

# Gwida għal carers fi djar tal-anzjani

## L-iskop ta' din il-gwida

L-anzjani ġew definiti bħala vulnerabbli la darba r-riskju għalihom li jiżviluppaw kumplikazzjonijiet serji jekk ikunu infettati mill-virus tal-COVID-19 huwa ferm ogħla minn tal-popolazzjoni ingenerali. Huwa għalhekk importanti li l-anzjani jibqgħu protetti milli jittieħdu mill-coronavirus.

## Kif isseħħ it-trażmissjoni tal-virus?

L-infezzjoni tal-COVID-19 hija trażmessa minn nies li jkunu qegħdin iġorru l-virus. Il-marda tista' tinfirex minn persuna għal oħra permezz ta' qtar respiratorju li joħroġ mill-imnieher jew il-ħalq partikolarment meta persuna tisgħol jew tagħtas.

Dan il-qtar jista' jibqa' jippersisti minn ftit sigħat għal ftit granet fuq oġġetti jew ucuħ ta' affarijiet fil-viċinanzi tal-persuna inkwistjoni. Huwa possibbli li tiġi infettat bil-COVID-19 jekk tmiss oġġetti jew ucuħ ta' affarijiet u mbagħad tmiss għajnejk, imnieherk jew ħalqek.

Il-COVID-19 tista' tittieħed ukoll billi tiġbed bin-nifs qtar li jittajjar minn persuna marida li tkun għadha kemm sogħlot jew għatset. B'żjeda ma' dan qed tiżdied l-evidenza li l-virus jista' jkun trażmess ukoll minn persuni bi ftit jew ebda sintomi.

Għalhekk huwa importanti għad-Djar tal-Kura tal-Anzjani li jassiguraw li jkollhom f'posthom il-miżuri kollha ta' iġjene bażika u miżuri għall-kontroll tal-infezzjoni jew, jekk possibbli, li jeliminaw ir-riskju li xi resident jew ħaddiem fil-qasam tal-kura tas-saħħa jiġi infettat mill-virus.

## Kontroll generali ta' infezzjoni u miżuri ta' iġjene:

- ✓ Kull membru tal-istaff li ma jkunx qiegħed iħossu tajjeb jew jiżviluppa xi sintomu, hu x'inhu, m'għandux jithalla jaħdem fid-Dar, hi x'inhu l-kariga.
- ✓ L-aktar sintomi komuni tal-coronavirus jinkludu wieħed jew aktar minn dawn li ġejjin:
  - Sogħla

- Deni
- Qtugħ ta' nifs
- Sintomi oħrajn jistgħu jinkludu għejja, uġieġ fil-grizem, imnieher iqattar/blukkat, uġieġ ta' ras, uġieġ fil-muskoli, telf tas-sens tax-xamm, telf tas-sens li ttiegħem, dijarea jew remettar.

F'każijiet aktar severi l-infezzjoni tista' tikkawża pneumonia bi skonfort respiratorju akut ħafna.

- ✓ Kull membru tal-istaff għandu jkun responsabbli bizżejjed li jirrapporta b'mod immedjat kull sintomu, iċempel 111, isirlu swab test, u ma jmurx fuq il-post tax-xogħol sakemm joħroġ ir-riżultat. Jekk jirriżulta fin-negattiv il-membru tal-istaff m'għandux imur xogħol sakemm jgħaddulu s-sintomi kollha u l-persuna tkun tajba għal almenu 24 siegħa mingħajr ma tittieħed xi medicina.
- ✓ Għandu jsir iċċekkjar għad-deni fuq il-ħaddiema kollha qabel u fi tmiem kull xift. Jekk jirriżulta deni ta' aktar minn 37°C għandha tittieħed azzjoni skont il-paragrafu ta' qabel dan.
- ✓ Sanitisers tal-idejn li jkunu 70% alcohol-based għandhom ikunu disponibbli fl-entratura tad-Dar, fl-entratura tal-kmamar tas-sodod tar-residenti, f'postijiet tal-komun u f'postijiet oħrajn fid-Dar kemm meħtieġ. Il-kmamar tal-banju tar-residenti u tal-impjegati għandhom ikollhom sapun u ilma, srievet u rollijiet ta' tissues u mhux makni li jnixxfu l-idejn bl-arja jew xugamani.
- ✓ It-tindif tal-idejn għandu jsir b'mod rigoruż f'kull ħin, speċjalment qabel u wara li tkun qed tittieħed kura ta' anzjani speċjalment morda jew li jkunu biss fis-sodda, qabel u wara l-preparazzjoni tal-ikel jew qabel u wara li jittiekel, wara l-użu tal-facilità tal-kamra tal-banju, wara li jkun manigġat l-iskart, wara li tissffja mniehrek, wara li tisgħol jew tagħtas u kull meta l-idejn jidhru jew ikunu maħmuġin. L-idejn għandhom jinħaslu bis-sapun u l-ilma għal almenu 20 sekonda jew jingħorku ma' xulxin b'sanitizer tal-idejn li jkun 70% alcohol-based.
- ✓ L-impjegati u r-residenti għandhom ikunu mgħalmin jevitaw li jmissu għajnejhom, imneħirhom jew ħalqhom sakemm ma jkunux għadhom kemm ħaslu idejhom.
- ✓ Jekk ma jkunx jista' jiġi evitat li wieħed jisgħol jew jagħtas, l-impjegati u residenti għandhom jgħattu imneħirhom u ħalqhom b'tissues li għandhom immedjatament jintremew f'recipjent tal-iskart li jingħalaq. Jekk ma jkunx

