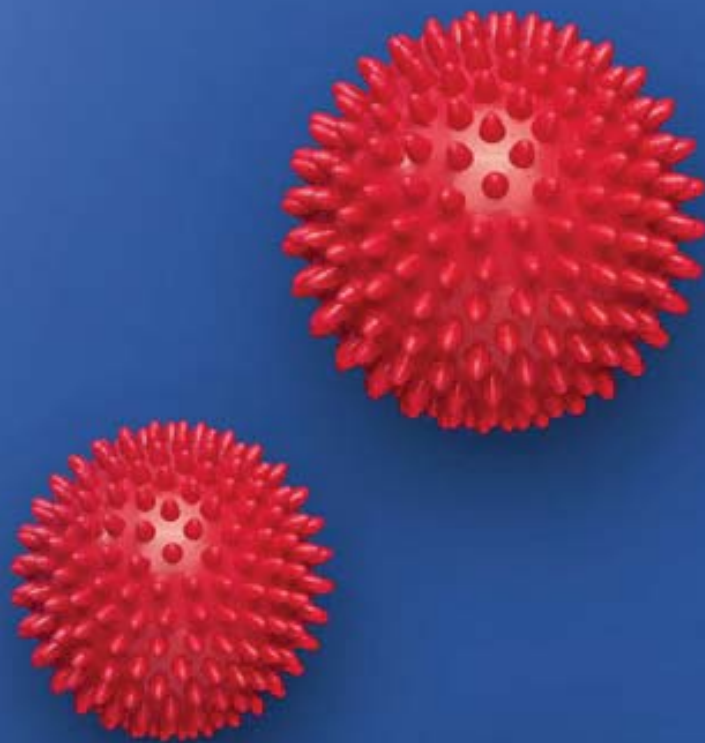


Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Garda



# SALUTE INSIEME

N. 1  
MARZO  
2020

## EDITORIALE

*Cari lettori,*

*dal 23 febbraio scorso, ASST Garda è stata chiamata ad affrontare in prima linea l'emergenza generata dal covid-19 che ha colpito in modo rilevante la nostra regione.*

*Abbiamo dovuto fronteggiare una situazione molto complessa, caratterizzata dal costante incremento di ricoveri, che ha comportato la totale trasformazione delle attività svolte in tempi ordinari dalla nostra Azienda.*

*Abbiamo sospeso le prestazioni ambulatoriali e di ricovero, non urgenti, per poter rendere disponibili spazi, attrezzature e personale, fondamentali per fronteggiare l'epidemia.*

*L'assetto aziendale è stato completamente ridisegnato e, ad oggi, disponiamo di 493 posti letto per pazienti covid di cui 32 di terapia intensiva, a fronte dei 16 ordinariamente presenti.*

*Lo sforzo organizzativo che abbiamo messo in atto è stato importante, ma ci ha permesso di raddoppiare i posti letto per i pazienti con grave insufficienza respiratoria e di creare un'ampia area sub-intensiva dotata di altri 60 posti letto con ventilazione non invasiva.*

*La Direzione è stata costantemente impegnata per garantire il massimo livello di efficienza possibile, tutelando gli operatori tramite dispositivi di protezione adeguati e procedure di sicurezza che vengono costantemente aggiornate.*

*Tutti gli operatori hanno dimostrando grande senso di responsabilità ed un'encomiabile dedizione verso il proprio lavoro mettendo davanti alla stanchezza, alla fatica ed alle preoccupazioni, il bene della comunità e della singola persona che soffre.*

*Purtroppo si sono registrato un rilevante numero di assenze per malattia provocate da covid che ha generato ulteriore criticità. Per farvi fronte sono state messe in campo azioni di rafforzamento dell'organico tramite nuove assunzioni e l'inserimento di personale inviato dalla Protezione Civile e dalle Forze Armate.*

*A partire dalla fine del mese di marzo abbiamo assistito alla riduzione degli accessi ai Pronto Soccorso e del numero dei ricoveri. Un segnale positivo di rallentamento della diffusione del virus, anche nel nostro territorio, reso possibile dalle misure di contenimento sociale adottate a livello nazionale.*

*Il nostro impegno prosegue anche per i prossimi mesi nei quali dovremo mantenere alta la guardia nella gestione dei pazienti positivi e puntare alla progressiva riattivazione dei servizi in modo da ripristinare la normale attività sanitaria.*

Carmelo Scarcella

Direttore Generale



# RISPETTA LE REGOLE

## PICCOLI GESTI PER LA TUA SICUREZZA E DI CHI TI STA ACCANTO

Il Ministero della Salute ha divulgato queste 10 semplici regole a cui attenerci per contribuire in modo determinante al contrasto della diffusione del coronavirus.

