

ΑΝΑΡΤΗΤΕΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Αθήνα 7 /4/2020
Αρ. Πρωτ. Δ1β/ΓΠ οικ.23443

Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19
Ταχ. Κώδικας: 10187
Πληροφορίες: Ι. Κοντελέ – Π.Μωραΐτου –
Φ.Τσαλίκου
Τηλέφωνο: 213 2161514 – 1343 - 1324

ΠΡΟΣ:
ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ

ΘΕΜΑ: «Μέτρα πρόληψης κατά της διασποράς του κορονοϊού SARS-CoV-2 στις Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων»

ΣΧΕΤ.:

1. Ο ΑΝ 2520/1920, ΦΕΚ 273/40, τα «Περί Υγ. Διατάξεων», όπως τροποποιήθηκε κ ισχύει.
2. Η με αρ. πρωτ. Δ1γ/ΓΠ οικ.19954/20-3-2020 εγκύκλιος της Υπηρεσίας μας με ΑΔΑ: 6ΚΨ6465ΦΥΟ-1ΝΔ «Μέτρα καθαρισμού και απολύμανσης σε χώρους και επιφάνειες κατά την εξέλιξη της πανδημίας του SARS-CoV-2»
3. Η με αρ. πρωτ. Δ1γ/ΓΠ οικ.18155/14-3-2020 εγκύκλιος της Υπηρεσίας μας με ΑΔΑ: ΨΠ20465ΦΥΟ-ΣΘΝ «Συστάσεις για την αποφυγή επισκεπτηρίων σε Κέντρα Φυσικής Ιατρικής Αποκατάστασης, Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων και Μονάδες Ημερήσιας Νοσηλείας»
4. Οδηγίες του ΕΟΔΥ σχετικά με τα μέτρα πρόληψης κατά της διασποράς λοίμωξης από το νέο κορονοϊό SARS-CoV-2, οι οποίες είναι αναρτημένες στην ιστοσελίδα του και συνεχώς επικαιροποιούνται.
5. Οδηγίες του ΕΟΔΥ σχετικά με τα Ιδρύματα Χρονίως Πασχόντων και Μονάδες Φιλοξενίας Ηλικιωμένων
6. Οδηγίες του ΕΟΔΥ σχετικά με την έξοδο από το νοσοκομείο και για τη διακοπή των προφυλάξεων έναντι μετάδοσης ασθενών με COVID-19 που νοσηλεύονται ή παραμένουν για φροντίδα κατ' οίκον, οι οποίες είναι αναρτημένες στην ιστοσελίδα του και συνεχώς επικαιροποιούνται.
7. Το τεχνικό κείμενο του Ευρωπαϊκού Κέντρου Ελέγχου Νοσημάτων «Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: increased transmission in the EU/EEA and the UK – seventh update, 25 March 2020. Stockholm: ECDC; 2020.»

Η παρούσα εγκύκλιος έχει ως σκοπό την ενημέρωση του προσωπικού που εργάζεται σε Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων σε ό,τι αφορά τα συμπτώματα λοίμωξης από τον κορονοϊό SARS-CoV-2, τις απαραίτητες ενέργειες σε περίπτωση εμφάνισης κρούσματος και τα προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς του ιού.

Οι κορονοϊοί είναι μία ομάδα ιών που συνήθως προκαλούν αναπνευστικές λοιμώξεις η σοβαρότητα των οποίων ποικίλλει στον άνθρωπο και στα ζώα. Εκτιμάται ότι περίπου το ένα τρίτο των λοιμώξεων ανώτερου αναπνευστικού στον άνθρωπο μπορεί να προκαλείται από κορονοϊούς. Ο κορονοϊός SARS-CoV-2 είναι στέλεχος που απομονώνεται για πρώτη φορά από τον άνθρωπο.

Με βάση τα διαθέσιμα επιδημιολογικά δεδομένα, φαίνεται ότι ο κορονοϊός SARS-CoV-2 πιθανότατα μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω σταγονιδίων που αποβάλλονται από άτομο που νοσεί, μέσω βήχα ή πταρμού ή με άμεση ή έμμεση επαφή με εκκρίσεις αναπνευστικού (δηλαδή μέσω μολυσμένων χεριών). Ο χρόνος επώασης της νόσου υπολογίζεται σε 2-14 ημέρες με μέσο χρόνο επώασης τις 5 ημέρες.

