000000000 SERVIZIO SANITARIO REGIONALE

000000000 EMILIA-ROMAGNA

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Dipartimento di Sanità Pubblica
Programma Igiene e Sicurezza degli Ambienti di Vita e di Lavoro
U.O. Igiene e Sanità Pubblica

Il direttore

# Allegato alla disposizione per quarantena

التعليمات الضرورية لتطبيق الحجر الصحي

# RACCOMANDAZIONI PER PERSONE ALLE QUALI È STATA DISPOSTA LA QUARANTENA (PERMANENZA DOMICILIARE CON ISOLAMENTO E SORVEGLIANZA SANITARIA ATTIVA) PER RISCHIO Dl COVID-19 ("Coronavirus")

توصيات للاشخاص الذين يخضعون للحجر الصحي( ملازمة البيت مع العزل وتنشيط المراقبة الصحية) لخطورة فيروس كورونا (كوفيد ١٩)

La persona in quarantena (in quanto contatto stretto di un caso di COVID-19) e la famiglia devono aderire alle seguenti raccomandazioni per tutto il periodo in cui è stata disposta la quarantena da parte del Dipartimento di Sanità Pubblica

الشخص الذي يخضع للحجر الصحي (باعتباره قد خالط عنصر قريب مصاب بالكوفيد ١٩) والعائلة ملتزمين بالتوصيات التي وضعتها مصلحة الصحة العامة طوال فترة الحجر الصحي

Il contatto stretto di un caso accertato non è malato, ma ha una probabilità alta di poter sviluppare la malattia COVID-19!. Pertanto, per evitare, se si è contagiato prima dell'isolamento dal caso, che sia fonte di trasmissione per altri in famiglia, occorre particolare cautela: la cosa più importante da fare è che si separi davvero dagli altri familiari. E se tutti i familiari sono contatti stretti, occorre che tra di loro vengano seguite misure scrupolose di igiene e di distanziamento tra tutti. ln particolare: La persona in quarantena deve

الشخص المخالط للمصاب وليست به الاعراض، لكن لديه احتمال كبير للاصابة بالكوفيد ١٩ . لتفادي العدوى قبل العزل لانها مصدر عدوى للاخرين هو اتخاذ الحذر: و اهم شيء هو العزل التام عن بقية افراد العائلة. و
اذا حصل الاختلاط فيجب عليهم الالتزام بتعليمات التعقيم والتباعد فيما بينهم. و بالخصوص الشخص الذي يخضع للحجر الصحي يجب عليه:

- Rimanere al proprio domicilio, senza uscire di casa ed evitando contatti sia con i conviventi che con altre persone; evitare spostamenti all'interno dell'abitazione durante la presenza degli altri conviventi;

البقاء في المنزل، دون الخروج منه و محاولة عدم الاختلاط بالناس المتعايشين مع بعضهم و الناس الاخرين؛ عدم التنقل داخل المنزل في حال وجود اناس اخرين يعيشون معه.

- Utilizzare una stanza e un bagno non condivisi con altre persone, con un adeguato ricambio d'aria aprendo le finestre. Ove non fosse possibile l'uso esclusivo di un bagno, ad ogni utilizzo deve essere effettuata una disinfezione delle superfici con prodotti idonei es: ipoclorito di sodio (candeggina);
- استعمال غرفة و حمام منعزل عن بقية التعايشين معه، مع التهوية الازمة وفتح الشباك. ومع عدم توفر حمام خاص ،فيجب تتبع التوصيات الخاصة للتعقيم للاسطح بمواد التعقيم او (الجافال)

- Assicurare di essere raggiungibile telefonicamente per la sorveglianza quotidiana effettuata dall'operatore di sanità pubblica che vi contatterà al numero telefonico da voi indicato;
- التاكد من اشتغال الهاتف و ذلك لتتمكن اعوان الصحة من المراقبة عبر مكالمات هاتفية على الرقم الذي تركته لديهم.

0 Misurare la temperatura 2 volte al giorno (mattina e sera) e qualora avesse la sensazione di avere la febbre;

قيس درجة الحرارة مرتين في اليوم(صباحا و مساءا) و في اي وقت تشعر فيه بارتفاع درجة الحرارة ووو ووو

- Avvertire immediatamente il proprio medico curante e l'operatore di sanità pubblica (durante il contatto quotidiano) in caso di comparsa di sintomi (febbre, tosse, sintomi respiratori, alterazioni dell'olfatto e del gusto, stanchezza, brividi etc

الابلاغ الفوري لطبيب العائلة و اعوان الصحة العمومية(طوال التواصل المعتاد) في حالة ظهور الاعراض(حرارة مرتفعة، سعال، صعوبة التنفس، عدم الشم و التذوق، ارهاق ....)

- In presenza di sintomi: Indossare la mascherina chirurgica fornita, mantenersi isolata dagli altri conviventi. Le mascherine non devono essere toccate o manipolate durante l'uso. Se la mascherina si bagna o si sporca

Il responsabile del procedimento File:

Igiene e Sanità Pubblica — II Direttore
P.le Milano, 2— 29121 Piacenza T.
+39.0523.317930 - F. +39.0523.317929
e.mail : m.brescia@ausl.pc.it —
wvvw.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
Sede PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it Viù Antor:O
00000 • oo

000000000
000000000

secrezioni, deve essere cambiata immediatamente. Dopo l'uso deve essere eliminata e deve essere eseguita l'igiene delle mani

- في حالة ظهور الاعراض يجب الالتزام بوضع الكمامة، عدم الاختلاط بالآخرين. الكمامة لايجب لمسها مدة استعمالها و في حالة تبللها و إتساخها بالافرازات، يجب تبديلها في الابان . و بعد استعمالها يجب رميها و تعقيم اليدين.
- Rimanere nella propria stanza con la porta chiusa garantendo un'adeguata ventilazione naturale in attesa di ulteriori indicazioni
- البقاء في غرفة خاصة مغلقة مهوية في انتظار تطور الحالة.
- Non andare direttamente né in ambulatorio né al Pronto Soccorso ed aspettare le indicazioni del proprio medico elo dell'operatore di sanità pubblica.
- لايجب الذهاب مباشرة الى العيادات ولا الاستعجالي ، ويجب انتظار ا تعليمات الطبيب الخاص او اعوان الصحة العمومية.