1. **Lavati spesso le mani:** il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi. Se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%. Lavarsi le mani elimina il virus.
2. **Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute:** mantieni almeno un metro di distanza dalle altre persone, in particolare quando tossiscono o starnutiscono o hanno la febbre, perché il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso a distanza ravvicinata.
3. **Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani:** il virus si trasmette principalmente per via respiratoria, ma può entrare nel corpo anche attraverso gli occhi, il naso e la bocca, quindi evita di toccarli con le mani non ben lavate. Le mani, infatti, possono venire a contatto con superfici contaminate dal virus e trasmetterlo al tuo corpo.
4. **Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci:** se hai un'infezione respiratoria acuta, evita contatti ravvicinati con le altre persone, tossisci all'interno del gomito o di un fazzoletto, preferibilmente monouso, indossa una mascherina e lavati le mani. Se ti copri la bocca con le mani potresti contaminare oggetti o persone con cui vieni a contatto.
5. **Non prendere farmaci antivirali o antibiotici se non te lo prescrive il medico:** allo stato attuale non ci sono evidenze scientifiche che l'uso dei farmaci antivirali prevenga l'infezione da nuovo coronavirus (SARS-CoV-2). Gli antibiotici non funzionano contro i virus, ma solo contro i batteri. Il SARS-CoV-2 è, per l'appunto, un virus e quindi gli antibiotici non vengono utilizzati come mezzo di prevenzione o trattamento, a meno che non subentrino co-infezioni batteriche.
6. **Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol:** i disinfettanti chimici che possono uccidere il nuovo coronavirus (SARS-CoV-2) sulle superfici includono disinfettanti a base di candeggina / cloro, solventi, etanolo al 75%, acido peracetico e cloroformio. Il tuo medico e il tuo farmacista sapranno consigliarti.
7. **Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o assisti persone malate:** l'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se sospetti di aver contratto il nuovo coronavirus, e presenti sintomi quali tosse o starnuti, o se ti prendi cura di una persona con sospetta infezione da nuovo coronavirus (viaggio recente in Cina e sintomi respiratori). Uso della mascherina: Aiuta a limitare la diffusione del virus, ma deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene quali il lavaggio accurato delle mani per almeno 20 secondi. Non è utile indossare più mascherine sovrapposte.
8. **I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina NON sono pericolosi:** l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dichiarato che le persone che ricevono pacchi dalla Cina non sono a rischio di contrarre il nuovo coronavirus, perché non è in grado di sopravvivere a lungo sulle superfici. A tutt'oggi non abbiamo alcuna evidenza che oggetti, prodotti in Cina o altrove, possano trasmettere il nuovo coronavirus (SARS-CoV-2).
9. **In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso:** chiama il tuo medico di base e se pensi di essere stato contagiato chiama il 112
10. **Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo Coronavirus:** al momento, non ci sono prove che animali da compagnia come cani e gatti possano essere infettati dal virus. Tuttavia, è sempre bene lavarsi le mani con acqua e sapone dopo il contatto con gli animali da compagnia.



## nuovo coronavirus

# Dieci comportamenti da seguire

- 1 Lavati spesso le mani
- 2 Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- 3 Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- 4 Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci
- 5 Non prendere farmaci antivirali né antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico
- 6 Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- 7 Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o se assisti persone malate
- 8 I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
- 9 In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso: chiama il tuo medico di base e se pensi di essere stato contagiato chiama il 112.
- 10 Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus

Testi rielaborati dalla Task Force Comunicazione ISS su fonti di: OMS, ECDC e ISS

© Istituto Superiore di Sanità • 24 febbraio 2020





Home / Domande e risposte - FAQ - Covid-19, domande e risposte  
**FAQ - Covid-19, domande e risposte**



## DOMANDE FREQUENTI

Sul sito del Ministero della Salute sono disponibili una serie di risposte a domande frequenti (FAQ) sul coronavirus. Clicca sul link che segue per consultarle:  
<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioFaqNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&id=228>

Per ogni dubbio consulta il sito di Regione Lombardia ([www.regione.lombardia.it](http://www.regione.lombardia.it)) o del Ministero della Salute (<http://www.salute.gov.it>).

## NUMERI UTILI

### EMERGENZA CORONAVIRUS

	INSORGENZA IMPROVISA DI FEBBRE ( $\geq 37,5$ ) CON TOSSE e/o DIFFICOLTÀ A RESPIRARE	CONDIZIONI DI SALUTE GRAVI E/O IN RAPIDO PEGGIORAMENTO
<b>COSA FARE</b>	CONTATTARE il numero verde regionale <b>800.89.45.45</b> <b>oppure</b> TELEFONARE al <b>Medico di Famiglia</b> (o al Medico di Continuità Assistenziale negli orari previsti) che valuterà la necessità di effettuare una visita. Il Medico di Famiglia deciderà se la visita verrà effettuata a domicilio o presso lo studio, con modalità indicate dal medico stesso	CONTATTARE subito il numero <b>112</b>
<b>COSA NON FARE</b>	<b>NON RECARSI DIRETTAMENTE AL PRONTO SOCCORSO ALLO STUDIO DEL MEDICO DI FAMIGLIA AGLI AMBULATORI DI CONTINUITÀ ASSISTENZIALE</b>	



## ATTIVITA' SOSPESSE O RIDOTTE

Per tutto il periodo dell'emergenza, sono state sospese o ridotte alcune attività.

