

# Evitare la diffusione del MERS-CoV ad altre abitazioni e comunità

---

20 luglio 2015

La presente informativa fornisce unicamente informazioni di base. Non deve sostituire un parere medico, una diagnosi o un trattamento. Per qualsiasi dubbio, e prima di apportare qualsiasi variazione alla vostra dieta, stile di vita o trattamento, rivolgetevi sempre al personale sanitario.

La sindrome respiratoria mediorientale da coronavirus (MERS-CoV) è un nuovo virus. Alcuni non si ammalano quando contraggono questo virus mentre altri si possono ammalare gravemente. Gli anziani e le persone con malattie di lunga durata o croniche spesso si ammalano gravemente e possono anche morire se contraggono il MERS-CoV. Normalmente le persone che contraggono il virus accusano tosse e febbre e talvolta devono recarsi in ospedale.

È importante leggere e comprendere questa notifica se:

- il vostro operatore sanitario sta eseguendo su di voi un test per il MERS-CoV, o avete contratto il MERS-CoV, e non dovete restare in ospedale o
- vivete con qualcuno sottoposto al test per il MERS-CoV o che ha contratto il MERS-CoV.

Poiché il MERS-CoV è un nuovo virus, il modo esatto in cui si diffonde non è ancora ben chiaro. Si ritiene che possa diffondersi quando una persona affetta da MERS-CoV tossisce. Il MERS-CoV si è diffuso da persone che sono malate ad altre persone con cui hanno uno stretto contatto. Uno stretto contatto comporta situazioni quali assistere o vivere con qualcuno. Il MERS-CoV si è anche diffuso negli ospedali tra persone a stretto contatto e dove non erano state prese le giuste precauzioni. È importante prendere le giuste precauzioni in modo che il virus non si diffonda ad altri.

## Per chi ha o potrebbe avere contratto il MERS-CoV

Si possono fare varie cose per evitare che coloro che vivono attorno a voi contraggano il virus:

- Seguite i consigli del vostro operatore sanitario. Ponete al vostro operatore sanitario qualsiasi domanda su questi consigli e accertatevi di avere le informazioni che vi occorrono, comprese le informazioni di contatto dell'unità sanitaria locale.
- Restate a casa. Non utilizzate i trasporti pubblici né i tassì. Non andate a lavorare, a scuola o in altri luoghi pubblici.
- Restate quanto più possibile in una stanza separata lontano dalle altre persone che vivono nella vostra abitazione e se possibile utilizzate un bagno separato. Accertatevi che i locali condivisi (es. cucina, bagni) siano ben ventilati. Se possibile tenete le finestre aperte in queste stanze.

- Copritevi la bocca e il naso quando tossite e starnutite. Utilizzate fazzoletti di carta per coprire i colpi di tosse e gli starnuti o per asciugarvi o soffiarvi il naso. Se non avete un fazzoletto di carta, copritevi con la manica della camicia o con il gomito, ma non con le mani. Mettete i fazzoletti usati in un cestino foderato con un sacco di plastica e lavatevi immediatamente le mani con acqua e sapone. Quando svuotate il cestino, cercate di non toccare i fazzoletti usati.
- Lavatevi spesso le mani con acqua e sapone per almeno 15 secondi. Asciugatevi le mani con salviette di carta, o con un vostro asciugamano che non condividete con nessun altro. Potete utilizzare i disinfettanti per le mani a base di alcol se acqua e sapone non sono disponibili e se le mani non sono visibilmente sporche.
- Limitate il numero di persone in visita nella vostra casa. Ricevete solo le visite delle persone che dovete vedere e limitate al massimo il tempo delle visite.
- Quando siete in una stanza con altre persone, mantenete una distanza di due metri dagli altri e indossate una mascherina che vi copra il naso e la bocca. Se non potete indossare una mascherina, le persone dovrebbero indossare una mascherina quando sono nella vostra stessa stanza.
- Se dovete allontanarvi da casa per consultare un operatore sanitario, indossate la mascherina su naso e bocca quando siete in un raggio di due metri dalle altre persone.
- Avvisate tutti gli operatori sanitari che state facendo il test del MERS-CoV, o che avete contratto il MERS-CoV. Ciò comprende avvisare i paramedici se dovete salire in ambulanza. Ciò aiuterà gli operatori sanitari a fare quanto necessario per proteggere se stessi e gli altri dal contagio da MERS-CoV.

