

Il consiglio del tuo Farmacista

Per saperne di più



Farmacia Dinamica

Il consiglio del tuo Farmacista



CONSIGLI PER GLI AMBIENTI CHIUSI

Ricambio dell'aria

Garantire un buon ricambio d'aria in tutti gli ambienti: casa, uffici, strutture sanitarie, farmacie, parafarmacie, banche, poste, supermercati, mezzi di trasporto.

- Aprire regolarmente le finestre scegliendo quelle più distanti dalle strade trafficate.
- Non aprire le finestre durante le ore di punta del traffico e non lasciarle aperte la notte
- Ottimizzare l'apertura in funzione delle attività svolte.

Pulizia

- Prima di utilizzare i prodotti per la pulizia leggi attentamente le istruzioni e rispetta i dosaggi d'uso raccomandati sulle confezioni (vedi simboli di pericolo sulle etichette).
- Pulire i diversi ambienti, materiali e arredi utilizzando acqua e sapone e/o alcol etilico 75% e/o ipoclorito di sodio 0,5%. In tutti i casi le pulizie devono essere eseguite con guanti e/o dispositivi di protezione individuale.
- Non miscelare i prodotti di pulizia, in particolare quelli contenenti candeggina o ammoniaca con altri prodotti.
- Durante e dopo l'uso dei prodotti per la pulizia e la sanificazione, arieggiare gli ambienti

Impianti di ventilazione

A CASA

- Pulire regolarmente le prese e le griglie di ventilazione dell'aria dei condizionatori con un panno inumidito con acqua e sapone oppure con alcol etilico 75%.

NEGLI UFFICI E NEI LUOGHI PUBBLICI

- Gli impianti di ventilazione meccanica controllata (VMC) devono essere tenuti accesi e in buono stato di funzionamento. Tenere sotto controllo i parametri microclimatici.
- Negli impianti di ventilazione meccanica controllata (VMC) eliminare totalmente il ricircolo dell'aria.
- Pulire regolarmente i filtri e acquisire informazioni sul tipo di pacco filtrante installato sull'impianto di condizionamento ed eventualmente sostituirlo con un pacco filtrante più efficiente.



Farmacia Dinamica

Il consiglio del tuo Farmacista



AIUTARE I BAMBINI A FAR FRONTE ALLO STRESS DURANTE L'EPIDEMIA COVID-19

I bambini possono rispondere allo stress in modi diversi come essere più appiccicosi, ansiosi, arrendevoli, arrabbiati o agitati, bagnare il letto ecc.

Reagisci alle reazioni di tuo figlio in modo solidale, ascolta le loro preoccupazioni e dai loro più amore e attenzione.

I bambini, in questi momenti così difficili, hanno bisogno dell'amore e dell'attenzione degli adulti. Concedi loro più tempo e più attenzione.

Ricorda di ascoltare con attenzione i tuoi figli, parla loro con gentilezza e rassicurali. Se possibile, crea per loro opportunità di gioco, di distrazione e momenti per rilassarsi.

Mantieni le abitudini e gli orari regolari se possibile o aiuta a crearne di nuovi in un nuovo ambiente, es. per l'apprendimento scolastico e per il tempo da dedicare al gioco o a rilassarsi, in sicurezza.



Farmacia Dinamica

Il consiglio del tuo Farmacista



COME IGIENIZZARE L'AUTOMOBILE

- Lavare sempre le mani dopo l'utilizzo dell'auto, specialmente dopo aver toccato il volante, la leva del cambio, il cruscotto e la maniglia della portiera;
- Pulire le superfici interne dell'auto con particolare attenzione a volante, cambio e chiavi di avviamento – con prodotti che sanificano;
- Sostituire i filtri dell'aria condizionata da disinfettare con gli appositi spray per ridurre i batteri aerobici che circolano nell'abitacolo. Per una pulizia in profondità, togliere anche il filtro dell'aria, e sanificare anche le bocchette e i tubi che mettono in circolo l'aria stessa;
- Usare l'aspirapolvere sulla tappezzeria oppure se si sceglie di lavarla, farlo con gli appositi prodotti detergenti, prestando particolare attenzione ai tappetini dell'auto. Per questi ultimi, se usurati, valutarne anche la sostituzione;
- Dotarsi di fazzoletti igienizzanti usa e getta nel caso in cui dovessimo usare un'auto in car sharing trasportando una persona che ha i sintomi del virus (starnuti e tosse soprattutto). In questa situazione si dovrebbero pulire accuratamente le strutture della vettura dove possono essersi depositate goccioline di saliva.



Farmacia Dinamica

Il consiglio del tuo Farmacista

QUANDO VA INDOSSATA LA MASCHERINA?



1. Se hai sintomi di malattie respiratorie, come tosse e difficoltà respiratorie
2. Se stai prestando assistenza a persone con sintomi di malattie respiratorie
3. Se sei un operatore sanitario e assisti persone con sintomi di malattie respiratorie
4. Per la popolazione in assenza di sintomi di malattie respiratorie far riferimento alle disposizioni regionali riguardanti obbligatorietà o meno sull'uso della mascherina fuori casa.



Farmacia Dinamica

Il consiglio del tuo Farmacista

REGOLE PER IL CORRETTO UTILIZZO DEI GUANTI

SÌ AI GUANTI A PATTO CHE:

- non sostituiscano la corretta igiene delle mani che deve avvenire attraverso un lavaggio accurato e per 60 secondi;
- siano ricambiati ogni volta che si sporcano ed eliminati correttamente nei rifiuti indifferenziati;
- come le mani, non vengano a contatto con bocca naso e occhi;
- siano eliminati al termine dell'uso, per esempio, al supermercato;
- non siano riutilizzati.



DOVE SONO NECESSARI?

- In alcuni contesti lavorativi come per esempio personale addetto alla pulizia, alla ristorazione o al commercio di alimenti.
- Sono indispensabili nel caso di assistenza ospedaliera o domiciliare a malati.



Farmacia Dinamica