hemm tissues disponibbli, għandha tintuża n-naħa ta' ġewwa tal-minkeb. Dan huwa importanti ħafna għax inkella jistgħu jiġu kontaminati persuni oħrajn u oġġetti. L-idejn u d-dirgħajn (sal-minkeb għal min ikun liebes qomos bi kmiem qosra) għandhom jinħaslu immedjatament wara. Tissues użati għandhom jintremew b'mod immedjat u QATT m'għandhom jithallew 'il hawn u 'il hinn. Impjegat fil-qasam tas-saħħa li għatas jew sogħol għandu b'mod immedjat isegwi dak li jingħad fl-ewwel paragrafu ta' din it-taqsim.

- ✓ L-evidenza turi li l-virus jista' jibqa' jppersisti fuq l-uċuħ tal-affarijiet minn ftit sigħat għal ftit granet, jiddependi fuq kundizzjonijiet differenti. Huwa importanti li b'dizinfettant sempliċi jsir tindif ta' kuljum u regolari ta' uċuħ ta' affarijiet.

## **Żamma ta' distanza fiżika**

Għandhom jinżammu l-miżuri ta' żamma ta' distanza fiżika bejn l-impjegati, bejn ir-residenti, u sakemm huwa possibbli bejn impjegati u residenti. Huwa importanti li tinżamm distanza ta' almenu żewġ metri. Dan biex jitnaqqas ir-riskju ta' tifrix jew li bin-nifs jingibed qtar kontaminat bil-COVID-19 li joħorgu meta persuna infettata tiegħu n-nifs, titkellem, tisgħol jew tagħtas.

## **L-igjene fil-kamra tal-banju u t-toilet**

Huwa importanti li tagħlaq l-għatu tat-toilet qabel tiffilaxxja. Dan peress li waqt l-iffilaxxjar isir it-tixrid ta' partiċelli virali u jekk l-ippurjar jew l-urina jkun fihom il-virus dan faċilment jista' jingibed bin-nifs.

Wara l-użu tat-toilet l-idejn għandhom jinħaslu sew bis-sapun u l-ilma għal 20 sekonda u jkunu xxuttati bi srievet jew tissue rolls li għandhom jintremew f'kontenitur tal-iskart fil-kamra tal-banju immedjatament wara li jintużaw.

## **Dħul u ħruġ minn u fid-Dar tal-Anzjani**

Kun dejjem ċert li kull min jidħol fil-facilità ma jkollu ebda sintomi tal-COVID-19.

Għandha tkun iċċekkjata t-temperatura ta' kull persuna li tidħol fil-facilità. Persuni li juru li jkollhom temperatura ta' aktar minn 37°C m'għandhomx jithallew jidħlu.

L-idejn għandhom jinħaslu bis-sapun u l-ilma fl-entrata u jekk dawn ma jkunux disponibbli, l-idejn għandhom jingħorku b'sanitiser li jkun 70% alcohol based. Biex ikun effettiv dan għandu jithalla jinxef. L-għorik bl-alcohol based sanitiser m'għandux ikun limitat biss għall-idejn imma għandu jinkludi l-polz u d-driegħ kemm jista' jkun possibbli speċjalment jekk il-persuna tkun liebsa kmiem qosra.