L'elenco che segue è aggiornato al 31 marzo 2020.

Si raccomanda di consultare il sito internet [www.asst-garda.it](http://www.asst-garda.it) per gli aggiornamenti.

Come da disposizione regionale sono **sospese le prestazioni ambulatoriali** (visite ed esami) erogate con il sistema sanitario nazionale (SSN) ed in libera professione mentre le **prestazioni urgenti** (classe di priorità U/ex bollini verdi) sono garantite esclusivamente presso i Presidi di Gavardo, Desenzano, Manerbio e Leno.

Restano garantite alcune prestazioni particolari per utenti critici e per le donne in gravidanza.

### Attività ambulatoriali sospese

- attività ambulatoriali con il sistema sanitario e in libera professione (comprese attività del Servizio Anatomia Patologica)
- interventi chirurgici non urgenti ad esclusione degli interventi per patologia oncologica e traumatologica
- prericoveri
- corsi accompagnamento al parto, corsi pre-parto e post-parto organizzati nei Presidi Ospedalieri e presso i Consultori Familiari
- vaccinazioni in co-pagamento
- ambulatori certificativi/prove riflessi (è garantita la certificazione di gravidanza)
- ambulatorio del viaggiatore
- commissione invalidi/commissioni patenti
- screening di I livello

### Servizi del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze: nuovi orari

CPS Salò da lunedì a venerdì ore 8.00 -15.30

CPS Leno da lunedì a venerdì ore 8.00 -14.00

CPS Lonato da lunedì a venerdì 8.00 -15.30

NPIA Salò da lunedì a venerdì 8.30 -15.30

NOA/SERT Salò da lunedì a venerdì 8.00 – 15.30

NOA/SERT Montichiari da lunedì a venerdì 8.00 – 15.30

La CPA di Salò è temporaneamente accorpata alla CRA a Lonato

La NPIA di Lonato è temporaneamente accorpata alle NPIA di Salò e Leno

## Punti Prelievo

Proseguono le attività dei Punti Prelievo all'interno delle strutture ospedaliere di Desenzano, Gavardo, Manerbio, Leno secondo gli orari consueti.

Sono sospese le attività dei Punti Prelievo di Sirmione, ubicato presso le Terme, e di Gargnano.

Il Punto Prelievi di Nozza di Vestone resta chiuso sabato 4 e sabato 11 aprile, mentre gli orari dei Punti Prelievo territoriali sono stati ridotti. Ecco le giornate di apertura:

Sede	Martedì	Mercoledì	Venerdì
Bagnolo Mella	aperto	aperto	
Gambara		aperto	
Ghedì	aperto	aperto	aperto
Pontevico	aperto		aperto
Pralboino	aperto		
Verolanuova	aperto		aperto

## Attività di ricovero sospese

Riabilitazione Ospedale Villa dei Colli di Lonato

Riabilitazione Ospedale di Leno

Cure Subacute Ospedale di Leno

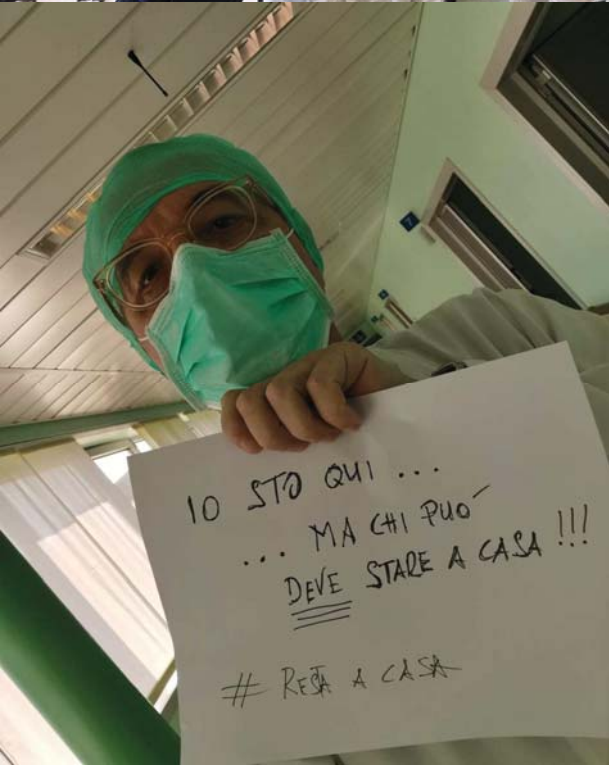
## Visite ai degenti

Sono sospese le visite ai degenti in tutti gli ospedali dell'Azienda.

I familiari vengono contattati telefonicamente dal personale sanitario per gli aggiornamenti sulle condizioni clinico-assistenziali dei pazienti ricoverati.

È consentito l'accesso di un visitatore solo per:

- pazienti pediatrici
- pazienti che necessitano di assistenza (con autorizzazione del personale di reparto)





## SOSPESI I RICOVERI IN RIABILITAZIONE E CURE SUBACUTE

Per far fronte all'aumentata richiesta di posti letto, sono state sospese le attività di ricovero della Riabilitazione dell'ospedale Villa dei Colli di Lonato, della Riabilitazione di Leno e delle Cure Subacute di Leno.

La riorganizzazione ha permesso di riconvertire i 432 posti letto della Riabilitazione di Lonato in posti letto per pazienti affetti da covid-19 e trasferire il personale sanitario da Leno a Manerbio dove sono stati attivati ulteriori posti letto dedicati al covid-19.



I pazienti precedentemente ricoverati presso le lungodegenze di Lonato e Leno sono stati in parte dimessi, con attivazione laddove necessario del servizio di assistenza domiciliare, in parte trasferiti presso altre strutture riabilitative del territorio o ricoverati in reparti covid in quanto risultati positivi al tampone.

Restano attivi, presso le strutture di Lonato e di Leno, tutti i Servizi del Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze.

La riorganizzazione delle attività erogate a Lonato ed a Leno è temporanea e non pregiudica la programmazione aziendale né la vocazione dei due Presidi.



Al termine dell'emergenza legata al coronavirus vi sarà il pieno ripristino della Riabilitazione e delle Cure Subacute presso la struttura di Leno mentre, le attività della Riabilitazione di Lonato, saranno ricollocate presso una sede transitoria come previsto dal progetto di riqualificazione della struttura lonatese che vedrà la demolizione e riedificazione di uno dei due edifici che compongono il Presidio.

## COME CONSEGNARE E RITIRARE EFFETTI PERSONALI DEI PAZIENTI RICOVERATI

Per recapitare o ritirare effetti personali dei pazienti ricoverati è disponibile un servizio interno gestito dal personale sanitario.



### COME FARE

Gli effetti personali devono essere riposti in un sacchetto sigillato con indicazione di nome, cognome e data di nascita del paziente. Si raccomanda di non inserire oggetti di valore.

Il materiale prelevato dall'ospedale appartenente a paziente covid positivo o sospetto positivo deve essere trattato secondo le indicazioni di carattere igienico-sanitario consegnate dal personale.

### ORARI

#### **Ospedale di Desenzano**

Consegna e ritiro presso gli operatori addetti alla zona filtro all'ingresso principale dell'Ospedale  
tutti i giorni dalle ore 16.00 alle 18.00

#### **Ospedale di Gavardo**

Consegna e ritiro presso gli operatori addetti alla zona filtro all'ingresso principale dell'Ospedale  
tutti i giorni dalle ore 8.00 alle 19.30

#### **Ospedale di Leno**

Consegna e ritiro presso la zona filtro all'ingresso principale dell'Ospedale  
dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 17.00  
sabato dalle 10.00 alle 12.00

#### **Ospedale di Lonato**

Consegna e ritiro presso gli operatori addetti alla zona filtro all'ingresso principale dell'Ospedale  
tutti i giorni dalle ore 16.00 alle 18.00

#### **Ospedale di Manerbio**

Consegna e ritiro presso la zona filtro all'ingresso principale dell'Ospedale  
dal lunedì al venerdì dalle ore 13.00 alle 16.00  
sabato dalle 9.00 alle 13.00

## SOSTIENI ANCHE TU ASST GARDA

Se vuoi sostenere, in questo momento di criticità, gli ospedali di Desenzano, Gavardo, Lonato e Manerbio impegnati nella lotta contro il coronavirus puoi fare una donazione in denaro oppure puoi donare beni o attrezzature.

Donazioni **in denaro** tramite bonifico bancario sul conto corrente dell'Azienda Socio Sanitaria Territoriale del Garda n. IT82K0311154460000000020923 – UBI Banca, Agenzia di Desenzano del Garda-BS (SOLO per donazioni dall'estero: SWIFT: BLOP IT 22XXX) con causale "Donazione emergenza covid – ASST del Garda" (nel caso si voglia destinare la donazione ad un ospedale in particolare è necessario indicarlo nella causale).

Per donare **beni** basta compilare il relativo modulo e inviarlo a [urp@asst-garda.it](mailto:urp@asst-garda.it).

Per ulteriori informazioni:  
consulta il sito internet [www.asst-garda.it](http://www.asst-garda.it)  
chiama il n. 0309145575  
scrivi a [urp@asst-garda.it](mailto:urp@asst-garda.it)

Le donazioni vengono utilizzate per acquisti straordinari di strumentazioni necessarie per curare al meglio i malati e saranno rendicontate e rese pubbliche al termine dell'emergenza.

Anche un piccolo aiuto è importante.

#fermioamoloinsieme

*Grazie per la vostra generosità e per il sostegno che ogni giorno ci dimostrano*





## UN CONTINGENTE MILITARE INTERFORZE AD INTEGRAZIONE DEL PERSONALE SANITARIO DI ASST GARDA

Ha preso servizio il 31 marzo il contingente interforze delle Forze Armate Italiane dislocato presso gli ospedali di ASST Garda ad integrazione della dotazione organica aziendale.

Il team sarà presente fino alla fine di aprile ed è costituito da 12 sanitari – 4 medici, 2 farmacisti, 6 infermieri – appartenenti a Marina Militare, Aeronautica Militare, Esercito.

Il contingente militare è ospitato presso l'ospedale di Leno ed il Residence "Il Sogno" di Desenzano dove l'albergatore ha reso disponibili alcune stanze a titolo gratuito.

"Ringrazio le autorità militari – ha dichiarato il Direttore Generale Dr. Carmelo Scarcella – per aver accolto la richiesta che abbiamo inviato il 23 marzo dettata dall'esigenza di integrare la nostra dotazione organica con personale professionalmente preparato per affrontare l'emergenza sanitaria in atto. Ringrazio anche il Comune di Desenzano che ha messo a disposizione i servizi di supporto necessari per la permanenza dei militari ed il Comune di Manerbio che ha fornito un'autovettura e l'appartamento per il personale della Protezione Civile."



Lo Psicologo per  
TE...

...LEFONO



## SERVIZIO DI CONSULENZA PSICOLOGICA TELEFONICA

È stato attivato, dallo scorso 17 marzo, il servizio "Lo psicologo per te...lefono" attivato da ASST Garda per offrire risposte ai cittadini che, in questo periodo di emergenza per il coronavirus, necessitano di un aiuto psicologico.

Il Servizio, gestito da un pull di 13 psicologi, è rivolto ai pazienti in isolamento domiciliare, ai familiari di pazienti ricoverati in ospedale o a chiunque abbia bisogno di un supporto psicologico a causa dell'emergenza coronavirus che sta mettendo sempre più a dura prova lo stato d'animo delle persone che sono obbligate ad un isolamento domiciliare ed affrontano una serie di emozioni forti e diversificate quali preoccupazione per sé e per i familiari, paura, ansia, impotenza che la malattia e l'attuale situazione comportano, oppure dei pazienti che dopo la dimissione ospedaliera devono affrontare un lungo periodo di isolamento domiciliare con un percorso di "elaborazione" della malattia che appare congelato dalla solitudine che l'isolamento produce.

Particolarmente difficile è la situazione in cui vivono i parenti dei pazienti ricoverati, per i quali il distacco dal loro familiare è pressoché totale - interrotto eventualmente soltanto da una telefonata periodica di aggiornamento dal reparto - e per alcuni di loro, purtroppo, ha un epilogo ineluttabile che non consente neppure un ultimo saluto.

**Per accedere al servizio** inviare il proprio nome, cognome ed un recapito telefonico tramite i seguenti canali:

mail: [aiutopsicologico@asst-garda.it](mailto:aiutopsicologico@asst-garda.it)

messaggio whatsapp al numero 380 6913898

oppure è possibile chiamare per appuntamento da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 16.00 ai numeri: 030.9116214 - 030.9116216



## Anche la paura è contagiosa

A cura di Paola Dora – Psicologa

**Contagiarsi sappiamo che non significa necessariamente ammalarsi, ma la paura è contagiosa e fa ammalare.**

Se per non ascoltare le nostre emozioni e reazioni ascoltiamo spesso il telegiornale ci sentiremo sempre più passivi e angosciati.

Il telegiornale non può essere una musica di sottofondo come Mozart.

La paura, di cui ci accorgiamo o non ci accorgiamo, rischia di permeare tutti i pensieri fino a farci ammalare.

Subiamo una situazione quando percepiamo e crediamo che sia imposta, inevitabile, una sfortuna dalla quale semplicemente non possiamo sottrarci. Questo aumenta lo stress perché ci porta in una posizione mentale di passività. E ciò influenza negativamente anche il nostro corpo, in primis il sistema immunitario. Arriviamo allora a sentirci angosciati e sfiniti, stremati, sia nel corpo che emotivamente.

Anche ansia e depressione indeboliscono il sistema immunitario. Ci rendono infelici e più esposti alle malattie, che sono una reazione del corpo, un messaggio sul nostro disequilibrio.

Può essere invece che questo periodo drammatico possa anche creare una apertura inaspettata a nuovi obiettivi: lasciare da parte bisogni indotti, liberarci del superfluo, alleggerirci, fare pulizia (dentro di noi e nelle nostre relazioni... e non solo sulla superficie delle nostre mani e degli oggetti).

Potremmo paradossalmente ritornare a un approccio di cura più autentico, semplice, naturale dove la relazione è la priorità: una relazione sana con se stessi e poi con gli altri.

Abbiamo Tempo per coltivare le nostre relazioni più profonde.

Ci nutriamo ogni giorno non solo di pane, pastasciutta e pizze ma di emozioni.

Percezioni, sensazioni, emozioni e sentimenti che vanno a creare la realtà che percepiamo e sperimentiamo. "Le nostre credenze profonde influenzano sempre la nostra Salute" (B. Lipton).