## Indicazioni sia per la persona in quarantena che per i conviventi

## Igiene delle mani

التعليمات الصحية والوقاءية الازمة للذي يخضع الى الحجر الصحي و المتساكنين معه وتعقيم اليدين

- Sia la persona in quarantena che i conviventi devono seguire una scrupolosa igiene delle mani, utilizzando acqua e sapone e, qualora non fosse possibile, utilizzando un gel a base idroalcolica; la persona in quarantena utilizzi preferibilmente asciugamani di carta usa e getta. E' di particolare importanza l'igiene delle mani nelle seguenti situazioni:
- الشخص الذي يخضع الى الحجر الصحي و المتسابقين معه على حد سواء يجب عليهم تكثيف تعقيم اليدين باستعمال الماء و الصابون ، والجال المعقم ، والشخص الذي يخضع للحجر الصحي يستحسن استعمال المناديل الورقية و رميها بعد كل استعمال، مع مواصلة تعقيم اليدين .
- dopo aver usato il bagno e ogni volta che le mani sembrano sporche;
- تعقيم مكثف لليدين بعد الدخول الى الحمام
- prima e dopo la preparazione di cibo, prima di mangiare;
- تعقيم اليدين قبل و بعد الاكل و خلال تحضيره
- a seguito di tosse e starnuti; si ricorda che durante tosse e starnuti occorre coprire la bocca e il naso, con fazzoletti di carta o con l'interno del gomito e in seguito eseguire l'igiene delle mani.
- و بالنسبة للسعال و العطس نذكر انه من المهم استعمال المنشفة الوقية لتغطية الانف و الفم ، و وضع المرفق على الفم حين يعطس او يسعل مع متابعة تعقيم اليدين

## Pulizia dei locali e lavaggio biancheria

تنظيف المكان و غسل الأغنية

- Pulire quotidianamente le superfici più frequentemente toccate (comodini, letto e altri mobili della camera da letto della persona in quarantena), usando un normale disinfettante domestico contenente soluzione di candeggina diluita; usare guanti a perdere durante la pulizia;

تنظيف متواصل للاسطح التي يتم لمسها بصفة مستمرة ( مثل الكوميدينو و السرير و الاثاث الموجود في غرفة الشخص الذي يخضع للحجر الصحي) ، باستعمال معقم منزلي يحتوي على الجافال ، مع استعمال القفازات في عملية التنظيف.

0 Pulire e disinfettare le superfici del bagno e della toilette almeno una volta al giorno e dopo ogni utilizzo della persona in isolamento con un normale disinfettante domestico contenente una soluzione di candeggina diluita;

تنظيف وتعقيم اسطح الحمام بعد كل اسعمال للشخص الذي يخضع للعزل باستعمال المعقم المنزلي و الجافال

0 Dopo l'uso del WC chiudere sempre la tavoletta prima di azionare lo scarico, per evitare aerosol;

بعد استعمال المرحاض يجب غلقه قبل استعمال الماء حتى نتجنب تسرب الراءحة

- La biancheria della persona in quarantena (vestiti, lenzuola, asciugamani e teli da bagno) va tenuta in contenitore/sacchetto separato in attesa di essere lavata; lavare tale biancheria in lavatrice a 60—90 $^0$C (meglio 90 $^0$C) con uso di comune detersivo;
- الاغطية التي يستعملها الشخص الواضع للحجر الصحي ( من ملابس ، و اغطية السرير و مناشف التي استعملت للتخفيف....) يقع وضعها في حاوية و في مكان معزول حتى يقع غسلها في درجة حرارة بين 60و 90 درجة ماءوية والافضل 90 درجة مع استعمال المنظف.

0 Le stoviglie utilizzate dalla persona in quarantena si possono lavare in lavastoviglie o a mano con acqua calda e detergente.

الاواني التي استعملت من قبل الشخص الذي يخضع للحجر يمكن وضعها في الة التنظيف او يمكن غسلها باليد مع استعمال الماء الساخن و الجافال.

## Rifiuti

الفضلات

Il materiale di rifiuto generato da persone in quarantena (fazzoletti di carta già usati, mascherine chirurgiche usate, asciugamani usa e getta, eventuali guanti a perdere), deve essere collocato in sacchetto dei rifiuti dedicato e posto nella stanza della persona in isolamento, chiuso prima dello smaltimento con gli altri rifiuti domestici (rifiuti indifferenziata). (es.: fazzoletti utilizzati, tessuti, maschere, asciugamani usa e getta ecc.).

الفضلات التي يلقيها الشخص الذي يخضع للحجر الصحي( مثل المناديل ،القناع الواقي المستعملة، و المناشف، الاقمشة...)، يجب وضعها في مكان خاص بها ، لا يقع خليها ببقية الفضلات المنزلية( الفضلات المفرزة) مثل ( المناديل المستعملة، الاقمشة ، القناع المستعمل، المناشف....)

Il medico di Igiene e Sanità Pubblica

Dr.ssa Mari Grazia Brescia

ssa Maria Grazia Brescia