda il lavarsi e disinfettarsi le mani.

Misure igieniche particolari in relazione al coronavirus COVID-19

Gli infermieri liberi professionisti si informano costantemente riguardo alle campagne dell'Ufficio federale della sanità pubblica UFSP e del Cantone, informano gli utenti in merito alle misure di comportamento e all'occorrenza li istruiscono.

- **Regole di comportamento e obblighi generali degli infermieri liberi professionisti**
 - Essi sono tenuti ad attuare scrupolosamente le misure e le istruzioni dell'UFSP e del Cantone dei Grigioni / dell'Ufficio dell'igiene pubblica e ad attenersi a esse. All'occorrenza, prima dell'intervento si procurano il materiale di protezione.
 - Rispettano le misure igieniche note e di validità generale per evitare la trasmissione di infezioni da goccioline. Si presuppone che queste misure igieniche siano note. Esse sono un elemento fondamentale di un lavoro scrupoloso e corretto.
 - Per ulteriori regole di comportamento v. pagina 3

- **Regole di comportamento in caso di malattia propria, se i sintomi si manifestano a casa**
 - Telefonare senza indugio al medico di famiglia
 - Rimanere a casa. Se possibile, lavorare da casa.
 - Evitare il contatto con persone sane e malate

- **Regole di comportamento in caso di malattia propria, se i sintomi si manifestano sul luogo di lavoro**
 - Evitare contatti e colloqui inutili con pazienti e colleghi di lavoro
 - Informare per telefono l'infermiere sostituto
 - Andare a casa e restarvi
 - Telefonare al medico di famiglia

Misure degli infermieri liberi professionisti a tutela degli utenti

Le misure di protezione degli infermieri liberi professionisti proteggono

- i colleghi di lavoro e gli utenti da un contagio
- gli utenti da germi di altre persone
- la popolazione da una diffusione di infezioni

Le misure di protezione (MP) vengono applicate prima di accedere all'abitazione dell'utente e durante l'intera durata dell'intervento. In linea di principio le MP comprendono mascherine, guanti, disinfettante per mani nonché abbigliamento professionale.

In linea di principio per gli infermieri liberi professionisti vale:

- essi hanno diritto a una mascherina per turno/giorno per le attività a contatto diretto con gli utenti durante gli interventi;
- rispettano le misure igieniche note e di validità generale per evitare la trasmissione di infezioni da goccioline;
- evitano le strette di mano, evitano di abbracciare utenti e colleghi di lavoro e mantengono le distanze;
- tossiscono e starnutiscono nella piega del gomito;
- si soffiano il naso con un fazzoletto di carta, che dopo un unico utilizzo gettano in un contenitore chiuso;
- si lavano le mani più volte al giorno, a fondo e utilizzando il sapone, soprattutto dopo aver tossito, starnutito ed essersi soffiati il naso o dopo aver avuto contatti con persone;
- si lavano le mani per almeno 20 secondi con il sapone, compresi gli spazi tra le dita nonché il dorso della mano;
- durante le cure si disinfettano le mani in conformità alle norme igieniche;
- smaltiscono fazzoletti di carta, asciugamani monouso, materiale igienico usato, ecc. in modo tale che altre persone non possano entrarvi in contatto;
- laddove possibile si tengono a distanza dagli utenti e se necessario riorganizzano il proprio lavoro (ad es. preparare i medicinali in un'altra stanza).

Raccomandazione per l'utilizzo di materiale di protezione

Gli infermieri liberi professionisti utilizzano una mascherina:

- durante le cure prestate a utenti e quando non riescono a rispettare la distanza minima di 2m;
- durante le cure prestate a utenti che manifestano sintomi respiratori (tosse) e/o febbre e quando non riescono a rispettare la distanza minima di 2m;
- durante la cura di utenti particolarmente a rischio.

Gli infermieri liberi professionisti indossano guanti di protezione / sovracamici:

- durante la cura secondo le proprie direttive in materia di igiene;
- in caso di utenti con sospetto fondato di contagio oppure con diagnosi confermata di COVID-19 e dai quali non è possibile mantenere la distanza minima di 2m.

Materiale di protezione supplementare

Durante gli interventi con utenti con diagnosi confermata di COVID-19 gli infermieri liberi professionisti utilizzano materiali di protezione supplementari, se disponibili. Sono intesi sovracamici in tessuto non tessuto, tute e occhiali di protezione. Per l'acquisto di ulteriori materiali di protezione è consigliabile cercare e sviluppare una collaborazione con altri fornitori di prestazioni del settore sanitario della regione.

Misure igieniche supplementari nel settore dell'economia domestica

Misure igieniche supplementari	MRSA	Noro-virus	Influenza	Influenza suina	ESBL	SARS/corona-virus COVID-19
Biancheria						
lavare a 60° (solo con detersivo in polvere)	x		x	x	x	x
lavare a 95° (solo con detersivo in polvere)		x				
Smaltimento dei rifiuti domestici						
quotidianamente		x				
almeno settimanalmente	x		x	x	x	x
Stoviglie, ecc.						
lavare con detersivo per il lavaggio a mano	x		x		x	
direttamente in lavastoviglie e avviare		x		x		x
WC e ambiente circostante contaminato						
disinfettare quotidianamente con alcol 70% per la disinfezione di superfici		x			x	

Adeguamento dell'attività

Situazioni straordinarie possono rendere necessari cambiamenti e attribuzioni di priorità nell'organizzazione degli interventi. Nell'ambito delle prestazioni di cura non si può assolutamente rinunciare alle prestazioni seguenti:

- somministrare insulina
- somministrare medicinali
- nutrizione parenterale
- bendaggi necessari per la sopravvivenza (se possibile con frequenza ridotta)
- cure di base in caso di persone gravemente malate o in fin di vita o di persone costrette permanentemente a letto
- igiene intima
- posizionamento dell'utente
- cura e assistenza palliative
- ecc.

Se vengono fornite prestazioni di economia domestica, queste vanno ridotte all'assistenza di base necessaria per motivi igienici.

Laddove possibile le prestazioni di assistenza devono essere lasciate ai familiari.

La verifica del bisogno viene orientata alla situazione acuta. Ogni volta che ciò è possibile, le consulenze avvengono solo per telefono e in casi di emergenza.

Assistenza a utenti in quarantena

È possibile che gli utenti in quarantena abbiano maggiore bisogno di sostegno, ad es. per l'acquisto di generi alimentari, di articoli igienici, di medicinali, ecc. Per queste mansioni è possibile fare capo alla collaborazione con i diversi servizi di consegna e ai volontari dei comuni e della regione.

Fonti:

- Ufficio federale della sanità pubblica UFSP: [www.ufsp.admin.ch / Neues Coronavirus](http://www.ufsp.admin.ch/Neues_Coronavirus)
- Cantone dei Grigioni: www.gr.ch/coronavirus
- Hygienekonzept/Pandemiekonzept/Merkblatt Pandemievorsorge Spitex Chur; www.spitexchur.ch