

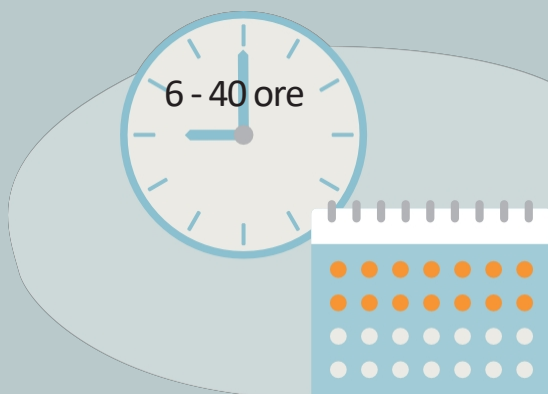
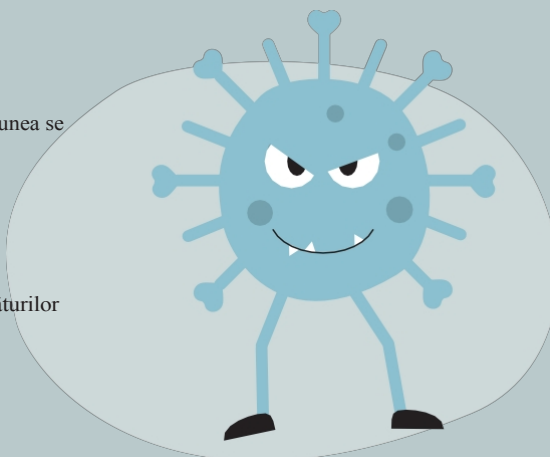
Norovirusul

Norovirusurile sunt printre cei mai frecvenți agenți cauzatori ai bolilor gastro-intestinale infecțioase. Acestea apar frecvent în lunile de toamnă și iarnă, nu numai în instituțiile staționare, ci și în îngrijirea ambulatorie. Pacienții îngrijiți, de exemplu, în centre de îngrijire de zi sau care se întorc acasă după o spitalizare, pot transmite virusul. De aceea, este necesară vigilența și aplicarea consecventă a tuturor măsurilor de igienă instituite de PDL, conducerea unității de îngrijire sau personalul medical.

Cum se transmite norovirusul?

Virusii sunt eliminați prin fecale și vărsături. Contagiunea se produce în principal prin:

- contact direct cu persoane bolnave
- suprafețe contaminate
- sau prin picături minuscule din aer în timpul vărsăturilor



Perioada de incubație

- Simptomele pot apărea deja la 6 până la 50 de ore după infectare.
- Faza acută a bolii este deosebit de contagioasă, dar virusul poate fi eliminat prin fecale poate fi eliminat prin fecale până la 14 zile. De aceea, igiena rămâne importantă și după dispariția simptomelor.

Iată cum se manifestă boala:



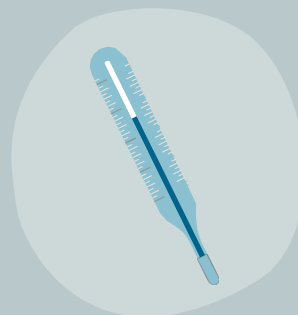
vărsături bruște și violente,



diaree severă



dureri abdominale, greață,
dureri de cap, oboseală



uneori și temperatură
corporală crescută.



ATENȚIE: Pierderea de lichide reprezintă cel mai mare pericol, în special la persoanele în vârstă. Asigurați-vă că persoana îngrijită bea suficient. Dacă nu, informați personalul medical responsabil.



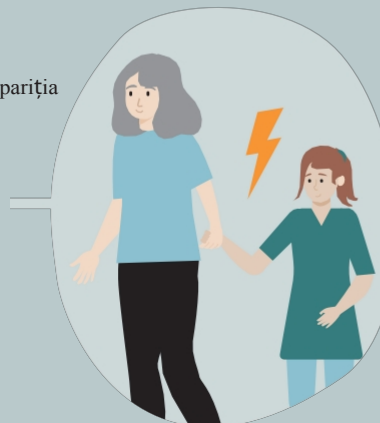
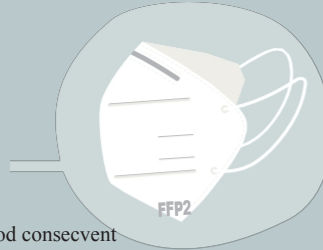
Sarcina dumneavoastră ca îngrijitor: implementarea măsurilor de igienă

În cazul suspiciunii unei infecții cu norovirus, PDL sau un asistent medical va dispune măsurile corespunzătoare. Sarcina dumneavoastră ca asistent medical este de a respecta aceste instrucțiuni

cu atenție și consecvență – pentru protecția clientului bolnav, a celorlalți clienți și, bineînțeles, pentru propria protecție.

Vă rugăm să rețineți:

- mănușile, halatele de protecție și măștile FFP2 trebuie purtate în mod consecvent și numai pentru un singur pacient.
- Respectați întotdeauna planul de igienă a mâinilor – continuați chiar și după dispariția simptomelor (cel puțin 4-6 săptămâni!).
- Igiena suprafețelor: dezinfecțati regulat mânerul ușilor, toaletele și chiuvetele.
- Utilizați ustensilele de îngrijire numai pentru o singură persoană și dezinfecțati-le temeinic.
- Transportați rufele întotdeauna în pungi închise și spălați-le la cel puțin 60 °C.
- Păstrați distanța față de colegii de cameră, rudele și, dacă este cazul, animalele de companie.
- În cazul apariției simptomelor (de exemplu, greață sau diaree), informați imediat conducerea și solicitați asistență medicală . Activitatea poate fi reluată cel mai devreme la 48 de ore după dispariția simptomelor.
- Dacă pacientul trebuie transferat (de exemplu, la spital), informați neapărat în prealabil serviciul de transport și instituția.
- Persoanele bolnave nu pot primi vizite decât după 2 zile de la dispariția completă a simptomelor .
- Copiii și persoanele imunodeprimare nu trebuie să intre în contact cu persoanele bolnave.



Notă privind obligația de raportare

Conform Legii privind protecția împotriva infecțiilor, infecția cu norovirus este supusă obligației de raportare (§ 6 și § 7 IfSG). În special pentru persoanele care lucrează în instituții colective sau au sub 6 ani.

Pentru persoanele cu vârsta sub 18 ani se aplică reguli speciale. Vă rugăm să rețineți: Notificarea se face de către medicii curanți – pentru întrebări, vă rugăm să vă adresați PDL-ului dumneavoastră.



Terapia

Nu există un tratament specific împotriva norovirusului și nici vaccin. Este important să se compenseze pierderea de lichide și electroliți. Dacă pacientul dumneavoastră bea prea puțin sau este foarte slăbit,

vă rugăm să informați **imediat** personalul calificat sau PDL. Acesta va decide, după consultarea medicului, dacă este necesară, de exemplu, o perfuzie subcutanată sau transferul la spital.

Cum puteți ajuta pacientul

În cazul unei infecții cu norovirus, pacientul se simte adesea slăbit, nesigur și neajutorat – persoanele în vârstă sau cu afecțiuni preexistente sunt deosebit de vulnerabile. Chiar și

chiar dacă nu există un tratament special, dumneavoastră, în calitate de îngrijitor, puteți contribui în mare măsură la bunăstarea și siguranța persoanei îngrijite.

Ce poate mânca și bea pacientul?

Vă rugăm să respectați întotdeauna instrucțiunile personalului medical și, dacă este cazul, recomandările medicului. Ca orientare generală, se aplică următoarele:

- **Băuturile sunt esențiale:** oferiți-i regulat cantități mici de lichide – de preferință apă plată, ceaiuri din plante (de exemplu, de mușețel, fenicul) sau bulion ușor sărat.
- **Nu dați produse lactate sau sucuri de fructe:** acestea pot agrava diareea – evitați-le neapărat.
- **Alimente ușor digerabile, când reapare pofta de mâncare:** biscuiți, batoane sărate, morcovi fierți, Orez, terci de ovăz sau banane – oferiți în porții mici și observați bine ce tolerează. Nu dați alimente grase sau picante, greu digerabile.
- **Ce mai puteți face?** Întrebați-l: „Ce doriți să beți?” sau „Ce ce v-a ajutat în trecut când ați avut dureri de burtă?” Acest lucru creează încredere și uneori aduce sugestii surprinzător de bune.
- **Oferiți o pernă electrică** – dar numai după consultarea unui medic și numai dacă nu există contraindicații.
- **Creați un mediu liniștit** – televizorul, telefonul mobil sau zgomotele puternice provoacă stres inutil.



