

Patient Education

Indicazioni alla dimissione – COVID-19

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

Informazioni su questo argomento

Il Coronavirus 2019 è anche conosciuto come COVID-19. È una malattia virale che infetta i polmoni. È causato da un virus chiamato Coronavirus associato a SARS (SARS-CoV-2).

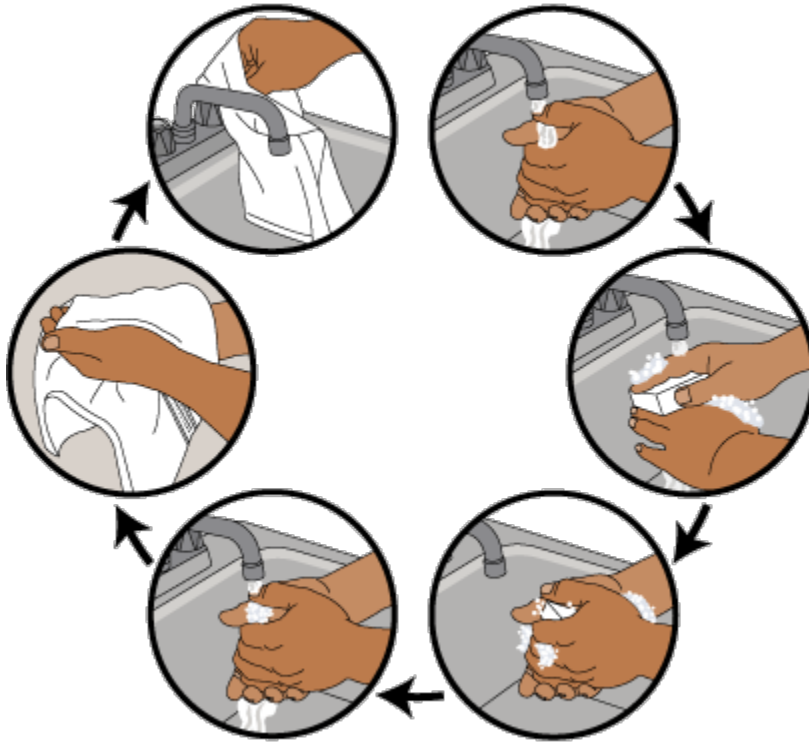
I sintomi del COVID-19 iniziano spesso pochi giorni dopo che siete stati infettati. In alcune persone, i sintomi compaiono più tardi. Altre persone non sviluppano alcun sintomo di infezione. Potreste avere tosse, febbre, brividi e tremori e potrebbe essere difficile respirare. Potreste sentirvi molto stanchi, avere dolori muscolari, mal di testa o mal di gola. Alcune persone hanno nausea e hanno mal di stomaco o diarrea. Altre perdono il senso dell'olfatto o del gusto. Potreste non sviluppare mai questi sintomi oppure potrebbero presentarsi e scomparire mentre siete ammalati.

Il virus si diffonde facilmente attraverso le goccioline che vengono disperse quando si parla, si starnutisce o si tossisce. Potete trasmettere il virus ad altre persone quando parlate da vicino, cantate, abbracciate, condividete il cibo o stringete la mano. Secondo i medici, i germi sopravvivono anche su superfici come tavoli, maniglie delle porte e telefoni. Tuttavia, questo non è un metodo comune di diffusione del COVID-19. I medici ritengono che l'infezione possa diffondersi anche se non si hanno sintomi, ma non sanno come ciò avvenga. Questo è il motivo per cui tenere le persone lontane è uno dei modi migliori per rallentare la diffusione del virus.

Alcune persone possono contrarre una forma lieve di COVID-19 e possono rimanere a casa lontano da altre persone finché non si sentono meglio. Altre potrebbero aver bisogno di ricovero in ospedale se sono molto malate. Alcune persone che hanno il COVID-19 possono avere dei sintomi per settimane o mesi. Le persone che hanno il COVID-19 devono auto-isolarsi. Potete iniziare a stare con le altre persone quando il vostro medico dice che è sicuro farlo.

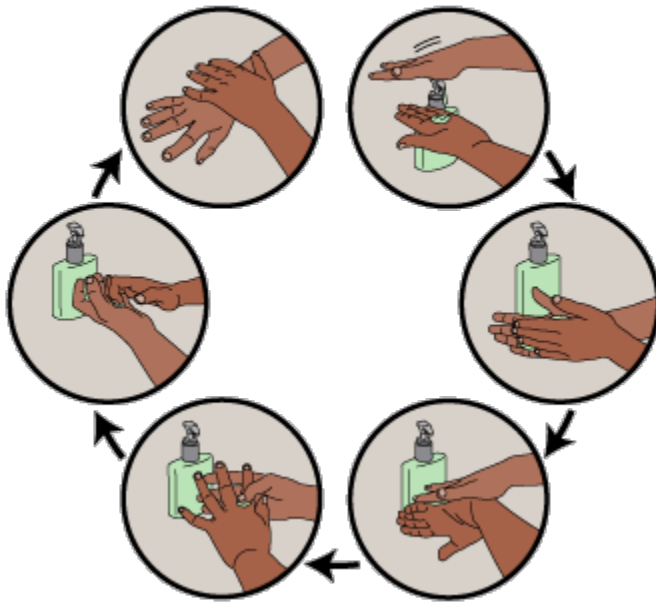
Image Filename

Lavaggio delle mani



Sfregatevi le mani
per 20 secondi

Disinfezione delle mani



Quali cure servono a casa?