### **Per coloro che vivono con qualcuno che ha o che potrebbe avere contratto il MERS-CoV**

Ci sono varie cose che le persone che vivono con qualcuno che ha o che potrebbe avere contratto il virus MERS-CoV possono fare per proteggere se stessi e gli altri:

- Fate stare in casa solo coloro che sono essenziali per fornire assistenza:
  - Le persone che non assistono la persona soggetta al test del MERS-CoV o che ha contratto il MERS-CoV dovrebbero vivere altrove. Se ciò non è possibile, dovrebbero rimanere in un'altra stanza o essere il più possibile separati dalla persona.
  - Mantenete gli anziani e le persone con malattie di lunga durata (es., diabete, problemi cardiaci, polmonari o epatici) lontano dalla persona. Queste persone possono ammalarsi seriamente se contraggono il MERS-CoV. Contattate la vostra unità sanitaria locale se vi occorrono più informazioni sulle persone nella vostra casa che potrebbero essere a rischio.
- Indossate mascherina e guanti quando toccate o venite a contatto con il sangue o i liquidi corporei della persona. I liquidi corporei comprendono sudore, saliva, vomito, urina e diarrea.
- Toglietevi i guanti e la mascherina subito dopo aver prestato assistenza e gettateli nel cestino. Toglietevi i guanti e lavatevi le mani con acqua e sapone prima di togliervi la mascherina. Lavatevi ancora le mani con acqua e sapone prima di toccarvi la faccia o di fare qualsiasi altra cosa.
- Non condividete piatti, bicchieri, tazze, posate, sigarette, asciugamani, lenzuola o altri oggetti con la persona. Dopo l'uso questi oggetti dovrebbero essere lavati con sapone o detersivo e acqua calda. Non occorre un sapone speciale.

- Pulite le zone della casa che sono molto usate con i normali detersivi per pulizie domestiche quotidiane. Pulite gli elementi che si sporcano più di frequente, compresi servizi igienici, rubinetti, maniglie delle porte e comodini.
- Fate il bucato con ciclo completo. Non occorre separare gli indumenti di una persona che ha fatto il test per il MERS-CoV o che ha contratto il MERS-CoV dal resto del bucato, ma occorre indossare i guanti quando si tocca questo bucato. Lavatevi subito le mani con acqua e sapone dopo esservi tolti i guanti.
- Le cose che utilizzate per assistere la persona possono essere gettate nel normale cestino dei rifiuti. Quando svuotate i cestini, fate attenzione a non toccare i fazzoletti usati, o usate dispositivi di protezione come guanti e mascherine. Foderare il cestino con un sacco di plastica rende l'eliminazione dei rifiuti più facile e sicura. Lavatevi le mani con acqua e sapone dopo aver svuotato il cestino.

Se vi prendete cura o vivete con una persona che ha contratto il virus MERS-CoV, siete considerati "a stretto contatto con il MERS-CoV". La vostra unità sanitaria locale vi fornirà istruzioni speciali su come monitorare la vostra salute, cosa fare se iniziate a non sentirvi bene e come contattarla. Assicuratevi di dire agli operatori sanitari che siete a stretto contatto con qualcuno che ha il MERS-CoV.

### **Per maggiori informazioni:**

Per aiutarvi a riprendervi bene e più rapidamente possibile, seguite i consigli del vostro operatore sanitario e della vostra unità sanitaria locale. Se voi o altre persone nella vostra casa non riuscite a seguire questi suggerimenti, parlate con il vostro operatore sanitario e la vostra unità sanitaria locale. Per esempio, se non disponete di maschere e guanti, rivolgetevi all'unità sanitaria locale per sapere dove è possibile reperirli.

Per qualsiasi domanda, o se iniziate a non sentirvi bene, rivolgetevi al vostro operatore sanitario o unità sanitaria locale. Potete trovare la vostra unità sanitaria locale contattando il Service Ontario allo 1-866-532-3161 o consultando lo strumento di individuazione dell'unità sanitaria locale visitando il sito del Ministero della Salute e dell'Assistenza a Lungo Termine [www.phdapps.health.gov.on.ca/PHUlocator](http://www.phdapps.health.gov.on.ca/PHUlocator).