**Fiche patient confinement**

**Surveillance à domicile**

# Pour vous

* Surveillez votre température et vos pulsations 2 fois par jour et notez les valeurs sur un cahier ;

• Surveillez la gêne respiratoire, la survenue de frissons et/ou de malaise et notez ces symptômes sur un cahier ;

• Il est très important de continuer cette surveillance tous les jours.

* Dormez seul(e) si possible ;

• Ne rentrez pas en contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées…) ;

* Ne vous rendez pas directement chez le médecin, ni aux urgences de l’hôpital ;
  + **En cas de signes d’aggravation appeler le** : \_\_ \_\_ \_\_ \_\_ \_\_

En cas d’indisponibilité de votre MG et si aggravation de votre état général appeler le 15

# Pour votre entourage :

 Surveillance personnelle de la température 2 fois par jour et surveillance des signes respiratoires

Restrictions des activités sociales et des contacts avec des personnes fragiles ;

En cas d’apparition de fièvre ou de symptômes respiratoires chez un membre de l’entourage, consigne de prendre contact avec le médecin traitant, ou à défaut ou en cas de signes de gravité, d’appeler le SAMU-Centre 15.

# Confinement

• Le confinement doit être réalisé dans une pièce dédiée, bien aérée. Elle vise à minimiser les contacts entre personnes et limiter la contamination des surfaces dans le logement.

• Cette pièce doit être aérée trois fois par jours ainsi que le reste du lieu de vie

• Si plusieurs WC sont disponibles un doit être dédié. En cas de WC partagé une hygiène stricte doit être respectée (nettoyage eau de javel ou par lingette désinfectantes).

• Respect d’une distance de sécurité

• Vous devez respecter une distance de sécurité de deux mètres sans contacts directs.

• Vous devez éviter tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées…).

# Lavage des mains

• La réalisation avec une rigueur absolue des gestes d’hygiène des mains par friction hydroalcoolique (en particulier avant de porter les mains au visage) et par lavage au savon quatre à 6 fois par 24 heures.

**HYGIENE LOGEMENT**

# Surfaces de contact

• Certaines surfaces sont susceptibles d’être un vecteur de contamination et doivent être régulièrement désinfectées (smartphone, poignées de portes, interrupteurs …).

# Conseils pour le linge et les draps

• Dans la mesure du possible, vous devrez réaliser personnellement les opérations.

• Ne pas secouer les draps et le linge.

• Transporter les draps et le linge à laver dans la machine à laver le linge sans dépose intermédiaire dans le logement.

• Laver le linge de literie dans une machine à laver avec un cycle à 60 degrés pendant 30 min au minimum.

# Nettoyage des sols

• De respecter les éléments suivants pour le bionettoyage des sols et surface3 :

Ne pas utiliser un aspirateur générateur d’aérosols pour le nettoyage des sols ;

Nettoyer les sols et surfaces avec un bandeau de lavage à UU imprégné d'un produit détergent ;

Puis rincer à l'eau du réseau avec un autre bandeau de lavage à UU ;

Puis laisser sécher ;

Puis désinfecter les sols et surfaces à l'eau de javel dilué à 0,5% de chlore actif (1 litre de Javel à 2,6% + 4 l d'eau).