

## הנחיות לבידוד בית לאדם ללא תסמינים ששהה בחוץ לילה אחד בא "מגע הדוק" עם חולה מאומת

### באחריות קופת החולים המבטחת או לשכת הבריאות:

- א. הדרכת המבודד ובני ביתו על היגיינה אישית, עקרונות בסיסיים במניעת זיהומים, כיצד לטפל במבודד בצורה בטיחותית, וכיצד למנוע התפשטות הזיהום למגעים הדוקים כמפורט להלן.
- ב. הדרכת המבודד לגבי הפעולות שיש לנקוט במידה ובמהלך הבידוד מתפתחת מחלה כלשהי.

### באחריות קופות החולים המבטחות:

- א. מתן מענה למבודד ולמשפחתו לאורך תקופת הבידוד בבית.
- ב. בדיקת מצבו הרפואי של המבודד בשיחה טלפונית יומית, לפי ההנחיה בנספח 10.

### הנחיות למבודד:

- ✓ יש לדווח על בידוד בית לפי ההנחיות בנספח 10.
- ✓ ככלל אין לצאת מהבית.
- ✓ יש לשהות בתדר נפרד מאוורר היטב עם דלת סגורה. יציאה מהחדר תהיה רק לצורך פעולות הכרחיות ולזמן קצר ככל הניתן, תוך כדי כיסוי הפה והאף (בעדיפות במסכת אף-פה). במידה וישנם מספר מבודדים באותו משק בית, הם יכולים לשהות יחד באותו חדר. במידה וכל בני הבית נדרשים לבידוד, אין כל מגבלות מיוחדות בתוך הבית.
- ✓ יש לשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי לפני ואחרי הכנת אוכל, לפני אכילה ולפני ואחרי שימוש בשירותים. במידה ועל הידיים יש לכלוך נראה לעין, יש להעדיף שטיפה במים וסבון על פני חומר חיטוי. עדיף להשתמש בניירות חד-פעמיים לייבוש הידיים.
- ✓ במידת האפשר, יש להקצות למבודדים שירותים נפרדים.
- ✓ יש להקפיד על כיסוי הפה והאף בעת עיטוש או שיעול, בעדיפות אל תוך מטפחת חד פעמית או מרפק מכופף. זאת על מנת למנוע את פיזור הנגיף. מיד לאחר מכן, לשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי.
- ✓ בכל מקרה של בעיה רפואית, יש ליצור קשר טלפוני עם מוקד 101 של מד"א.

## הנחיות כלליות לגבי ציוד ושאר בני הבית:

✓ מומלץ לצמצם את מספר האנשים שלא מבודדים הנמצאים בבית הנכנסים לחדר הבידוד, עם עדיפות לאדם אחד בריא ללא מחלות רקע.

✓ אין להכניס מבקרים לבית.

✓ יש לבדוק שאזורי הבית המשותפים כגון מטבח ושירותים מאווררים היטב.

✓ בכניסה לחדר הבידוד מומלץ לכסות את הפה והאף, בעדיפות עם מסכת פה-אף אך אפשר להשתמש גם בבד. אין לגעת במסכה בזמן השימוש. בעת היציאה מהחדר, יש להסיר את המסכה, להשליכה לשקית סגורה, ולשטוף ידיים במים וסבון או לחטא אותן בחומר חיטוי אלכוהולי.

✓ מומלץ להשתמש בכפפות חד פעמיות בכל מגע עם המבודד וסביבת חדר הבידוד כולל משטחים, בגדים או מצעים מלוכלכים.

✓ מומלץ להימנע ממגע ישיר עם נוזלי הגוף, ובמיוחד הפרשות מהפה, דרכי הנשימה שתן וצואה של המבודד.

א. הנחיות לחולה החשוד:

✓ ישטוף ידיים במים וסבון או יחטא אותן בחומר מתאים על בסיס אלכוהול לפני ואחרי הכנת אוכל, לפני אכילה ולפני ואחרי שימוש בשירותים. במידה ועל הידיים יש לכלוך נראה לעין, יש להעדיף שטיפה במים וסבון על פני חומר חיטוי. עדיף להשתמש בניירות חד-פעמיים לייבוש הידיים.

✓ יקפיד על כיסוי הפה והאף בעת עיטוש או שיעול, בעדיפות אל תוך מטפחת חד פעמית או מרפק מכופף. זאת על מנת למנוע את פיזור הנגיף. מיד לאחר מכן, ישטוף ידיים במים וסבון או יחטא אותן בחומר מתאים על בסיס אלכוהול.

ב. הנחיות תברואיות/סביבתיות לשמירת הניקיון בבידוד בית:

✓ יש לנקות ולחטא כל יום משטחים כגון, שולחן ליד המיטה, מסגרת המיטה ורהיטים נוספים בחדר החולה החשוד עם חומר חיטוי ביתי רגיל (על בסיס סבון או אלכוהול לפחות 70%). במידת האפשר ניתן לנקות בעזרת תמיסת 1000 מג"ל כלור (למשל "אקונומיקה" המכילה תת כלורית הנתרן- יש לקחת 40 מ"ל אקונומיקה ולמהול ב- 1 ליטר מים) עד לייבוש המשטחים/כלים.

✓ מוצרים חד פעמיים כגון כפפות, ממחטות אף, מסכות ופסולת אחרת הקשורה לטיפול בחולה החשוד יש להשליך לתוך שקית ייעודית בחדר החולה החשוד, ולסגור היטב את השקית לפני הפינוי לפח האשפה חיצוני.

✓ יש להימנע משימוש משותף עם החולה החשוד בתפוצים העלולים להעביר את הנגיף, כגון: מברשת שיניים, סיגריות, כלי אוכל, מגבות, מצעים וכד'. ניתן לשטוף כלי אוכל במים וסבון כלים.

✓ על כל בני הבית להקפיד על שטיפת ידיים בכל עת.

✓ ניקוי כלי אוכל – עדיפות להדחת כלים במדיח כלים בתכנית עם טמ"פ של לפחות 65 מעלות צלזיוס. במידה ואין מדיח לפעול לפי נספח הדחה ידנית יש לשטוף היטב את הכלים במים חמים וסבון כלים. יש לדאוג לייבוש הכלים במתקן יבוש עד שהכלים יבשים לחלוטין. סט כלי ההגשה (צלחות, כוסות, סכו"ם ומגשים) של האנשים

בבידוד יהיו נפרדים משאר דיירי הבית, או שיעשה עבורם שימוש בכלי הגשה חד פעמיים.

✓ כביסה – יש לדאוג שכביסה מלוכלכת לא תבוא במגע עם פריטים אחרים, למי שבבידוד לרכז את הכביסה באוגר נפרד, ולבצע כביסה בנפרד, להשתמש בתכנית כביסה של לפחות 65 מעלות צלזיוס. מי שמכבס את הכביסה יחבוש כפפות. לאחר

---

סיום הפעולה, יש להסיר את הכפפות ולשטוף ידיים במים וסבון או בחומר חיטוי על בסיס אלכוהול בריכוז של לפחות 70%.

✓ כללי – להשתמש בכפפות וחלוק או סינר בזמן תהליכי הניקוי.

✓ יש להקפיד על כללי היגיינה בסיסיים.