Jista' jkun rakkomandat li persuni li jkunu se jidhlu fil-facilità jibdlu ż-żarbun malli jidhlu. Mod ieħor huwa li tintlibes bħal kalzetta nadifa fuq iż-żarbun. Dan għandu jsir QABEL ma jsir il-ħasil jew l-għorik tal-idejn. Dawn il-forom ta' kalzetti għandhom jitneħhew u jintremew fil-kontenitur tal-iskart wara l-ħruġ mill-facilità, segwiti minn ħasil jew għorik tal-idejn.

Jekk ikun meħtieġ li "barrani" jidhol fil-facilità, p.e. handyman/woman, plumber, electrician, eċċ, minbarra li tkun segwita l-proċedura t'hawn fuq, hu/hi għandu/ha tilbes maskra. Wara li tintlibes il-maskra l-idejn għandhom jingħorku b'sanitiser li jkun alcohol based.

Ftakar li m'għandekx tieħu b'idejn min jidhol, tgħannaqx, u dejjem żomm distanza soċjali ta' mill-inqas żewġ metri.

## **Maniġġjar ta' prodotti tal-merċa, mediċinii, provisti eċċ li jiddaħhlu fid-Dar**

L-ewwel aħsel idejk tajjeb jew uża l-alcohol rub.

Imbagħad, fejn ikun possibbli, imsaħ l-uċuħ ta' barra tal-pakkeġġ tal-affarijiet bis-sapun u l-ilma jew sanitiser alcohol based. Affarijiet li ma jkunx meħtieġ li jitpoġġew fil-fridge, jew li ma jkunux se jiġu kkunsmati/użati b'mod immedjat għandhom jithallew f'basket u jinżammu f'post fejn ma jintmessux għal tlett ijiem. Xorta jibqa' rakkomandat li dawn l-affarijiet jintmesħu qabel jintużaw.

Fil-każ ta' affarijiet tal-ikel li tkun tixtieq tuża b'mod immedjat jew oġġetti li jridu jitpoġġew fil-fridge jew prodotti friski tal-ikel bħalma huwa laħam u ħxejjex, tista' tpoġġi dawn l-affarijiet f'kontenituri domestiċi nodfa wara li tneħhilhom il-pakkeġġ ta' barra.

Ħxejjex u frott għandhom jinħaslu sewwa taħt ilma nieżel jew f'sink li jkun tnaddaf qabel u jkun mimli sewwa bl-ilma. Sprouts nejjin u berries ffrizati għandhom jissaħħnu sew qabel jittieklu. Għalkemm il-gwida internazzjonali ma

tinkludix ir-rekwizit addizzjonali msemmi hemm ukoll il-possibilità ta' użu ta' tablets tal-chlorine biex tisterilizza l-ikel. Dawn jinxtraw mill-ispizeriji.

Armi kull pakkeġg mhux meħtieġ. Naddaf sewwa l-kċina, is-sink u wċuħ ta' affarijiet li setgħu intużaw waqt l-immaniġġjar ta' dawn il-prodotti.

Kun ċert li fi tmiem il-proċess taħsel idejk sewwa bis-sapun u l-ilma għal 20 sekonda.

## **Użu ta' Ilbies Personali Protettiv (PPE)**

L-użu korrett tal-PPE jnaqqas ir-riskju li ħaddiem fil-qasam tal-kura tas-saħħa jiġi infettat minn pazjent li jkun irriżulta pożittiv. L-esperjenza ma' mard infettat ieħor turi li l-akbar riskju għal ħaddiem fil-qasam tal-kura tas-saħħa li jiġi infettat ikun waqt li jkun qed jinża' l-PPE. Ħaddiema fil-qasam tal-kura tas-saħħa għandhom jingħataw taħriġ adegwat fl-użu tal-PPEs skont kemm ikun ir-riskju li jieħdu l-marda. Ftit prinċipji ġenerali jinkludu dawn li ġejjin:

### **Waqt li tilbes u tinża' l-PPE**

L-ilbies tal-PPE għandu jsir f'post nadif i.e. qabel tidħol fil-kamra/sala. Kuntrarjament għal dan, il-PPE għandha tintneža f'post "maħmuġ" i.e. qabel toħroġ mill-kamra/sala. Idealment dan għandu jsir f'post li jkun mgħotti jew iżolat ħalli b'hekk ikun limitat ir-riskju li jittajru fuq uċuħ ta' affarijiet li jkun hemm fil-qrib partiċelli virali li jista' jkun hemm fuq l-ilbies.

### **Sekwenza ta' kif tilbes u tinża PPE**

Qabel jinbeda l-proċess tal-ilbies għandhom jinħaslu sewwa l-idejn. L-ewwel tintlibes il-libsa, imbagħad il-maskra, il-kappa tax-xagħar, il-visor u finalment l-ingwanti.

