



Una mini guida
pensata e creata per
aiutarti a **prenderti
cura di te e ridurre le
tue preoccupazioni** in
merito al contagio



timbro e/o firma



Un opuscolo informativo donato alla
collettività degli odontoiatri utile per
lavorare con i pazienti durante la fase 2
COVID-19

a cura di
A.O.U.P. "P. Giaccone", www.policlinico.pa.it
Università di Palermo, www.unipa.it
Università di Foggia, www.unifg.it



PRENDITI CURA DELLA TUA BOCCA DURANTE LA FASE 2 COVID-19

LA TUA GUIDA PER RIDURRE
LE TUE PREOCCUPAZIONI
DOVUTE AL CONTAGIO DA
COVID-19 IN AMBIENTE
ODONTOIATRICO

ACCOGLIENZA



Sarai contattato da un operatore per un appuntamento tramite email o per telefono. Potrai quindi recarti, nella data prestabilita, in ambulatorio dove, dopo aver dato la tua presenza:

- ti verrà somministrato un questionario di triage
- ti verrà rilevata con il termoscanner la temperatura corporea e un operatore ti farà accomodare in sala d'attesa.

SALA D'ATTESA



INDOSSA
LA
MASCHERINA

- Ricorda di rispettare la **distanza di 1 metro** sedendoti in uno dei posti assegnati.
- Accomodati e aspetta il tuo turno; sarai chiamato da un operatore al quale, prima di entrare in ambulatorio, **consegnerai la tua borsa e la tua giacca.**



DURANTE L'ATTESA



Consigli utili per rilassarti

- Mentre aspetti il tuo turno accomodati e poggia il palmo delle mani sulle cosce
- Inspira ed espira per 5 volte, lentamente, controllando il respiro e pensando a rilassarti
- Pensa che l'ambulatorio è igienizzato
- Concentrati sul calore che producono le mani sulle cosce
- Pensa al peso del tuo corpo, lo senti pesante perchè ti stai rilassando
- Ripensa al calore delle mani e al loro peso sulle cosce
- Non muoverti, sei completamente rilassato, inspira ed espira per 5 volte controllando il respiro
- Nulla di quello che accade accanto a te ti potrà distrarre

DURANTE LA VISITA

- Accomodati e ricordati di **non toccare nulla**



- Un operatore ti farà firmare gli eventuali consensi dopo averti fatto **igienizzare le mani**
- Ricordati che, durante la visita, alzando una mano potrai fare fermare l'odontoiatra in qualsiasi momento qualora dovessi tossire o starnutire o chiedere un chiarimento
- Alla fine della visita, prima di andare via ricordati di **indossare** di nuovo **la mascherina**



IGIENIZZAZIONE



La postazione verrà disinfettata e sarà pronta, a tempo debito, per un nuovo paziente