Επιπλέον, σύμφωνα με πρόσφατες δημοσιεύσεις, ο ιός SARS-CoV-2 μπορεί να επιβιώνει σε επιφάνειες από λίγες ώρες έως αρκετές ημέρες και εξαρτάται από τις ποικίλες συνθήκες που επικρατούν στο περιβάλλον (θερμοκρασία και υγρασία) και τον τύπο της επιφάνειας (μέταλλο, ξύλο, χαρτί, γυαλί, πλαστικό κ.α.). Σύμφωνα με διεθνή βιβλιογραφία, ο ιός φέρει λιπόφιλη εξωτερική στοιβάδα, γεγονός που καθιστά τον επαρκή και σχολαστικό καθαρισμό απαραίτητη ενέργεια πριν την κάθε απολύμανση. Η ανωτέρω λιπόφιλη συμπεριφορά, μας οδηγεί στην αναγκασία λήψη σχολαστικών καθημερινών μέτρων καθαρισμού – απολύμανσης των επιφανειών και των αντικειμένων.

Οι Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων αποτελούν χώρους με υψηλό κίνδυνο μετάδοσης και διασποράς λοίμωξης από νέο κορονοϊό SARS-CoV-2 καθώς αποτελούν δομές στις οποίες φιλοξενούνται άτομα υψηλού κινδύνου λόγω ηλικίας για εμφάνιση της νόσου. Κατά συνέπεια κρίνεται αναγκασία η συστηματική εφαρμογή προφυλάξεων που αποσκοπούν στην έγκαιρη ανίχνευση και αποτροπή διασποράς όχι μόνο του νέου κορονοϊού SARS-CoV-2 αλλά και άλλων αναπνευστικών παθογόνων συμπεριλαμβανομένου του ιού της γρίπης. Τα μέτρα αυτά αφορούν όχι μόνο τους διαβιούντες στους χώρους αυτούς αλλά και στους επισκέπτες και τους εργαζόμενους.

Α. ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ κατά της διασποράς του κορονοϊού SARS-CoV-2 σε Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων

Οδηγίες για το προσωπικό

- Όλο το προσωπικό θα πρέπει να βρίσκεται σε εγρήγορση για πιθανή εμφάνιση συμπτωμάτων συμβατών με λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος (π.χ. βήχας, πυρετός, αναπνευστική δυσχέρεια) και μετρά καθημερινά τη θερμοκρασία του πριν την έναρξη της εργασίας του. Το μέτρο αφορά το ιατρονοσηλευτικό και λοιπό προσωπικό καθώς και τους εξωτερικούς συνεργάτες.
- Όλο το προσωπικό καθώς και οι εξωτερικοί συνεργάτες πρέπει να φορούν απλή χειρουργική μάσκα όλη τη διάρκεια παραμονής τους στη μονάδα.
- Άμεση απομάκρυνση από την εργασία τους σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό ή σε περίπτωση επαφής με επιβεβαιωμένο ή ύποπτο κρούσμα. Η διάρκεια της απομάκρυνσης από τα εργασιακά καθήκοντα θα εξαρτηθεί από τα αποτελέσματα του εργαστηριακού ελέγχου καθώς και από τις κατευθυντήριες οδηγίες που ισχύουν ανάλογα με τη τρέχουσα φάση της επιδημίας (www.eody.gov.gr)
- Εκπαίδευση και ορθή χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας με έμφαση στη διαδικασία εφαρμογής και αφαίρεσης:
 - Απλή χειρουργική μάσκα
 - Προστατευτική ρόμπα
 - Γάντια
 - Οφθαλμική προστασία
- Συστηματική τήρηση των μέτρων καθαρισμού, απολύμανσης χώρων και επιφανειών και ασφαλούς διαχείρισης μολυσματικών απορριμμάτων.

Οδηγίες ατομικής υγιεινής (για προσωπικό και φιλοξενούμενους)

- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης από τον ιό.

- Αποφυγή κοινής χρήσης προσωπικών αντικειμένων.
- Σε βήχα ή φτέρνισμα, κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του ακώνα ή με χαρτομάντιλο. Το χρησιμοποιημένο χαρτομάντιλο πρέπει να απορρίπτεται αμέσως μετά τη χρήση τόσο από τα παιδιά όσο και από το προσωπικό μέσα στους κάδους απορριμμάτων.
- Τακτικό πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Ακολουθεί προσεκτικό στέγνωμα των χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης, οι οποίες θα απορρίπτονται στους κάδους απορριμμάτων. Η διαδικασία πλυσίματος των χεριών περιγράφεται εικονογραφημένη στο Παράρτημα.
- Εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιείται αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (περιεκτικότητας 70% σε αλκοόλη) ή χαρτομάντιλα με αλκοόλη. Συνιστάται καλό τρίψιμο των χεριών μέχρι το αντισηπτικό να στεγνώσει. Τα χέρια πρέπει να πλένονται καλά οπωσδήποτε πριν τη λήψη τροφής.

