

ANNEX4.- EL DOCUMENT D'AÏLLAMENT PREVENTIU PER AL CAS SOSPITÓS

Aïllament preventiu per als contactes estrets de COVID-19

Què he de fer si soc un contacte estret?

/ Aïlla't en una habitació d'ús individual.

/ Procura no sortir de l'habitació i, si surts, sempre heu d'anar amb mascareta tu i els teus convivents.

/ Rentat les mans sovint, amb aigua i sabó o amb solucions hidroalcohòliques, especialment després de tossir, esternudar i tocar objectes o superfícies.



/ Rentat la teua roba de forma separada de la resta a 60 °C o més.

/ Neteja el bany després de cada ús, si no pots fer-ne servir un només per a tu.

/ És important que estiguis localitzable.

/ Fas seguiment i vigilància dels teus símptomes dos cops al dia, a través de l'app STOP COVID19 CAT.

/ Fas una bona ventilació de l'habitació (10 minuts, 3 cops al dia).



Si em fan una prova diagnòstica, com sabré el resultat?

/ Si t'han fet una prova diagnòstica, pots consultar els resultats de la prova a través de La Meua Salut durant les 48-72 hores següents a l'extracció de la mostra.

/ Si la prova és un test ràpid d'antigen els resultats els tens en 20 minuts al mateix punt on se t'ha fet la prova.

/ Si encara no tens accés a La Meua Salut, pots donar-te d'alta a través del formulari següent:

▶ lamevasalut.gencat.cat/alta

Què he de fer si el resultat de la prova és negatiu?

/ Si la prova diagnòstica surt negativa, igualment has de fer l'aïllament preventiu de 10 dies, atès el període màxim d'incubació del virus.

/ Controla els teus símptomes i, si aquests apareixen, posa't en contacte amb el teu professional sanitari a través de l'eConsulta de La Meua Salut. Si són greus, fes-ho directament al 061.

Què he de fer si el resultat de la prova és positiu?

/ Si el resultat de la prova diagnòstica és positiu, cal que continues l'aïllament domiciliari.

/ La informació completa sobre com fer-lo la pots trobar aquí: <http://canalsalut.gencat.cat/web/contant/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/consells-aillament-domiciliari.pdf>

/ Recorda: la detecció precoç de les persones amb COVID-19 i la ràpida identificació i l'aïllament dels contactes estrets és fonamental per mantenir el control de la pandèmia.

No ens podem relaxar. Evitem un rebrot!



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus