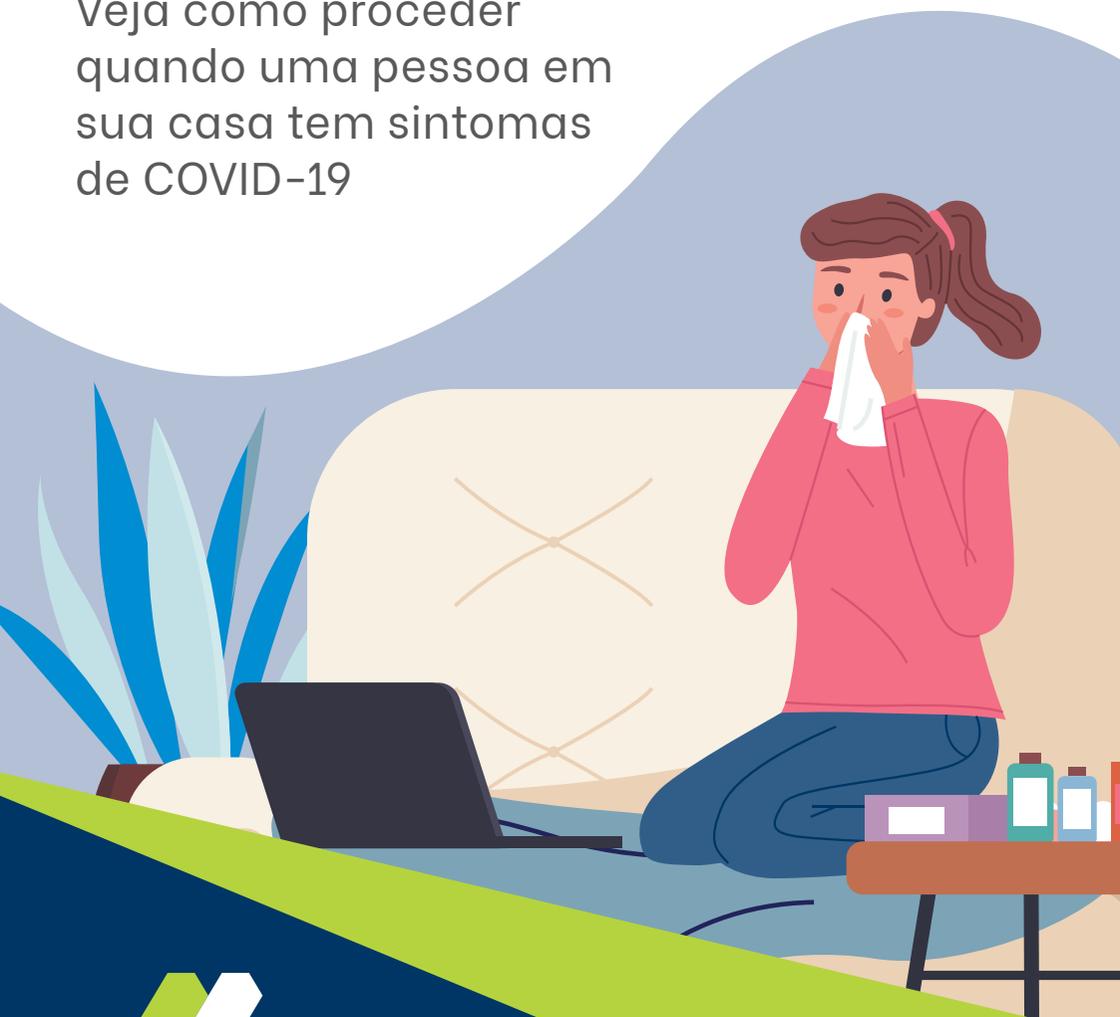


Isolamento domiciliar: como fazer



Cartilhas
COVID-19

Veja como proceder quando uma pessoa em sua casa tem sintomas de COVID-19



mediservice





A Mediservice está sempre pensando em ajudar você a cuidar mais e melhor da sua saúde. Por isso, ao longo da pandemia, buscamos o máximo de informações, acompanhamos todas as conquistas da medicina e desenvolvemos uma linha de cartilhas para compartilhar com você. De forma simples e clara.

Consulte também as outras Cartilhas COVID-19. Afinal, neste momento, é fundamental que você esteja bem informado. E seguro. Vamos continuar juntos para passar por este período de tantos desafios.

- > **Exame de PCR para coronavírus**
Respostas claras para as suas principais dúvidas e questões
- > **Exame de sorologia para coronavírus** – Informação precisa na forma de perguntas e respostas para você
- > **Orientações para gestantes e bebês** – Dicas importantes para proteger você e seu bebê durante a pandemia de COVID-19
- > **Síndrome Pós-COVID**
Saiba mais sobre os sintomas que podem permanecer ou surgir após a COVID-19
- > **Coronavírus: o que é, como se prevenir** – Tudo que você precisa saber para entender o coronavírus e a pandemia de COVID-19



Orientações para o paciente

Caso tenha uma pessoa em casa com sintomas da doença, veja as orientações para o isolamento domiciliar.



- Não compartilhar alimentos, bebidas, copos, talheres, pratos, toalhas, roupas de cama e objetos de uso pessoal.



- Evitar tocar olhos, nariz e boca.

- Lavar as mãos várias vezes ao dia, com água e sabão, e/ou higienizar, com frequência, com álcool em gel a 70%, principalmente após tossir ou espirrar.



- Não receber visitas enquanto estiver sintomático.

- Usar máscara cirúrgica enquanto estiver com sintomas respiratórios e trocar a máscara sempre que estiver úmida.

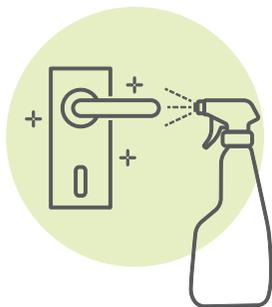


- Ao tossir ou espirrar, proteger a boca e o nariz com lenços de papel descartáveis (ou papel higiênico, papel-toalha, guardanapo etc.), e/ou usar o antebraço como proteção.
- Procurar hospital de referência em caso de piora dos sintomas.
- Manter-se afastado de pessoas do grupo de risco – idosos e pessoas com condições médicas preexistentes (como pressão alta, doenças cardíacas, doenças pulmonares, câncer, transplantados ou com diabetes) – que podem desenvolver doenças graves com mais frequência do que outros, a depender da evolução clínica de suas condições de saúde.



Orientações para o acompanhante/família

- Para a limpeza da casa, utilizar uma parte de água sanitária para nove partes de água. Atenção: maçanetas, corrimões, mesas e balcões devem ser limpos mais de uma vez ao dia.
- Outros objetos que devem receber atenção especial são controles remotos, telefones fixos e aparelhos celulares. Higienize-os de duas a três vezes ao dia.
- Ficar atento ao estado emocional do paciente, que poderá se sentir fragilizado.
- Lavar as mãos com água e sabão deve ser um ato repetitivo ao longo do dia.
- Neste momento, não receber visitas sociais, como amigos e familiares. Para falar com alguém, utilizar o telefone ou as redes sociais.





mediservice

O Hotsite Coronavírus pode auxiliar você, com muitas orientações:
mediservice.com.br/coronavirus

CENTRAL DE RELACIONAMENTO

Capitais e Regiões Metropolitanas: 4004 2772

Demais localidades: 0800 703 0023

SAC - Serviço de Atendimento ao Consumidor: 0800 727 9966

SAC - Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 701 2776

OUIDORIA: 0800 701 7000



Conheça mais sobre seu plano no APP
Mediservice (baixe agora no QR Code ao lado)
ou acesse mediservice.com.br

mediservice.com.br

ANS - nº 3333689



Em caso de necessidade, conte com a nossa telemedicina. Estamos disponíveis 24h por dia pelo **app Mediservice** ou via consultas agendadas com prestadores da rede.

Março.2024