- Chiedete al medico cosa dovete fare quando andate a casa. Non esitate a chiedere chiarimenti se non capite quello che il medico vi dice.
- Bevete molta acqua, succo di frutta o brodo per recuperare i liquidi persi per la febbre.
- Potete utilizzare umidificatori a vapore freddo per alleviare la congestione e la tosse.
- Quando vi sdraiate, utilizzate 2-3 cuscini per mantenere la schiena sollevata e facilitare la respirazione e il sonno.
- Non fumate né bevete birra, vino e cocktail (alcolici).
- Per ridurre la possibilità di trasmettere l'infezione ad altre persone:
 - **Indossate una mascherina su bocca e naso quando vi trovate vicino ad altre persone** che non sono malate. Le mascherine di stoffa sono più efficaci se hanno più di uno strato di tessuto.
 - Lavatevi spesso le mani.
 - Rimanete in casa in una stanza separata, lontano dagli altri. Uscite solo per ricevere cure mediche.
 - Utilizzate un bagno separato, se possibile.
 - Non preparate cibo per altre persone.

Quali cure di follow-up servono?

- Il medico può chiedervi di sottoporvi a visite di controllo in studio per verificare i vostri progressi. Fate in modo di presentarvi a queste visite. Assicuratevi di indossare una mascherina nel corso di queste visite.
- Se possibile, informate il personale in anticipo riguardo al fatto che avete contratto il COVID-19, in modo che possano prestare particolare attenzione per impedire la diffusione della malattia.
- Potrebbero essere necessarie alcune settimane prima che la vostra salute ritorni alla normalità.

Quali farmaci potrebbero servire?

Il medico può prescrivere dei farmaci per:

- Aiutare la respirazione
- Curare la febbre
- Ridurre il gonfiore delle vie aeree e dei polmoni
- Controllare la tosse
- Alleviare il mal di gola
- Alleviare la congestione nasale o il naso chiuso

L'attività fisica verrà limitata?

Potrete dover limitare la vostra attività fisica. Chiedete al vostro medico quanta attività potete svolgere. Se vi ammalate di una forma grave di COVID-19, può servirvi un po' di tempo per recuperare le vostre forze.

Serviranno altre cure?

I medici non sanno per quanto tempo potete trasmettere il virus ad altre persone dopo che vi siete ammalati. Questo è il motivo per cui è importante rimanere in una stanza separata, se possibile, quando siete ammalati. Per ora, i medici stanno fornendo linee guida generali da seguire dopo che ci si è ammalati. Prima di stare insieme ad altre persone, dovrete:

- Non avere febbre per 3 giorni senza assumere farmaci per abbassare la febbre
- Non avere sintomi quali tosse o respiro corto
- Attendere almeno 10 giorni dalla comparsa dei primi sintomi o dal primo test positivo e non avere nessun sintomo di quelli elencati in precedenza. Alcuni esperti suggeriscono di attendere 14 giorni. La quantità di tempo durante la quale evitare il contatto con altre persone può basarsi sulla gravità dei sintomi o il vostro sistema immunitario ha dei problemi.

A volte i medici richiedono anche 2 test negativi per COVID-19 ad almeno 1 giorno di distanza uno dall'altro. Inoltre, i medici non sanno se potrete contrarre nuovamente questo virus. Gli esperti raccomandano di fare il vaccino per il COVID-19 quando è disponibile.

Quali problemi potrebbero verificarsi?

- Perdita di liquidi. Si chiama disidratazione.
- Danni di breve durata o persistenti ai polmoni
- Problemi cardiaci
- Morte

Cosa si può fare per prevenire questo problema di salute?

- Indossate una mascherina di stoffa o una copertura facciale realizzata con più strati di tessuto su bocca e naso:
 - Quando uscite di casa. È preferibile rimanere il più possibile in casa. Uscite solo per acquistare cibo o farmaci. Se dovete stare vicino ad altre persone, cercate di stare ad almeno 1,8 metri (6 piedi) di distanza dagli altri.
 - Se avete contratto il COVID-19 e dovete stare nella stessa stanza con altre persone. Se avete il COVID-19 è meglio stare in una stanza lontano dalle altre persone.
 - Quando vi prendete cura di qualcuno che ha il COVID-19 a casa vostra. Potreste anche dover indossare dei guanti.
 - Se avete i sintomi di COVID-19 e siete vicino ad altre persone. È preferibile stare in una stanza lontano dalle altre persone.