Is-sekwenza biex tintneža l-PPE għandha tibda l-ewwel mill-aktar oġġett kontaminat għall-inqas wieħed. L-ewwel li għandhom jitneħħew huma l-ingwanti, segwiti mil-libsa peress li dawn huma l-aktar żewġ affarijiet tal-PPE li jkunu kontaminati. Wara li jintneżgħu dawn u tgħaddi biex tinża' l-affarijiet ta' madwar ir-ras għandhom jinħaslu l-idejn. L-affarijiet ta' madwar ir-ras għandhom jintneżgħu f'din l-ordni:

visor, segwit mill-kappa tax-xagħar, jingħorku l-idejn bi prodott li jkun alcohol based u mbagħad tintneħħa l-maskra. Finalment għandhom jerggħu jinħaslu l-

idejn. Ftakar li l-indafa tal-idejn hija importanti daqs kull PPE. (Jekk jogħġbok irreferi għal materjal ta' taħriġ adegwat u video dwar il-proċedura tal-iġjene tal-idejn u tal-proċedura għall-ilbies u t-tneħħija tal-PPE).

## Kura ta' pazjenti normali (li ma jkunux irriżultaw pożittivi għall-COVID-19 jew hekk suspettati)

Meta tilbes PPE biex timmanigġja/tikkura pazjenti normali, għandek tilbes ingwanti doppji. Jekk ikunu disponibbli ingwanti twal jew ingwanti kirurġiċi, l-ewwel ilbes l-ingwanti kirurġiċi mbagħad ilbes fuqhom ingwanti normali. Bejn li tgħaddi minn pazjent għal ieħor uża prodott li jkun alcohol based fuq l-ingwanti, ħallih jinxef, neħhi l-ingwanti ta' fuq, u ilbes ingwanti normali godda fuq daww kirurġiċi u mbagħad għaddi għall-pazjent li jkun imiss.

Għandhom jittieħdu prekawzjonijiet speċjali fil-kura ta' anzjani li jkunu jeħtieġu terapija regolari permezz ta' nebuliser. L-ewwelnett, għandu jkun eskluż permezz ta' swabbing li pazjenti bħal dawn m'għandhomx il-virus COVID-19 fis-sistema respiratorja tagħhom. It-terapija permezz ta' nebuliser għandha tkun amministrata f'kamra li tkun ventilata b'mod naturali u li l-uċuħ tal-affarijiet fiha u l-art jistgħu jitnaddfu faċilment.

## L-użu ta' PPEs biex isir ittestjar ta' pazjenti għall-COVID-19

Meta tintlibes PPE biex isir SWAB ta' aktar minn pazjent wieħed għal COVID-19 **fl-istess kamra** zomm l-istess PPE imma uża prodott alcohol based fuq l-ingwanti, stennih jinxef qabel ma tgħaddi biex ikun ittestjat il-pazjent li jkun imiss.

Meta tittestja pazjenti fi kmamar differenti imma li madankollu jkunu jużaw l-istess faċilitajiet, (p.e. kmamar tal-banju jew kċina) tista' żżomm l-istess PPE imma applika fuq l-ingwanti prodott għall-idejn li jkun alcohol based, u ħallih jinxef qabel tgħaddi biex tittestja l-pazjent l-ieħor.

Meta tittestja pazjenti fi kmamar/swali/postijiet **differenti** trid dejjem tinża' u tilbes mill-ġdid qabel tittestja l-pazjent li jmiss. **Trid tinża' u terġa' tilbes jekk tittestja pazjenti fi kmamar differenti fl-istess sala jekk ma jużawx l-istess faċilitajiet**, p.e. kmamar tal-banju jew kċina.

FTAKAR li jekk f'xi stadju tal-ittestjar tneħhi l-ingwanti, anke jekk qed tittestja pazjenti fl-istess kamra u li jużaw l-istess faċilitajiet (p.e. kamra tal-banju jew kċina) trid tinża' kompletament u terġa' tilbes mill-ġdid.