Solo chi si sente più calmo, lucido, e osserva di più se stesso che il mondo esterno, può oggi divenire il riferimento per la propria famiglia, per la propria rete di relazioni.

La psichiatra Erica Poli parla di quanto la catastrofe ecciti le parte più antiche del cervello.

Dipendiamo dai TG, dai giornali o dai social che trasmettono un clima di angoscia e terrore che non aiuta ad affrontare la catastrofe.

Li ascoltiamo, li criticiamo, facciamo polemica, ci schieriamo con qualcuno o contro qualcuno... significa che stiamo guardando cosa fa l'altro, dove sbaglia, a quali rischi l'altro ci costringe. Controlliamo fuori e siamo totalmente distratti da cosa avviene dentro, dentro le nostre case, dentro di noi, nella nostra psiche e nel nostro corpo.

Se alimentiamo la rabbia e la paura e quasi ci infastidiamo di fronte a qualcuno di più sorridente e sereno (non di incosciente) dovremmo occuparci degli esiti psicologici e psichiatrici di questa emergenza, non solo di quelli sanitari ed economici.

Proviamo invece a operare una scelta, ad agire. Abbiamo davanti tante opzioni anche chiusi in casa.

Certo i cittadini potrebbero essere maggiormente aiutati, supportati, formati su questo. Invece permea un senso di solitudine e impotenza.

Tra gli scopi dell'OMS ci sarebbe "la ricerca e la prevenzione, nonché la modifica di tutti quei fattori che influiscono negativamente sulla salute collettiva, promuovendo al contempo quelli favorevoli."

Ricordiamo le pratiche sane che l'organizzazione Mondiale della Sanità ha sempre sottolineato rispetto ai comprovati Stili di Vita Sani: movimento (anche in casa oggi, o in balcone o in giardino), alimentazione sana e leggera (no fumo, no alcool, no zuccheri eccessivi...). Anche il sole è indispensabile per l'umore e per la Vitamina D.

È comunque arrivata la primavera. Se non abbiamo la fortuna di un angolo all'aperto allora spostiamo i mobili di casa in modo funzionale a questa fase e innovativo, mettiamo un po' di colore nelle nostre abitazioni e posizioniamo una poltrona davanti a una finestra.

Inoltre in un documento del 2013 l'OMS delinea per il 2014-2023 un piano strategico di integrazione della Medicina Convenzionale con la Medicina Tradizionale o non convenzionale o Complementare per l'assistenza sanitaria che adesso diviene indispensabile e non rimandabile.

Facciamo quindi tutto quello che è nelle nostre capacità per rilassarci (yoga, Tai Ji, meditazione, disegno, giardinaggio o qualsiasi attività io desideri e senta che alimenta la mia calma).

Usiamo le mani, facciamole usare ai nostri bambini, sporchiamoci le mani!

Anche cucinare è creativo ma non usiamolo come unico hobby perché potremmo rilassarci e goderci il tempo insieme in cucina ma compromettere significativamente il nostro sistema immunitario mangiando di continuo.

E allora che senso avrebbe preoccuparsi di non avere abbastanza mascherine e soluzione idroalcolica?





# TUTELA TE, PROTEGGI GLI ALTRI.



**MANTIENI  
LA DISTANZA.**



**RIMANI  
A CASA.**



**LAVATI  
LE MANI.**



**METTI  
LA MASCHERINA.**



**TIENI A CASA  
I NONNI.**

**Coronavirus. Fermiamolo insieme.**  
[coronavirus.regione.lombardia.it](https://coronavirus.regione.lombardia.it) | [#fermiamoloinsieme](https://twitter.com/fermiamoloinsieme)



**Regione  
Lombardia**

## CORONAVIRUS: RICERCA PERSONALE SANITARIO



Regione Lombardia ha emesso due **avvisi pubblici** volti a raccogliere manifestazioni di interesse per:

- medici specialisti, medici specializzandi e medici laureati disponibili a prestare attività clinico assistenziale nelle aziende ed enti sanitari e sociosanitari della Regione Lombardia ([link qui](#))
- personale sanitario della dirigenza e dell'area del comparto disponibili a prestare attività assistenziale nelle aziende ed enti sanitari e sociosanitari della Regione Lombardia ([link qui](#))

## PROROGA PIANI TERAPEUTICI

L'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) ha disposto la proroga della validità dei Piani Terapeutici (PT) per farmaci e per malattie rare già sottoscritti dai medici specialisti e che risultano in scadenza nei mesi di marzo e aprile 2020.

La validità è estesa di 90 giorni a partire dal momento della scadenza.

Al termine di tale periodo di proroga, in assenza di nuove comunicazioni, il rinnovo del Piano Terapeutico dovrà avvenire secondo le consuete modalità.

