



**Pansamantalang Gabay:  
Pagprotekta sa Mga Provider at Kliyente ng Pangangalaga sa Tahanan  
mula sa COVID-19  
Marso 19, 2020**

**AUDIENCE:** Mga provider ng pangangalaga para sa mga indibidwal sa mga tahanan, halimbawa, mga ahensya ng kalusugan sa tahanan, tagapag-alaga na kasama sa tahanan, at residential na serbisyo sa komunidad.

**BACKGROUND AT SITWASYON:**

Ang novel coronavirus disease, o COVID-19, ay isang bagong sakit sa baga na naipapasa ng tao sa tao. Nakakaranas ng mga hindi malalang sintomas o walang sintomas ang karamihan ng mga taong nakakakuha sa nasabing impeksyon. Mayroon ding ilan na nagkakaroon ng malalang karamdaman na nangangailangan ng pagpapaospital, lalo na ang mga nakatatanda at/o mga taong may mga pabalik-balik na medikal na kundisyon gaya ng sakit sa puso, sakit sa baga, diabetes, sakit sa bato, at mahinang immune system. Kadalasan, ang mga nakatatanda at ang mga taong may mga pabalik-balik na kundisyon ay tumatanggap ng mga serbisyo sa pangangalaga sa tahanan.

Kasama sa mga pinakakaraniwang senyales at sintomas ng impeksyong dulot ng COVID-19 ang malala (na bago lang) na lagnat, ubo, problema sa paghinga, pagkahapo, pananakit ng kalamnan, pananakit ng lalamunan, at pananakit ng ulo. Ang malalang pagduruwal, pagsusuka, o pagtatae ay mga sintomas ng impeksyong dulot ng COVID-19 na hindi masyadong naiuulat. Sa kasalukuyan, walang bakunang makakapigil sa COVID-19 at walang paggamot para sa isang taong nailantad sa COVID-19.

Hindi pa available sa publiko ang pagsusuri para sa COVID-19 at ang mga pasyenteng may pinakamalalang sakit ang binibigyang-prioridad rito sa kasalukuyan. Iilang kliyente lang ng pangangalaga sa tahanan na may mga malalang karamdaman ang masusuri para sa COVID-19, kaya kadalasan, hindi malalaman ng mga home care worker kung naimpeksyon ng COVID-19 ang kanilang mga kliyenteng may malalang sakit, o kung iba ang sanhi ng kanilang karamdaman.

Ang mga N95 respirator, kapag na-fit test at naisuot nang maayos, ay nagbibigay ng proteksyon sa mga nagsusuot ng mga ito upang hindi nila malanghap ang COVID-19. Gayunpaman, hindi na-fit test o nasanay sa paggamit ng mga N95 respirator ang karamihan ng mga home care worker. Kulang din ang supply ng mga N95 respirator sa kasalukuyan. Batay sa pinakabagong gabay ng Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Centers for Disease Control and Prevention (CDC) sa pagkontrol sa impeksyon na sa mga lugar ng pangangalagang pangkalusugan, puwedeng alternatibo ang mga facemask sa pagkontrol ng impeksyon sa mga lugar ng pangangalagang pangkalusugan kapag hindi nakakatugon ang supply chain ng mga respirator sa demand, at dapat bigyang-prioridad ang mga N95 respirator para sa mga pamamaraan (gaya ng respiratory suctioning o sputum induction) na bumubuo ng mga respiratory aerosol.<sup>1</sup>

**MGA REKOMENDASYON – PAGPROTEKTA SA MGA KLIYENTE**

- Hindi dapat magtrabaho ang mga provider ng pangangalaga na may lagnat o sakit sa baga habang mayroon silang sakit

<sup>1</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/infection-control/control-recommendations.html>