- Se siete a rischio elevato di COVID-19 e siete vicino ad altre persone.
- Lavatevi le mani non appena vi togliete la mascherina di stoffa o la copertura per il viso. Fate attenzione a non toccarvi gli occhi, il naso o la bocca quando vi togliete la mascherina.
- Lavatevi spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi, in particolare dopo aver tossito o starnutito. I disinfettanti per le mani a base di alcol che contengono almeno il 60 per cento di alcol sono anch'essi efficaci per uccidere il virus. Strofinare le mani con il disinfettante per almeno 20 secondi.
- Evitate gli assembramenti di persone. Anche piccoli gruppi di persone possono essere rischiosi. Cercate di rimanere il più possibile in casa. Se avete bisogno di rimanere in gruppo con altre persone, lavatevi spesso le mani. Stare all'esterno è probabilmente meno rischioso che fare assembramenti in luoghi chiusi. Cercate di rimanere ad almeno 1,8 metri (6 piedi) di distanza. Evitate strette di mano, abbracci e di battere il cinque. Evitate di toccarvi il viso.
- Le autorità cittadine e statali possono limitare il numero di persone che possono riunirsi. È possibile che vi venga chiesto di rimanere a casa ed è importante seguire queste informazioni nel miglior modo possibile.
- Se avete necessità di viaggiare, verificate la presenza di avvisi relativi a quali paesi e luoghi sono colpiti da COVID-19 ed evitate quelle aree. Alcuni luoghi prevedono che rimaniate in auto-isolamento prima di poterli visitare. Ciò significa non uscire in pubblico o stare vicino ad altre persone per almeno 14 giorni prima del viaggio.
- Copritevi la bocca e il naso con un fazzoletto di carta quando tossite o starnutite. Potete anche tossire nell'incavo del gomito. Buttate i fazzoletti di carta nel cestino e lavatevi le mani dopo aver toccato i fazzoletti usati.
- Evitate di toccarvi il viso con le mani, specialmente attorno al naso e alla bocca.
- Pulite oggetti e superfici toccati più frequentemente con un panno o uno spray per la pulizia della casa. Verificate sull'etichetta se il prodotto elimina i virus.
- Indossate un camice, una mascherina per il viso e guanti se entrate a contatto con sangue, muco o altri fluidi corporei di una persona affetta da COVID-19. Ciò è da fare anche quando state vicino a una persona che ha il COVID-19, poiché i germi possono essere trasmessi quando parla o tossisce.

Quando devo chiamare il medico?

- Sintomi di infezione. Comprendono: febbre a 38 °C (100,4 °F) o più alta, brividi, tosse, maggiore espettorazione o cambiamento nel colore dell'espettorato.
- La respirazione peggiora, più intensamente o più rapidamente di prima o vi sentite come se vi mancasse l'aria
- Avete difficoltà a respirare sdraiati sulla schiena
- Dovete piegarvi in avanti quando siete seduti per riuscire a respirare meglio

- Punte delle dita, unghie, pelle o labbra blu

Ripetizione: un aiuto per la comprensione

Il metodo teach back vi aiuterà a comprendere le informazioni che vi forniremo. Dopo aver parlato con gli operatori sanitari, spiegate loro, con parole vostre, quello che vi hanno appena detto. Ciò permette di accertarsi che gli operatori sanitari abbiano descritto tutti i punti in modo chiaro. Consente inoltre di spiegare i punti che potrebbero risultare confusi. Prima di andare a casa, assicuratevi di poter fare queste cose:

- Essere in grado di spiegare la vostra patologia.
- Essere in grado di spiegare cosa vi può aiutare a respirare meglio.
- Essere in grado di spiegare che cosa si può fare per evitare di trasmettere l'infezione ad altri.
- Essere in grado di spiegare cosa fare in caso di difficoltà a respirare, se vi sentite confusi o provate sonnolenza, o se le dita, le unghie, la pelle o le labbra sono blu.

Trattamento dei dati personali del consumatore ed Esclusione di responsabilità:

Queste informazioni non rappresentano un consiglio medico specifico e non sostituiscono le informazioni fornite dall'operatore sanitario. Questo è solo un breve riepilogo delle informazioni generali. NON include tutte le informazioni su condizioni, malattie, lesioni, esami, procedure, trattamenti, terapie, indicazioni alla dimissione o scelte di stile di vita applicabili a voi. Dovete parlare col vostro medico per ottenere le informazioni complete sulle opzioni di salute e di trattamento che vi riguardano. Queste informazioni non devono essere usate per decidere se accettare o meno i consigli, le istruzioni o le raccomandazioni del medico. Solo il vostro medico possiede le conoscenze e l'esperienza per fornirvi i consigli più appropriati.

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.