## Kif tidisponi mill-PPEs

TIPPRESSAX b'idejk il-libsa jew xi oġġett ieħor tal-PPE f'borża biohazard jew borża tal-iskart anke jekk għandek l-ingwanti, minħabba riskju għoli ta' kontaminazzjoni. Il-boroż tal-iskart għandhom ikunu kbar biżżejjed biex jitpogġew fihom PPEs u jekk il-PPE ma toqgħodx f'borża waħda għandhom jintużaw aktar boroż. Il-boroż tal-iskart għandhom ikunu magħluqin tajjeb u jitpogġew f'post sigur sakemm joħroġ ir-riżultat tas-swab. Jekk ir-riżultat ikun negattiv il-boroż jistgħu jintremew bħala skart imħallat. Jekk ir-riżultat ikun pożittiv, l-iskart għandu jkun trattat bħala biohazard. Għandhom jinżammu f'post sigur għal tlett ijiem qabel ma jintremew bħala skart imħallat. Dejjem kun ċert li qabel tibda tilbes il-PPE jkollok borża biohazard jew borża tal-iskart normali kbira biżżejjed.

## Il-velu tas-sorijiet

Sorijiet idealment għandhom ineħhu l-velu qabel jilbsu l-PPE għax inkella l-velu ma jagħmilhiex possibbli li tintuża kapa tax-xagħar. Jekk mhux possibbli jsir dan qabel tintlibes il-PPE, xorta jkun meħtieġ li jitneħħa wara li titneħħa l-PPE QABEL ma titneħħa l-maskra, tingħalaq f'borża u jitwarrab għall-ħasil. Is-soru mbagħad tneħhi l-maskra u trid tilbes velu nadif. Dan isir biss wara li tkun neżgħet kull oġġett tal-PPE.

## Dizinfettar tal-kamra fejn ikun hemm każ pożittiv

Meta tiġi vakata kamra li fiha kien hemm pazjent bil-COVID-19 din trid tiġi dizinfettata. Min inaddaf ikun meħtieġ jilbes PPE kompleta biex jeseġwixxi l-proċess ta' dizinfettar. L-uċuħ tal-affarijiet għandhom jintmesħu b'deterġent li jkun bleach-based. Meta jitlesta t-tindif iċ-ċraret kollha u l-moppijiet li jkunu intużaw biex tkun dizinfettata l-kamra jridu jintremew b'borża biohazard, flimkien mal-PPE ta' min ikun naddaf il-kamra. Min inaddaf irid isegwi l-proċeduri fejn jirrigwarda l-ilbies u t-tneħħija tal-PPE kif spjegat hawn fuq.

## Thejjija tal-ħaddiema fil-qasam tal-kura tas-saħħa u membri ta' li staff għal live-in

Ħafna sewwa qabel ma jkun mistenni jibda l-perjodu ta' live-in il-ħaddiema fil-qasam tal-kura tas-saħħa għandhom jingħataw **it-taħriġ** meħtieġ fl-użu tal-PPEs. Jista' jsir arrangament għal dan il-għan mal-Awtoritajiet tas-Saħħa Pubblika permezz tal-Awtorità għall-Istandards tal-Kura Soċjali.

Li staff irid ikun preparat biex isirli swab test. Huwa essenzjali li bejn jumejn u tlieta QABEL ma jsir is-swab test u sakemm joħroġ ir-rizultat li staff għandu jagħmel dan li ġej:

1. Jillimita l-kuntatt mal-pubbliku ingenerali u jzomm id-distanza soċjali
2. Ma jużax it-trasport pubbliku.
3. Ikunu evitati supermarkets, petrol stations, ATMs u ħwienet oħrajn.
4. L-idejn jinżammu nodfa.
5. Affarijiet tal-merċa li jkun meħtieġ li jitwasslu jew jinħażnu għall-familja għandhom jew jitħallew fil-basktijiet għal tlett ijiem, jekk possibbli, inkella jintmesħu immedjatament bis-sapun u l-ilma qabel jitpoġġew fil-cupboards.

Imbagħad għandhom jibqgħu d-dar sakemm jaslilhom ir-rizultat tas-swab test. Tul iż-żmien bejn it-test u l-istennija għar-rizultat, kull ħaddiem fil-qasam tal-kura tas-saħħa li jhoss xi sintomi (deni, sogħla, qtugħ ta' nifs, uġieġ fil-grizem, imnieher iqattar jew imblukkat, uġieġ ta ras, għejja, li ma jhossux tajjeb, uġieġ fil-muskoli jew ġogi, dijarea, remettar, telf jew tibdil fis-sensi tax-xamm u togħma, jew xi sintomu ieħor) għandu immedjatament isir rapport lill-manager tad-Dar li min-naħa tiegħu/tagħha għandha tkun infurmata l-Awtorità għall-Istandards tal-Kura Soċjali. Hu/hi m'għandux/hix jirrapporta/tirrapporta għax-xogħol.