Asistență în cazul în care pacientul are vărsături sau diaree

Vărsăturile și diareea nu sunt doar stresante din punct de vedere fizic pentru pacienți, ci adesea și umiltoare.

Cu atât mai important este ca dumneavoastră, în calitate de îngrijitor, să reacționați calm, cu respect și siguranță în astfel de momente.



Iată ce puteți face dacă pacientul dumneavoastră vomită:

- **Asigurați imediat siguranța:** așezați persoana îngrijită în poziție verticală sau într-o poziție laterală sigură – astfel evitați riscul de aspirare.
- **Îndepărtați rapid și igienic voma:** cu mănuși de unică folosință, lighean, șervețele de unică folosință sau celuloză. Apoi, oferiți îngrijire dentară atentă.
- **Liniștește-l cu blândețe:** „Nu-i nimic, se mai întâmplă. Sunt aici.” – Un ton calm transmite siguranță.
- **Senzație de prospețime:** apă caldă pentru clătire sau un prosop umed poate fi benefic și poate reda senzația de prospețime.

„Nu vă faceți griji. Sunt aici. Nu sunteți singur.”

Ce să faceți în cazul mirosurilor neplăcute?

Mirosurile pot fi, de asemenea, deranjante – atât pentru persoana îngrijită, cât și pentru dvs., în calitate de îngrijitor. Prin urmare, acordați atenție următoarelor aspecte:

- Deschideți ferestrele sau aerisiți scurt, fără a crea curenți de aer.
- Așezați șervețele care absorb mirosurile sau șervețele parfumate speciale pentru cameră (de exemplu, lavandă, lămâie) – discrete și nu iritante.
- Folosiți șervețele de curățare sau mănuși de spălat fără parfum.
- Lucrați cu un parfum plăcut, de exemplu câteva picături de ulei esențial (de exemplu, portocală sau mentă) pe pe interiorul măștii FFP2 – dar numai dacă este permis și tolerat.
- Vorbiți într-un mod liniștitor și respectuos, deoarece nimic nu este mai rău pentru pacienți decât să le fie rușine de mirosul propriu. O frază precum: „Nu vă faceți griji – mă ocup eu de tot”, poate elimina multă presiune.

Un gest mic – un efect mare

În aceste momente, sunteți adesea singura persoană apropiată de clientul îngrijit. Atitudinea dumneavoastră – grijulie, calmă, liniștită – este cea mai importantă. Pentru că nu ajutați doar fizic, ci și emoțional, pentru ca clientul dumneavoastră să se simtă din nou în siguranță și acceptat. Explicați-i calm, prietenos și în cuvinte simple ce se întâmplă – asta îl va liniști: „Ați luat un virus gastro-intestinal. Vom avea grijă de dumneavoastră și



Ce puteți face dacă persoana îngrijită are diaree:

- însoțim rapid la toaletă sau la schimbarea poziției, având întotdeauna grijă de protecția pielii și de intimitate.
- Curățare delicată (de exemplu, cu apă caldută sau șervețele speciale de îngrijire) și creme de protecție a pielii, pentru a evita iritațiile.
- Schimbați imediat lenjeria și așternuturile – discret, fără agitație și cu cuvinte calme.
- Observați cu atenție frecvența diareei și, dacă este necesar, notați-o sau informați personalul medical responsabil.



vă ajută să vă reveniți rapid. O privire încurajatoare, un zâmbet cald sau o scurtă discuție despre vremurile trecute oferă, de asemenea, sprijin. Arătați-le: „Sunt aici. Nu sunteți singuri.” Mai ales în momente dificile ca acestea, nu contează doar ceea ce faceți, ci și modul în care o faceți. Calmul, înțelegerea și atenția dumneavoastră fac diferența pentru pacienții aflați în îngrijire.