Περιορισμός επαφών

- Αποφυγή επαφής των φιλοξενούμενων ηλικιωμένων με άτομα που έχουν συμπτώματα λοίμωξης
- Αποφυγή στενών επαφών (χειραψίες, αγκαλιές και φιλιά)
- Αποφυγή των συναθροίσεων και του συγχρωτισμού οπουδήποτε
- Αποφυγή ομαδικών δραστηριοτήτων εντός και εκτός της δομής
- **Αποφυγή επισκεπτηρίων, σύμφωνα με τις συστάσεις του ΕΟΔΥ και τη σχετική 3 εγκύκλιο μας.**
Το επισκεπτήριο επιτρέπεται μόνο στην περίπτωση φιλοξενούμενου σε προθανάτια κατάσταση και αυστηρά από ένα άτομο για ανθρωπιστικούς λόγους. Σε αυτή την περίπτωση οι επισκέπτες πρέπει:
 - Να μην εισέρχονται σε περίπτωση που έχουν συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος (π.χ. πυρετός, βήχας, αναπνευστική δυσχέρεια)
 - Να εφαρμόζουν την υγιεινή των χεριών και τα μέτρα αναπνευστικής υγιεινής
 - Να φορούν απλή χειρουργική μάσκα.
 - Σε όλες τις άλλες περιπτώσεις οι συγγενείς ενημερώνονται για την πορεία της υγείας των ασθενών/φιλοξενούμενων μέσω τηλεφώνου, ηλεκτρονικού μηνύματος, sms κλπ

Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης

- Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων.
 - Πέρα από τις συνήθεις εργασίες καθαρισμού με σαπούνι και νερό, χρειάζεται συχνός καθαρισμός των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, βρύσες κλπ) με κοινά καθαριστικά-απολυμαντικά όπως :
 - διαλύματα υποχλωριώδους νατρίου συγκέντρωσης τουλάχιστον 0.50 % που πωλούνται έτοιμα στο εμπόριο
Στην πράξη αυτό επιτυγχάνεται με τη διάλυση οικιακής χλωρίνης μέσα σε νερό σε αναλογία 100ml οικιακή χλωρίνη σε 1 λίτρο νερό. Απαιτούμενος χρόνος παραμονής του διαλύματος στην επιφάνεια 10 λεπτά ή
 - αλκοολούχα διαλύματα περιεκτικότητας σε αιθανόλη 70% (πωλούνται έτοιμα στο εμπόριο), για επιφάνειες ευαίσθητες προς τη χλωρίνη
- Παραμονή του διαλύματος αυτού επί των προς απολύμανση επιφανειών 1 λεπτό.
Σημειώνεται ότι οι εργασίες καθαρισμού πρέπει να γίνονται με χρήση γαντιών και στολή εργασίας.
- Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται στον καθαρισμό των αντικειμένων και των επιφανειών με τις οποίες ήρθε σε επαφή άτομο που εμφάνισε συμπτώματα κορονοϊού SARS-CoV-2.
 - Οι πλαστικές σακούλες των κάδων, όταν γεμίζουν, πρέπει να δένονται σφικτά και να απομακρύνονται αμέσως. Τονίζεται ότι, το προσωπικό, όταν καθαρίζει, θα πρέπει να φοράει γάντια

και στολή εργασίας. Τα γάντια μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων και να μη γίνονται προσπάθειες καθαρισμού τους, πχ. πλύσιμο των γαντιών μιας χρήσης και επαναχρησιμοποίησή τους.

