

# Tampone POSITIVO

## Le prime cose da fare: le indicazioni per sé e i familiari

1. Non andare nel panico né prendere farmaci di propria iniziativa, anche perché se siete asintomatici o avete sintomi lievi NON SERVE NULLA.
2. Isolarsi dal resto della famiglia, se possibile in una stanza singola ben ventilata
3. Comunicare la propria positività al proprio Medico di Medicina Generale.
4. Non fare la raccolta differenziata, sarete contattati per la raccolta dei rifiuti
5. Preparare l'elenco delle persone con cui ha avuto contatti a rischio nei **DUE** giorni precedenti l'inizio dei sintomi (o la data di effettuazione del tampone se non hanno sintomi): sarà utile al Dipartimento di Prevenzione.

## ??? Quali regole devono seguire i familiari che assistono casi positivi?

- Collocare la persona risultata positiva in una stanza singola ben ventilata, possibilmente con bagno dedicato, limitando al massimo i movimenti in altri spazi comuni della casa. Chi l'assiste deve essere in buona salute e non avere malattie che lo mettano a rischio se contagiato. Assicurarsi che la persona isolata riposi, beva molti liquidi e mangi un pasto sano **MA EVITARE DI MANGIARE INSIEME!**
- Indossare la mascherina quando si entra nella stanza con la persona isolata e mantenere la distanza di almeno 1 metro.
- Lavarsi spesso le mani per almeno 60 secondi con acqua e sapone o con una soluzione idroalcolica.
- Usare indumenti, biancheria, tovaglie, posate e stoviglie dedicate solo alla persona isolata.
- Lavare indumenti, biancheria, tovaglie, posate e stoviglie a 60°/90°
- Pulire e disinfettare tutte le superfici più toccate dalla persona isolata. Se non è possibile usare un bagno differenziato, sanificare il bagno dopo ogni utilizzo.
- Monitorare la persona malata. Se peggiora, contattare il Medico di Medicina Generale.

## ??? Qual è la differenza tra isolamento e quarantena?

- L'ISOLAMENTO è osservato dalle persone risultate positive al COVID-19 che devono restare isolate dal resto della comunità per la durata del periodo di contagiosità e fino alla dichiarazione di guarigione.
- La QUARANTENA si riferisce alla restrizione di movimenti di persone sane per la durata del periodo di incubazione della malattia, ed è osservata dai contatti stretti di casi positivi, per monitorare l'eventuale comparsa dei sintomi e identificare tempestivamente nuovi casi.

## ??? Quanto dura la quarantena dei contatti stretti asintomatici?

- 14 giorni dall'ultima volta che si è avuto il contatto stretto con il positivo (senza tampone);
- 10 giorni dall'ultima volta che si è avuto il contatto stretto con il positivo. Al decimo giorno va fatto un tampone per accertare la negatività.
- Se compaiono sintomi avvisare immediatamente il Medico di Medicina Generale

Contatti Regionali Info Covid-19

tel. 055 438 58 50 - <https://www.regione.toscana.it/-/coronavirus>