



COVID-19: raccomandazioni per la gestione delle persone malate e dei loro contatti, in vigore dal 19 marzo 2020

Stato al 19.03.2020

Obiettivi

- Rallentare la diffusione
- Proteggere le persone con rischio elevato di complicazioni (persone particolarmente a rischio)
- Non sovraccaricare il sistema sanitario, in modo da garantirgli le risorse necessarie per curare i casi gravi, anche quelli che necessitano di cure intense

Motivazione

- Con il forte aumento dei casi di COVID-19 in Svizzera vi è attualmente una probabilità alta che una persona affetta da una malattia respiratoria acuta sia affetta dal nuovo coronavirus.
- Occorre inoltre adottare tutti i provvedimenti possibili e necessari per rallentare la diffusione e appiattire la curva epidemica.

Principi

Tenersi a distanza (distanziamento sociale, in inglese social distancing), per proteggere le persone particolarmente a rischio e per mantenere il più basso possibile il numero di persone che si ammalano contemporaneamente:

- Le strutture sanitarie danno priorità alla presa a carico dei casi gravi e delle persone particolarmente a rischio.
- Il personale sanitario è protetto.
- I malati che non necessitano di una presa a carico medica restano a casa.
- Le persone infettate possono essere contagiose prima, durante o dopo la comparsa dei sintomi. Inoltre i sintomi possono essere molto blandi e quindi la malattia può avere un decorso inosservato. Perciò anche le persone che non hanno sintomi devono comportarsi come se fossero contagiose, mantenendo la distanza dalle altre persone. Appena compaiono i sintomi, devono isolarsi.

Persone particolarmente a rischio

Le persone sopra i 65 anni nonché quelle affette da

- Ipertensione in trattamento o che necessita trattamento
- diabete
- malattie cardiovascolari
- malattie croniche delle vie respiratorie
- malattie e terapie che indeboliscono il sistema immunitario
- cancro

sono quelle che più rischiano di avere un decorso grave della malattia. La gestione dell'epidemia è orientata alla loro protezione.

Gestione delle persone sintomatiche

In caso di sintomi restare a casa: auto-isolamento

Le persone con sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie (p. es. tosse, mal di gola, affanno) con o senza febbre, sensazione di febbre, dolori muscolari, che siano testate o meno, restano a casa per almeno 10 giorni.

Chiamano un medico soltanto se il loro stato di salute lo richiede oppure se lo stato di salute peggiora:

- in caso di rischio elevato di complicazioni (persone particolarmente a rischio)
- se hanno difficoltà respiratorie
- se i sintomi delle vie respiratorie si aggravano.

Indicazione per le donne incinte: anche se stando alle conoscenze attuali le donne incinte non sono tra le persone che presentano un rischio elevato di decorso grave, in caso di sintomi come febbre devono consultare telefonicamente il proprio ginecologo.

In caso di auto-isolamento i pazienti ricevono dal loro medico istruzioni scritte per evitare contagi o possono scaricare queste ultime sul sito dell'UFSP www.ufsp.admin.ch/nuovo-coronavirus.

Durata dell'isolamento:

Auto-isolamento a casa: fino a 48 ore dopo la scomparsa dei sintomi e se sono trascorsi almeno 10 giorni dalla loro comparsa.

Isolamento ospedaliero: si può tornare a casa non appena lo stato clinico lo consente o secondo i criteri definiti per l'auto-isolamento.

Criteri per il test

Vengono testati prioritariamente i pazienti con sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie (**p. es. tosse, mal di gola, affanno**) con o **senza febbre, sensazione di febbre, dolori muscolari**

E

che soddisfano uno dei seguenti criteri per il test:

1. sintomi gravi, cioè presenza di criteri medici per un ricovero ospedaliero (polmonite bilaterale, ARDS...);
2. persone con elevato rischio di complicazioni (persone particolarmente a rischio);
3. professionisti della sanità a contatto con i pazienti o gli ospiti di case di cura o istituzioni sanitarie

I medici curanti possono decidere di testare persone sintomatiche che non corrispondono a questi criteri se ciò è necessario per la protezione di terzi particolarmente a rischio. Tuttavia occorre evitare per quanto possibile che ricorrano al sistema sanitario persone che non ne hanno bisogno. Finché non sarà disponibile un trattamento specifico, un test non ha alcuna influenza sulla terapia ambulatoriale.

Gli ospedali notificano al medico cantonale e all'UFSP entro 24 ore i referti clinici dopo un test della PCR positivo in casi di COVID-19 ospedalizzati. (www.bag.admin.ch/infreporting).

Gestione dei contatti delle persone sintomatiche: auto-quarantena

I contatti delle persone malate (che vivono nella stessa economia domestica, che intrattengono una relazione intima) sono esortati a restare a casa se hanno avuto contatti con una persona malata:

- mentre quest'ultima era sintomatica;
- nelle 24 ore precedenti la comparsa dei primi sintomi.

Le persone che hanno avuto contatti devono restare a casa in quarantena per dieci giorni, a partire dal giorno in cui il caso è stato messo in isolamento. Devono:

- prestare attenzione al loro stato di salute;
- evitare qualsiasi contatto con persone che non vivono nella loro economia domestica;
- mettersi in auto-isolamento se compaiono sintomi (secondo le istruzioni dell'UFSP sull'auto-isolamento, disponibili sul suo sito).

Per l'auto-quarantena le persone interessate ricevono istruzioni per evitare contagi o possono scaricare queste ultime sul sito dell'UFSP www.ufsp.admin.ch/nuovo-coronavirus.

Le persone che sono state in contatto con un caso confermato di COVID-19 e che non vivono nella stessa economia domestica della persona malata, o che hanno avuto contatti intimi con la persona malata, possono anche essere invitate a sottoporsi all'autoquarantena. Questo per esempio se in tal modo proteggono persone particolarmente a rischio. In generale, tuttavia, è possibile che chiunque abbia avuto un possibile contatto con una persona infetta. Ogni persona dovrebbe quindi comportarsi in modo tale che il virus non venga trasmesso ad altri.

La situazione attuale richiede che la trasmissione del virus sia rallentata al massimo. Di conseguenza la durata dell'autoquarantena è ora estesa a 10 giorni. Le persone che sono in quarantena secondo le disposizioni del 9 marzo, possono terminare la quarantena in base alle vecchie raccomandazioni (5 giorni). Devono, come raccomandato, osservare il proprio stato di salute anche dopo la quarantena e attenersi alle regole di igiene e di comportamento dell'UFSP.

I **professionisti della sanità** che lavorano a contatto con i pazienti e che sono stati a contatto, senza protezione, con un caso confermato o con una persona affetta da malattia acuta delle vie respiratorie (persone nella stessa economia domestica o contatti intimi) possono continuare a lavorare, indossano sempre una mascherina chirurgica e fanno attenzione a una scrupolosa igiene delle mani. Sorvegliano il proprio stato di salute; se manifestano sintomi si fanno testare e si assentano dal lavoro. (cfr. le raccomandazioni di Swissnoso: www.swissnoso.ch).

Protezione dei professionisti della sanità

Le raccomandazioni per i professionisti della sanità a contatto con i pazienti si trovano sul sito Internet di Swissnoso: www.swissnoso.ch

Regole di igiene e di comportamento per la popolazione

La campagna dell'UFSP informa sulle regole di igiene e di comportamento. Ulteriori raccomandazioni si trovano sul sito web: www.ufsp.admin.ch/nuovo-coronavirus

I materiali della campagna possono essere scaricati e ordinati all'indirizzo: <http://www.ufsp-coronavirus.ch/>