- **Επισημαίνεται ότι, η χρήση γαντιών μια χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το πλύσιμο των χεριών.**

Πρόσθετα προληπτικά μέτρα εντός των Μονάδων Φροντίδας Ηλικιωμένων

- Έλεγχος του συστήματος ύδρευσης και αποχέτευσης, ώστε να αποκατασταθούν άμεσα τυχόν βλάβες.
- Εξασφάλιση επάρκειας όλης της απαραίτητης υλικοτεχνικής υποδομής για την εφαρμογή της υγιεινής των χεριών και της αναπνευστικής υγιεινής από τους εργαζόμενους και τους φιλοξενούμενους
 - Υγρό σαπούνι σε κάθε νιπτήρα και χειροπετσέτες
 - Ποδοκίνητοι κάδοι που κλείνουν
 - Χαρτομάντηλα
 - Αλκοολούχα αντισηπτικά διαλύματα
- Μέριμνα ώστε οι νιπτήρες στις τουαλέτες να διαθέτουν πάντα φιάλη με υγρό σαπούνι και χάρτινες πετσέτες μιας χρήσης, οι οποίες πρέπει να απορρίπτονται σε κάδους που θα είναι δίπλα στους νιπτήρες.
- Μέριμνα ώστε όλοι οι κάδοι απορριμμάτων να διαθέτουν ποδοκίνητο καπάκι και να περιέχουν πλαστική σακούλα μιας χρήσης.
- Επιμελής και συχνός καθαρισμός των αντικειμένων κοινής χρήσης
- Ανάρτηση έντυπων οδηγιών με της οδηγίες ατομικής υγιεινής
- Σήμανση στην είσοδο της μονάδας φιλοξενίας σχετική με την αποφυγή επισκεπτηρίων
- Εξασφάλιση επάρκειας σε εξοπλισμό ατομικής προστασίας για τους εργαζόμενους και εκπαίδευση τους για την ορθή χρήση (επιλογή, εφαρμογή, αφαίρεση και απόρριψη)
 - Μάσκες , γάντια, αδιάβροχες ρόμπες με μακριά μανίκια, ασπίδες προσώπου, γυαλιά ευρέως οπτικού πεδίου
 - Ανάρτηση έντυπων οδηγιών για τα 5 βήματα της υγιεινής των χεριών και τις ορθές διαδικασίες εφαρμογής και αφαίρεσης του ατομικού εξοπλισμού προστασίας κατά την είσοδο στο θάλαμο
 - Τοποθέτηση των πακέτων με τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας, αμέσως πριν την είσοδο στο δωμάτιο του ασθενή για χρήση από το προσωπικό
 - Τοποθέτηση κλειστού κάδου απορριμμάτων εντός του δωματίου και πριν την έξοδο από αυτό για την απόρριψη του εξοπλισμού ατομικής προστασίας
- Σε περίπτωση νοσηλείας επιβεβαιωμένου κρούσματος COVID-19 συστήνεται η απασχόληση αποκλειστικού προσωπικού σε κάθε βάρδια για τη νοσηλεία και τη φροντίδα του
- Πρόβλεψη για την απρόσκοπτη λειτουργία σε περίπτωση απουσίας κρίσιμου προσωπικού (αριθμητικά και ποιοτικά)
- Παρακολούθηση των εξελισσόμενων επιδημιολογικών δεδομένων και σε περίπτωση επέκτασης της διασποράς του νέου κορονοϊού στην κοινότητα, επικαιροποίηση των μέτρων σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ

Β. Απαραίτητες ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης συμπτωμάτων κορονοϊού SARS-CoV-2 από φιλοξενούμενο ή εργαζόμενο σε Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων:

Σύμφωνα με τον ΕΟΔΥ, με τα μέχρι τώρα δεδομένα ο ιός μπορεί να προκαλέσει ήπια γριπώδη συμπτωματολογία όπως:

- πυρετό
- βήχα
- δυσκολία στην αναπνοή
- μυαλγίες
- καταβολή

Σε σοβαρές περιπτώσεις μπορεί να εμφανιστούν σοβαρή πνευμονία, σύνδρομο οξείας αναπνευστικής δυσχέρειας, σήψη και σηπτικό σοκ και θάνατος. Τα άτομα που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου (π.χ. ηλικιωμένοι, καρδιοπαθείς, άτομα με σακχαρώδη διαβήτη, ηπατοπάθειες ή πνευμονοπάθειες, ανοσοανεπάρκεια) είναι πιθανότερο να εμφανίσουν σοβαρή νόσο.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Πρέπει να γίνεται αξιολόγηση των φιλοξενούμενων ηλικιωμένων για ενδεχόμενα συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού συστήματος **πριν την εισαγωγή** και διαμονή τους στο χώρο. Επιπλέον, θα πρέπει να γίνεται **καθημερινή** ενεργητική επιτήρηση των φιλοξενούμενων για τυχόν εκδήλωση συμπτωματολογίας συμβατής με νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 (πυρετός, βήχας, αναπνευστική δυσχέρεια) δύο φορές την ημέρα (σχετικό 5 - Οδηγίες ΕΟΔΥ).