- Dapat tiyakin ng mga ahensya na ang kanilang mga patakarang pang may sakit ay pumapayag na manatili sa bahay ang mga empleyadong may sakit.
- Dapat magsabi kaagad sa kanilang supervisor, magsuot ng facemask at umuwi na ang mga taong magkakaroon ng lagnat, impeksyon sa baga, karamdamang parang trangkaso, o iba pang sintomas ng malalang karamdaman habang nasa trabaho, at dapat nilang isaad kung sinong mga tao ang kanilang nakaugnayan, kung aling mga kagamitan ang kanilang ginamit, at kung aling mga lokasyon ang kanilang pinuntahan.
- Dapat kumonsulta ang mga provider ng pangangalaga sa kanilang sari-sariling medikal na provider at dapat silang sumunod sa mga alituntunin ng CDC kapag ligtas na silang bumalik sa trabaho galing sa isang karamdamang may mga sintomas ng COVID-19 (kahit hindi na pormal na nasuri o na-diagnose na may COVID-19 ang nasabing worker). Tingnan ang <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/hcp-return-work.html>.
- Dapat ding sumunod ang mga provider ng pangangalaga sa mga pang-araw-araw na pagkilos na pang-iwas sa sakit upang hindi sila magkasakit, at dapat nilang atasan at hikayatin ang mga kliyenteng ganoon din ang gawin, kasama ang:
  - Sumunod sa mga rekomendasyon sa paglayo sa ibang tao at umiwas sa malalaking pagtitipon at manatili sa bahay maliban na lang kung magsasagawa ng mga serbisyong lubos na kinakailangan (<https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-healthorders.asp>)
  - Regular na maghugas ng mga kamay gamit ang sabon at tubig sa loob ng kahit 20 segundo lang, lalo na pagkatapos ninyong gumamit ng banyo; bago kayo kumain; at pagkatapos ninyong suminga, umubo, o bumahing. Kung walang magagamit na sabon at tubig, gumamit ng hand sanitizer na may hindi bababa sa 60% ethanol. Palaging maghugas ng mga kamay gamit ang sabon at tubig kung kapansin-pansing marumi ang inyong mga kamay.
  - Iwasang hawakan ang mga mata, ilong, at bibig nang hindi pa naghuhugas ng mga kamay.
  - Huwag makigamit at magpagamit ng mga personal na bagay sa sambahayan gaya ng mga plato, baso, kubyertos, o sapin sa kama
  - Linisin ang mga surface na “madalas hawakan” araw-araw, kasama ang mga counter, telepono, remote control, hawakan ng pinto, kagamitan sa banyo, inidoro, keyboard, at mesa sa tabi ng kama. Gumamit ng sabon at tubig o iba pang detergent kung marumi ang lugar. Pagkatapos ay gumamit ng disinfectant, at sundin ang mga tagubilin sa label upang matiyak na ligtas at epektibo ang paggamit sa produkto. Maraming produkto ang nagrerekomendang panatilihing basa ang surface sa loob ng ilang minuto upang matiyak na mapapatay ang mga mikrobyo. Nagrerekomenda ang ilan ng mga pag-iingat gaya ng pagsusuot ng guwantes at pagtiyak na may maayos na bentilasyon habang ginagamit ang produkto.
  - Magpabakuna para sa trangkaso kada taon bilang proteksyon laban sa trangkaso, na may mga sintomas gaya ng COVID-19.

#### **MGA REKOMENDASYON – PAGPROTEKTA SA MGA PROVIDER NG PANGANGALGA**

- Kung hindi lubos na kinakailangang pumasok sa tahanan upang ibigay ang serbisyo, isagawa ang pagpapatingin sa pamamagitan ng telepono o intercom, o mula sa isang outdoor na lokasyon gaya ng harap ng tahanan