Sono prorogati di 90 giorni (a partire dal momento della scadenza) anche i Piani Terapeutici per dispositivi in scadenza nei mesi di marzo e aprile 2020 per le persone:

- con alimentazione speciale (prodotti dietetici per malattie metaboliche, fibrosi cistica, nefropatici e latti)
- diabetici che necessitano di ausili per il controllo della glicemia
- diabetici che necessitano di sensori, microinfusori e relativo materiale di consumo
- portatori di stomia
- con incontinenza che necessitano dei relativi presidi ad assorbenza o raccolta

## ESENZIONI PER PATOLOGIA E PER ETÀ E REDDITO

Le esenzioni per patologia che risultano in scadenza nei mesi di marzo e aprile vengono prorogate di 90 giorni a partire dal momento della scadenza.

Al termine del suddetto periodo di proroga, in assenza di nuove indicazioni, il rinnovo delle esenzioni per patologia dovrà avvenire secondo le consuete modalità

Tutte le autocertificazioni per il rinnovo delle esenzioni (codici E01, E02, E03, E04, E05, E12, E13, E14, E30, E40) con scadenza 31 marzo 2020, sono prorogate al 30 settembre 2020.

## PROROGA SCADENZA ISCRIZIONE A TERMINE

Per gli assistiti lombardi con iscrizione a termine al Servizio Sanitario Regionale, è stata disposta la sospensione automatica della revoca per 4 mesi a decorrere dal 31 marzo 2020.

Le categorie che rientrano nel provvedimento sono consultabili sul sito di ATS Brescia ([www.ats-brescia.it](http://www.ats-brescia.it)).

Sono esclusi dal provvedimento i cittadini iscritti nelle categorie 306 (italiano o straniero con copertura regolamenti UE o Accordi Bilaterali), 348 (familiare di lavoratore straniero titolare di modello E 109/S1 o simili) e 349 (pensionato/familiare di istituzione straniera con copertura modello E121/S1 simile).

Anche per i minori che al 14° anno di età perderebbero l'iscrizione al Pediatra di Famiglia, è stata stabilita una proroga di 4 mesi e continuano ad essere assistiti dal proprio pediatra fino al termine della proroga.

## PROROGA SCADENZA PERMESSI DI SOGGIORNO

Il Ministero dell'Interno ha illustrato, con circolare 19/3/2020, le disposizioni concernenti la durata dei procedimenti amministrativi e la validità delle autorizzazioni di Polizia, con riferimento al D.L. 18/2020 del 17 marzo 2020.

Quindi tutti i permessi di soggiorno in scadenza nel periodo compreso tra il 31 gennaio e il 15 aprile 2020 conservano la loro validità fino al 15 giugno 2020. Dopo tale data potrà essere presentata la domanda di rinnovo.

**Lombardia NOTIZIE Online**

### RICETTE MEDICHE VIA SMS/EMAIL: come fare

**Che cos'è**  
Il codice della ricetta medica

**Chi lo riceve**  
A partire dal 3 aprile, ai cittadini che hanno registrato i contatti nel proprio Fascicolo Sanitario Elettronico (FSE) o presso gli sportelli di scelta e revoca sarà attivato automaticamente

**Dove si riceve**  
Via SMS o Email

**Quando**  
Ogni volta che sarà disponibile una nuova ricetta dematerializzata Farmaceutica

**Come attivare il codice ricette (NRE) via SMS**

Vuoi attivare il servizio di invio codice ricetta (NRE) via SMS per le ricette farmaceutiche?

**Hai bisogno di supporto? Chiama il Numero Verde 800.030.606**

**Durante l'emergenza COVID-19 puoi andare in farmacia con NRE e Tessera Sanitaria**

**Puoi attivare il servizio chiedendo al tuo medico di farlo per te, quando lo chiami per farti prescrivere una ricetta**

**Sei già un utente del Fascicolo Sanitario Elettronico e servizi welfare digitali? L'attivazione è automatica, non devi fare nulla!**

**Puoi attivare il servizio dalla home page del sito del Fascicolo Sanitario [www.fascicolosanitario.regione.lombardia.it](http://www.fascicolosanitario.regione.lombardia.it) bastano Tessera Sanitaria e numero di cellulare da abilitare, non occorre autenticarsi**

HUB Editoriale

# TAMPONI COVID



## ESECUZIONE TAMPONI COVID-19 PER L'ACCERTAMENTO DI GUARIGIONE

ASST Garda sta contattando telefonicamente, per la programmazione dei due tamponi per l'accertamento di guarigione, le persone che

- sono **transitate dal Pronto Soccorso** di Desenzano, Gavardo o Manerbio **con esito positivo di tampone per covid-19**

- sono state **dimesse in seguito a ricovero** presso gli ospedali di Desenzano, Manerbio, Gavardo, Lonato **con esito positivo di tampone per covid-19** e tenute pertanto ad isolamento domiciliare obbligatorio.

I due tamponi vengono programmati ad almeno 14 giorni dall'assenza di sintomi; il secondo tampone è effettuato nell'arco dei tre giorni lavorativi successivi dall'esecuzione del primo.