Σε περίπτωση που φιλοξενούμενος ηλικιωμένος ή εργαζόμενος εμφανίζει τα ανωτέρω συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού οι υπεύθυνοι της δομής θα πρέπει να επικοινωνήσουν ΑΜΕΣΑ με ιατρό και με τον ΕΟΔΥ στα τηλέφωνα **210 5212054** ή τον ειδικό τετραψήφιο αριθμό **1135**, για δήλωση του ύποπτου κρούσματος και οδηγίες αντιμετώπισής του. Στην περίπτωση που ασθενής με ύποπτη ή επιβεβαιωμένη λοίμωξη SARS-CoV-2 χρειάζεται να μεταφερθεί σε φορέα παροχής υπηρεσιών υγείας, ενημερώνεται άμεσα ο φορέας, το ΕΚΑΒ και ο ΕΟΔΥ ώστε να ληφθούν όλα τα απαιτούμενα μέτρα πρόληψης και ελέγχου διασποράς της λοίμωξης.

Σύμφωνα με τα από 16/3/2020 κριτήρια για εργαστηριακό έλεγχο COVID-19 του ΕΟΔΥ, **νοσηλεύόμενοι ή φιλοξενούμενοι σε μονάδες ηλικιωμένων ή χρονίως πασχόντων που εκδηλώνουν οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού με πυρετό και βήχα ή δύσπνοια, πρέπει να υποβάλλονται σε εργαστηριακό έλεγχο.** Ανάλογα με τα αποτελέσματα του εργαστηριακού ελέγχου και τις οδηγίες του ΕΟΔΥ θα κριθεί εάν ο ασθενής μπορεί να παραμείνει στην Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων ή πρέπει να μεταφερθεί σε νοσηλευτικό ίδρυμα.

Σε περίπτωση παραμονής του ασθενούς στη μονάδα φιλοξενίας θα πρέπει να τηρούνται όλες οι οδηγίες για τη μείωση της πιθανότητας διασποράς, σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, που επικαιροποιούνται τακτικά:

- απομόνωση σε μονόκλινο θάλαμο με ατομική τουαλέτα
- αυστηρός περιορισμός μετακινήσεων στις απόλυτα αναγκαίες με την εφαρμογή απλής χειρουργικής μάσκας εφόσον είναι ανεκτή
- ορθή χρήση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας από το προσωπικό που φροντίζει τον ασθενή
- εφαρμογή των βασικών προφυλάξεων, των προφυλάξεων επαφής και των προφυλάξεων σταγονιδίων σε όλες τις περιπτώσεις λοίμωξης αναπνευστικού από άγνωστο αιτιολογικό παράγοντα. Επιπρόσθετα, εφαρμογή αερογενών προφυλάξεων στις περιπτώσεις υποψίας λοίμωξης από παθογόνο που μεταδίδεται αερογενώς
- σε κάθε θάλαμο αλκοολούχα αντισηπτικά διαλύματα, υγρό σαπούνι σε κάθε νιπτήρα και χειροπετσέτες, ποδοκίνητοι κάδοι που κλείνουν, χαρτομάντηλα
- εφαρμογή της υγιεινής των χεριών
- αναπνευστική υγιεινή και χρήση απλής χειρουργικής μάσκας από τον ασθενή εάν αυτό είναι ανεκτό

- καθαρισμός και απολύμανση χώρων και επιφανειών, απόρριψη και αποκομιδή μολυσματικών υλικών
- Αναστολή μη απαραίτητων δραστηριοτήτων όπως γυμναστική, ομαδικές δραστηριότητες, παραμονή σε χώρο εντευκτηρίου κλπ
- Αποφυγή γευμάτων σε τραπεζαρία και κατά προτίμηση σεβρίσμα στο θάλαμο
- Αποφυγή μη απαραίτητων παροχών ατομικής φροντίδας (ξύρισμα, κούρεμα κλπ)
- Αναστολή επισκέψεων που δεν είναι επείγουσες και απαραίτητες από εξωτερικούς συνεργάτες ιατρούς
- Στην περίπτωση θανάτου ασθενούς με ύποπτη ή επιβεβαιωμένη λοίμωξη COVID-19 ακολουθούνται οι οδηγίες του ΕΟΔΥ σχετικά με τη διαχείριση νεκρών σωμάτων.