- Bago pumasok sa tahanan, dapat munang tumawag ang mga provider ng pangangalaga, dapat silang gumamit ng intercom, o dapat silang manatili sa labas habang nagtatanong sila tungkol sa malalang karamdaman o diagnosis ng COVID-19 sa tahanan.
  - Magtanong tungkol sa malala (na bago lang) na lagnat, ubo, problema sa paghinga, pananakit ng kalamnan, pananakit ng lalamunan, pananakit ng ulo, pagsusuka, o pagtatae ng sinumang miyembro ng sambahayan.
  - Magtanong tungkol sa nakumpirmang diagnosis ng COVID-19 ng sinumang miyembro ng sambahayan.
- Sa pagpasok sa anumang tahanan, kahit sa isang tahanan kung saan walang taong may sakit, ugaliing lumayo sa ibang tao. Halimbawa:
  - Kumaway sa halip na makipagkamay
  - Iwasang hawakan ang mga surface sa tahanan na hindi pa nalilinis o nasa-sanitize
  - Hangga't maaari, magpanatili ng distansyang hindi bababa sa 6 na talampakan sa pagitan ng provider ng pangangalaga at iba pang tao sa tahanan
  - Kung posible, pansamantala munang papuntahin ang mga miyembro ng sambahayan, bukod sa kliyente, sa ibang kwarto o lugar sa tahanan habang isinasagawa ang pagpapatingin ng pasyente
  - Gawin ang pagpapatingin sa isang lugar na may maayos na bentilasyon (hal. may mga nakabukas na bintana), kung posible.
- Kung ang kliyente o ang iba pang miyembro ng sambahayan ay may malala (na bago lang) na lagnat, ubo, problema sa paghinga, pagkahapo, pananakit ng kalamnan, pananakit ng lalamunan, pananakit ng ulo, pagsusuka, o pagtatae, o kumpirmadong diagnosis ng COVID-19, at hindi posibleng gawin ang pagpapatingin nang malayuan, dapat magsuot ang provider ng pangangalaga ng personal na pamproteksyong kagamitan (Personal Protective Equipment, PPE) sa pagsasagawa sa pagpapatingin sa loob ng tahanan. Mas mainam suotin ang PPE bago pumasok sa tahanan.
  - Pagsuotin ang kliyente ng facemask na tatakip sa kanyang ilong at bibig kung hindi pa niya iyon nagagawa
  - Ang “naaangkop” na PPE ay binubuo ng N95 respirator, disposable na guwantes at gown, at proteksyon sa mata sa pamamagitan ng goggles o face shield. Lubos na inirerekomendang gumamit ng naaangkop na PPE kung magsasagawa ng anumang pamamaraang bumubuo ng aerosol sa tahanan (respiratory suctioning, halimbawa).
  - Habang kulang ang supply ng mga N95 respirator, puwede nang alternatibo ang paggamit ng medikal na facemask.
  - Maghugas ng kamay gamit ang sabon at tubig o isang hand sanitizer na may hindi bababa sa 60% ethanol bago kayo magsuot o mag-alis ng PPE.
  - Sa labas ng tahanan dapat alisin ang PPE, kung posible. Kung sa bahay aalisin ang gown at guwantes, isuot ang facemask hanggang sa makalabas sa tahanan. Tingnan ang mga tagubilin sa pagsusuot at pag-aalis ng PPE sa <https://www.cdc.gov/HAI/pdfs/ppe/ppeposter148.pdf>
  - Ilagay kaagad ang PPE sa isang plastic bag at pagkatapos ay itapon ito sa regular na basurahan. Ang PPE na nakontamina ng mga likido mula sa katawan ng kliyente gaya ng dumi, dugo, o suka ay dapat ilagay sa isang biohazard bag at itapon kasama ng medical waste.



- Dapat linisin at i-disinfect gamit ang mga karaniwang disinfectant agent na naaprubahan ng EPA ang anumang hindi disposable na supply na dadalhin sa tahanan.

**PARA SA KARAGDAGANG IMPORMASYON, TINGNAN ANG:**

Gabay ng Mga Center para sa Mga Serbisyo ng Medicare at Medicaid para sa Mga Ahensya ng Kalusugan sa Tahanan <https://www.cms.gov/files/document/qso-20-18-hha.pdf>

Gabay ng Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit para sa Pagpigil sa Pagkalat ng Sakit na Dulot ng Coronavirus 2019 sa Mga Tahanan at Residential na Komunidad <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html>