



The Commonwealth of Massachusetts
Executive Office of Health and Human Services
Department of Public Health
Bureau of Infectious Disease and Laboratory Sciences
305 South Street, Jamaica Plain, MA 02130

CHARLES D. BAKER
Governatore

KARYN E. POLITO
Vice Governatore

MARYLOU SUDDERS
Segretaria

MONICA BHAREL, MD, MPH
Commissionaria

Tel: 617-624-6000
www.mass.gov/dph

Informazioni e guida per le persone in isolamento a causa del COVID-19

Le è stato chiesto di rimanere isolato (di tenersi da parte) da altre persone perché le è stata diagnosticata e confermata un'infezione da 2019 Novel (nuovo) Coronavirus (COVID-19) o perché ha avuto un'esposizione ad alto rischio al COVID-19 e ne sta mostrando i sintomi.

Il COVID-19 è causato da un virus. Si diffonde attraverso le secrezioni dell'apparato respiratorio (muco e goccioline emesse quando si tossisce o si starnutisce) di persone infette e può causare una malattia grave come la polmonite (infezione dei polmoni) e, in alcuni casi rari, la morte.

Dovrà rimanere in isolamento finché un'autorità sanitaria pubblica (il Massachusetts Department of Public Health o il Board of Health locale) la autorizzeranno a uscire di casa. Un'autorità sanitaria pubblica rimarrà in contatto con Lei giornalmente ed eseguirà un altro esame dopo 14 giorni dalla data in cui è stata confermata la Sua infezione e confermerà che può uscire dopo che il rischio di infettare gli altri sarà diventato basso.

Durante il periodo di isolamento non potrà ricevere visitatori nel luogo in cui è isolato. Se deve condividere la Sua abitazione con un'altra persona, quella persona dovrà essere messa in quarantena. Se nella Sua casa abitano bambini, donne in gravidanza o persone con il sistema immunitario compromesso, o che hanno malattie croniche che interessano cuore, fegato o reni, o che hanno più di 65 anni di età, quelle persone sono particolarmente a rischio se vengono a contatto con Lei durante il periodo di isolamento. Se qualcuno con il quale è venuto a contatto rientra in una delle suddette categorie, lo comunichi al Board of Health locale o al Massachusetts Department of Public Health, in modo che possano prendere provvedimenti per proteggerlo.

Il Board of Health locale e il Massachusetts Department of Public Health collaboreranno con Lei per identificare chiunque, compresi i Suoi familiari, che possa essere considerato esposto al contagio e gli daranno le indicazioni per mettersi in quarantena.

Questo foglio informativo intende spiegare alle persone *ciò che possono e che non possono* fare mentre sono in isolamento. Se ha domande da fare dopo aver letto questo foglio, telefoni al Board of Health locale o al Massachusetts Department of Public Health, che è disponibile 24/7 al numero 617-983-6800.

Mentre è in isolamento, segua queste istruzioni:

1. Non esca di casa se non per cure mediche urgenti. Se deve uscire di casa per cure mediche urgenti, indossi una mascherina, possibilmente di tipo chirurgico, se ne dispone. Se non ce l'ha, cerchi di mantenere una distanza di sei piedi dagli altri; se ciò non fosse possibile, limiti il tempo in cui sta a contatto con altri a un massimo di cinque minuti. Chiami le autorità sanitarie prima di uscire e le informi che Lei ha contratto l'infezione da COVID-19. Per proteggere gli altri, cerchi di usare la Sua automobile o chiami un'ambulanza per raggiungere la struttura sanitaria. **Non prenda per nessun motivo mezzi di trasporto pubblici, servizi condivisi (ad esempio Uber o Lyft) o taxi.**
2. Se deve stare a contatto con un'altra persona, indossi una mascherina, possibilmente di tipo chirurgico, se ne dispone. Se non ce l'ha, cerchi di mantenere una distanza di sei piedi dagli altri; se ciò non fosse possibile, limiti il tempo in cui sta a contatto con altri a un massimo di cinque minuti.
3. Non accolga visitatori a casa Sua.
4. Se possibile, non dovrebbe abitare nessun altro nella stessa casa in cui Lei si trova in isolamento.
5. Non condivida la camera da letto o il bagno con nessun altro.
6. Non condivida con gli altri gli asciugamani, le lenzuola o le coperte.
7. Lavi la Sua biancheria separatamente da quella degli altri.
8. Non condivida le suppellettili con le quali mangia e beve. Lavi le suppellettili normalmente, nella lavastoviglie o a mano, con acqua calda e sapone.
9. Si copra il naso e la bocca quando tossisce o starnutisce e getti il fazzolettino in un cestino foderato con un sacchetto di plastica. Poi si lavi le mani.
10. Si lavi spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi ogni volta. Se non ha disponibili acqua e sapone, usi una soluzione disinfettante a base di alcol, che contenga almeno il 60% di alcol.

