

# Guardiamoci negli occhi.

Con **responsabilità**. Insieme.

## COVID-19: COSA C'È DA SAPERE

### Ho sintomatologia sospetta per Covid-19 chi devo contattare?

I sintomi più comuni di **COVID-19** sono: febbre  $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$ , tosse di recente comparsa, difficoltà respiratorie, perdita o alterazione dell'olfatto e del gusto, mal di gola e "naso che cola". In caso di sintomi occorre rimanere a casa e va contattato il Medico di Medicina Generale/Pediatra di Libera Scelta, che valuterà la situazione e, se ritenuto necessario, richiederà un tampone diagnostico.

### Cosa fare appena avuto conferma dell'esito positivo del mio tampone molecolare?

- **Isolarsi** dal resto della famiglia, se possibile in una stanza singola ben ventilata ed evitare contatti sociali.
- Comunicare la propria positività al proprio Medico di Medicina Generale.
- Verrà contattato per sospendere la raccolta differenziata per tutto il periodo dell'isolamento, conferendo i rifiuti in un doppio sacco tutto indifferenziato.
- Preparare l'elenco delle persone con cui ha avuto contatti a rischio nei due giorni precedenti l'inizio dei sintomi (o la data di effettuazione del tampone se non ha sintomi): sarà utile al Dipartimento di Prevenzione.

### Quali regole devono seguire i familiari che assistono casi positivi?

- Collocare la persona risultata positiva in una stanza singola ben ventilata, possibilmente con bagno dedicato, limitando al massimo i movimenti in altri spazi comuni della casa. Chi l'assiste deve essere in buona salute e non avere malattie che lo mettano a rischio se contagiato.
- Assicurarsi che la persona isolata riposi, beva molti liquidi e mangi un pasto sano.

- **Indossare la mascherina** quando si entra nella stanza con la persona isolata e mantenere la distanza di almeno 1 metro.
- **Lavarsi** spesso le mani per almeno 60 secondi con acqua e sapone o con una soluzione idroalcolica.
- Usare indumenti, biancheria, tovaglie e posate e stoviglie dedicate solo alla persona isolata.
- **Lavare** indumenti, biancheria, tovaglie e posate e stoviglie a  $60^{\circ}/90^{\circ}$
- **Pulire e disinfettare** tutte le superfici più toccate dalla persona isolata. Se non è possibile usare un **bagno differenziato**, **sanificare** il bagno dopo ogni utilizzo.
- Monitorare la persona malata. Se peggiora, contattare il Medico di Medicina Generale.

### Qual è la differenza tra isolamento e quarantena?

- L'**isolamento** è osservato dalle persone risultate **positive al COVID-19** che devono restare isolate dal resto della comunità per la durata del periodo di contagiosità e fino alla dichiarazione di guarigione.
- La **quarantena** si riferisce alla restrizione di movimenti di persone sane per la durata del periodo di incubazione della malattia, ed è osservata dai **contatti stretti** di casi positivi, per monitorare l'eventuale comparsa dei sintomi e identificare tempestivamente nuovi casi.

La **quarantena** dei contatti stretti asintomatici può durare:

- 14 giorni dall'ultima volta che si è avuto il contatto stretto con il positivo (senza tampone);
- 10 giorni dall'ultima volta che si è avuto il contatto stretto con il positivo. Al decimo giorno va fatto un tampone per accertare la negatività. Per i soggetti che vivono a contatto regolarmente con soggetti fragili va sempre eseguito a fine quarantena il tampone molecolare.

Durante il periodo di quarantena potrà ricevere una chiamata automatica giornaliera, per la verifica delle condizioni di salute, dai numeri telefonici 0721 258020 oppure 071 9952626.

Per garantire ai cittadini la migliore risposta al Covid-19 **abbiamo bisogno di ogni marchigiano.**



Inquadra il codice e consulta la normativa Covid aggiornata



regione marche



<https://twitter.com/RegioneMarcheIT>



[https://t.me/regione\\_marche](https://t.me/regione_marche)

[www.regione.marche.it](http://www.regione.marche.it)

REGIONE  
MARCHES