**L'esito è in genere disponibile 48 ore dopo il prelievo.** Il referto è consultabile tramite il Fascicolo Sanitario Elettronico e non viene consegnata copia cartacea.

Se il risultato del primo tampone è **positivo**, un operatore di ASST Garda contatta telefonicamente il paziente che è tenuto a continuare l'isolamento domiciliare obbligatorio ed a comunicarlo al proprio Medico Curante. **ASST Garda contatterà nuovamente il paziente per programmare il successivo controllo**, a non meno di sette giorni dal precedente.

Se il risultato del primo tampone è **negativo**, il paziente non riceve alcuna telefonata e si presenta alla convocazione per il secondo tampone.

Se il risultato del secondo tampone è **positivo**, si segue la medesima modalità prevista per il primo tampone positivo.

Se il risultato del secondo tampone è **negativo**, il paziente viene contattato telefonicamente.

**La guarigione è attestata a seguito di due tamponi consecutivi negativi.**

Le strutture aziendali sono impegnate nella gestione dell'emergenza, pertanto **si chiede di non contattarle direttamente per richieste di informazioni.** Qualora riteneste di non essere stati contattati, o doveste segnalare un cambio di recapito telefonico o aveste la necessità di posticipare un appuntamento per tampone, a causa di insorgenza di sintomi, contattate il CUP al n. 030.9037555 (che non fornisce informazioni di tipo sanitario).

Le **persone in isolamento domiciliare fiduciario o in quarantena su prescrizione del proprio Medico Curante in quanto caso sospetto covid-19 o contatto stretto**, senza effettuazione di tampone per la diagnosi, **NON vengono sottoposte ai tamponi di controllo** come definito dalla normativa vigente.

Si invita quindi a non contattare ASST Garda che non è autorizzata ad effettuare tamponi a soggetti diversi da quelli previsti dalla normativa.

## RITIRO REFERTI DI LABORATORIO E TERAPIE TAO

I referti di laboratorio e le terapie TAO possono essere ritirati utilizzando i totem presenti presso:  
gli ingressi degli ospedali

le casse dei poliambulatori

gli sportelli territoriali degli uffici scelta/revoca

Per stampare i referti è necessario avere con sé il modulo di ritiro ricevuto al momento dell'accettazione del prelievo.

Per i prelievi di sangue selezionare il tasto "Stampa referti" e seguire le istruzioni del totem.

La medesima procedura vale per la stampa delle terapie TAO, selezionando l'apposita voce.

## CONSEGNA FARMACI A DOMICILIO

Il Comitato Regionale Lombardia della Croce Rossa Italiana ha attivato, in collaborazione con Federfarma Lombardia, un nuovo servizio di consegna farmaci dedicato alle persone:

- di età superiore a 65 anni
- non autosufficienti
- sottoposte alla misura della quarantena
- risultate positive al tampone per il coronavirus

### COME FARE

Per usufruire del servizio è necessario essere in possesso di prescrizione medica (o con codice NRE della ricetta) e chiamare "**CRI Pronto farmaco**" al numero **02.3883350** (dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 19.00). Le modalità di consegna variano da Comune a Comune.



## CERCA COVID

Scarica la app **AllertaLOM**, disponibile su Apple Store e su Google Play Store, un importante strumento per il monitoraggio e la mappatura della diffusione del covid-19.

Tutti i cittadini possono compilare un questionario integrato all'interno dell'app che permette di raccogliere dati, in forma anonimizzata, da mettere a disposizione dell'Unità di Crisi regionale e degli specialisti sulla diffusione del contagio sul territorio lombardo.

Sarà così possibile fare scelte sempre più mirate nella gestione dell'emergenza sanitaria (es. individuare in anticipo l'emergere di eventuali nuovi focolai) e sviluppare analisi statistiche ed epidemiologiche indispensabili sia per il presente che per il futuro.

L'obiettivo ultimo è incrociare **l'analisi dei dati** raccolti con altri dati a disposizione di Regione Lombardia e, partendo dalle evidenze cliniche fornite dalle strutture sanitarie e dai presidi sul territorio regionale, **calcolare il grado di rischio di contagio**, rafforzando così le tutele per tutti i cittadini, sintomatici e asintomatici.

### Come funziona?

Basta scaricare la app da Apple App Store o Google Play Store e compilare il questionario all'interno. Chi utilizza già la app è invitato a fare il download dell'aggiornamento per partecipare al monitoraggio.

La **sezione Coronavirus** e il **questionario** permettono **una sorta di 'triage' a distanza**.

Il questionario è anonimo e non si rivolge solo a chi manifesta sintomi ricollegabili al covid-19, ma **a tutti i cittadini** che sono invitati a ripetere ogni giorno (non più di una volta al giorno) la compilazione del questionario, aggiornando il loro stato di salute.

Le informazioni raccolte contribuiranno ad alimentare una **"mappa del rischio contagio"** continuamente aggiornata, che permetterà agli esperti di sviluppare modelli previsionali sul contagio.