Se altri sono venuti in contatto con Lei nella Sua casa, devono:

1. Tenersi riguardati e controllare lo stato di salute nei seguenti modi:
 - a. Misurando la febbre (temperatura oltre i 100.3 gradi). La temperatura andrebbe misurata al mattino e alla sera.
 - b. Controllare altri sintomi, come tosse, difficoltà a respirare, respiro affannato, brividi, muscoli induriti o doloranti, mal di testa o diarrea.
2. Lavarsi spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi ogni volta. Se non sono disponibili acqua e sapone, usare una soluzione disinfettante a base di alcol, che contenga almeno il 60% di alcol.
3. Indossare una mascherina quando sono a stretto contatto con Lei, se Lei non sta indossando una mascherina. Se non ce l'hanno, cercare di mantenere una distanza di sei piedi dagli altri; se ciò non fosse possibile, limitare il tempo in cui stanno a contatto con altri a un massimo di cinque minuti. Fare attenzione a toccare solo le parti della mascherina che vanno attorno alle orecchie o dietro la testa. Non toccare la parte frontale della mascherina. Lavarsi le mani immediatamente con acqua e sapone dopo essersi tolta la mascherina.
4. Usare guanti monouso se devono venire a contatto con i Suoi fluidi corporei (saliva/sputo, muco, urina, feci, vomito) o se devono lavare i Suoi panni sporchi. Rimuovere cautamente i guanti senza toccare la loro parte esterna, gettarli via e lavarsi le mani con acqua e sapone o una soluzione disinfettante a base di alcol.

Se c'è qualcuno nella Sua casa mostra quei sintomi, contatti il Board of Health locale o il Massachusetts Department of Public Health ai numeri telefonici forniti qui sopra.

Se quelle persone hanno bisogno di cure mediche, devono telefonare al loro medico prima di andarci di persona e dire che potrebbero essere state esposte al COVID-19.

Altri consigli per impedirle di infettare gli altri:

1. I Suoi guanti, fazzolettini, mascherine e altri rifiuti devono essere messi in una busta che va poi chiusa accuratamente e messa insieme alla restante immondizia.
2. I Suoi panni sporchi possono essere lavati in una normale lavatrice usando acqua calda e detersivo. La varechina può essere usata ma non è necessaria. Non scuota i suoi panni sporchi ed eviti che tocchino altre persone o i loro indumenti.
3. Le superfici di casa che tocca o che vengono sporcate dai Suoi fluidi corporei (saliva/sputo, muco, urina, feci, vomito) vanno lavate e disinfettate con un disinfettante a uso domestico, seguendo le indicazioni sull'etichetta. Indossi i guanti mentre pulisce quelle superfici.
4. Il Suo bagno va pulito ogni giorno con un disinfettante a uso domestico, seguendo le indicazioni nell'etichetta. Indossi i guanti mentre fa le pulizie.

Per quanto tempo deve seguire queste istruzioni?

Dovrà rimanere isolato per almeno 14 giorni dalla data dell'ultima esposizione al virus. Un'autorità sanitaria pubblica (il MDPH o il Board of Health locale) la contatterà e le dirà quando potrà terminare l'isolamento.

Domande?

Può telefonare al Suo medico, al Board of Health locale o al Massachusetts Department of Public Health per qualsiasi domanda.

1. Dati sul Suo medico

Nome: _____

N° telef.: _____ O

2. Il Suo Board of Health (Località/Città)

Località o Città: _____ O

Persona da contattare: _____

N° telef.: _____ O

3. The Massachusetts Department of Public Health

On-call Epidemiologist

N° telef.: (617) 983-6800 (7 giorni la settimana/24 ore al giorno)

Grazie per aver collaborato attivamente a mantenere se stesso, la Sua famiglia e la Sua comunità sana e sicura.

Data della notizia fornita al paziente: _____

Fornita da (nome): _____

Ogni altra istruzione specifica può essere scritta qui o allegata con fogli aggiuntivi (l'aggiunta di altri fogli allegati va segnalata qui):