

OBJECTIF

Apporter une aide pratique et des conseils communs pour tous nos patients isolés à domicile.

NUMEROS UTILES

SAMU 15 si signes d'aggravation respiratoires

Mairie personne seule ou RSA : CCAS : 05 62 44 38 38

Département famille avec enfant : 05 62 53 34 65

Préfecture : 05 62 56 65 65

Pharmacie livraison : 0562930167

Infirmier pour le télésuivi si vous n'avez pas d'infirmier ou si votre infirmier n'est pas disponible : 06 71 71 12 54 ou 06 01 05 88 35

SI PAS DE Médecin traitant
ALLO CPAM : 0 811 70 36 46

MEDICAL

NE PAS PRENDRE D'AINS OU DE CORTISONE.

Surveiller votre température 2X/j, si vous avez de la fièvre traitée paracétamol 1g/6h et bien boire. Ne chauffer pas trop votre logement 20 degrés en journée et 19 degrés la nuit.

Acheter un tensiomètre, un thermomètre (pharmacie ou magasin de matériel médical)

DOMICILE

INTERDICTION DE SORTIR PENDANT 14J.

AUCUN CONTACT DIRECT AVEC TIERCE PERSONNE SI POSSIBLE.

Les personnes qui sont susceptibles de venir chez vous doivent respecter les directives nationales covid 19. Respecter la distance de 1 m et le **port du masque** si en lien avec autre personne. Laver vous les mains toutes les ½ heures avec savon et eau chaude ou solution hydroalcoolique.

Bien vous hydrater 1.5l/j minimum.

Décontaminer avec produits bactéricide, virucide : poignées, interrupteurs, télécommandes, téléphones, claviers, réveils penser à votre véhicule et autre objet que vous touchez : sac à main, carte bancaire, stylos, carte vitale...

Laver vos vêtements et vaisselle à plus de 60 degrés minimum.

Préférez les couverts jetables si possible. Laver les sols et surfaces à l'eau de javel diluée à 0.5% de chlore actif (1l de javel 2.6% + 4 l d'eau)

Laver votre brosse à dents avec solution buccale adaptée (demander conseil à votre pharmacien).

Privilégier les achats par drive et les livraisons. Prohiber le contact avec la monnaie, privilégier les paiements sans contact et en carte bancaire. Ne pas taper directement sur les claviers de paiements (utiliser par ex-stylo ou clés).