Διαχείριση στενών επαφών (εργαζόμενοι, λοιποί φιλοξενούμενοι)

Άτομα που ήρθαν σε επαφή με ύποπτο για SARS-CoV-2 κρούσμα ή με επιβεβαιωμένο κρούσμα παρακολουθούν την υγεία τους από την ημέρα της τελευταίας επαφής και για 14 ημέρες. Στην περίπτωση που εμφανίσουν τα προαναφερόμενα συμπτώματα θα πρέπει να έρθουν άμεσα σε επαφή με τον ιατρό της Μονάδας και τον ΕΟΔΥ. Σκόπιμη είναι η τακτική (καθημερινή) και κατά προτίμηση άμεση επικοινωνία των στενών επαφών με επαγγελματία υγείας για όλη τη διάρκεια της παρακολούθησης.

Για όλο το διάστημα της παρακολούθησης (14 ημέρες) πρέπει να εφαρμόζονται τα παρακάτω:

- Διαμονή σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο που χρησιμοποιείται μόνο από το άτομο αυτό.
- Περιορισμός όσων φροντίζουν το άτομο, ιδανικά ένα άτομο που δεν ανήκει σε ομάδα υψηλού κινδύνου (δηλαδή δεν είναι μεγάλης ηλικίας και δεν έχει χρόνια νόσημα).
- Δεν επιτρέπονται επισκέψεις.
- Διαμονή των υπόλοιπων μελών της οικογένειας σε διαφορετικό δωμάτιο και εάν αυτό δεν είναι εφικτό, τήρηση απόστασης τουλάχιστο 2μ από το άτομο.
- Περιορισμός των μετακινήσεων του ατόμου στο σπίτι, όσο είναι δυνατό.
- Καλός αερισμός των κοινόχρηστων χώρων.
- Καλό πλύσιμο των χεριών πριν και μετά από κάθε επαφή με το άτομο ή το περιβάλλον του (δωμάτιο, αντικείμενα), πριν και μετά την προετοιμασία φαγητού, πριν το φαγητό και μετά τη χρήση της τουαλέτας (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή χρήση αλκοολούχου αντισηπτικού ανάλογα εάν τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα ή όχι).
- Πάντα κάλυψη στόματος και της μύτης κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος.
- Προσεκτική απόρριψη των υλικών που χρησιμοποιήθηκαν για κάλυψη της μύτης και του στόματος, σχολαστικό πλύσιμο στην περίπτωση που αυτά δεν είναι μιας χρήσης.
- Αποφυγή άμεσης επαφής με σωματικά υγρά του ασθενή, ιδιαίτερα σάλιο, πτύελα ή άλλες αναπνευστικές εκκρίσεις και κόπρανα με γυμνά χέρια και εφαρμογή γαντιών μιας χρήσης. Σωστή εφαρμογή της υγιεινής των χεριών.
- Αποφυγή επαφής με δυναμικά μολυσμένα αντικείμενα του ασθενούς όπως πιάτα, ποτήρια, μαχαιροπίρουνα, πετσέτες, σεντόνια τα οποία μετά από σχολαστικό πλύσιμο επαναχρησιμοποιούνται.
- Καθαρισμός και απολύμανση επιφανειών και αντικειμένων στο δωμάτιο του ασθενούς καθημερινά με κοινό απορρυπαντικό ή σαπούνι, ξέπλυμα και στη συνέχεια απολύμανση με διάλυμα οικιακής χλωρίνης σε αναλογία 1:10.
- Καθαρισμός της τουαλέτας καθημερινά με τον ίδιο τρόπο.

Στην περίπτωση που το άτομο εμφανίσει συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης (π.χ. πυρετό, βήχα, πονόλαιμο, δυσκολία στην αναπνοή) καλεί άμεσα τον ιατρό του και τον ΕΟΔΥ για να λάβει οδηγίες.

Τα άτομα που θεωρούνται στενές επαφές πρέπει να έχουν οδηγίες σχετικά με τον τρόπο μετάβασης σε συγκεκριμένη νοσηλευτική μονάδα εάν προκύψει ανάγκη:

- Προηγούμενη ενημέρωση της νοσηλευτικής μονάδας που θα υποδεχτεί συμπτωματικό ασθενή πριν τη μετάβασή του
- Χρήση από τον ασθενή απλής χειρουργικής μάσκας κατά τη μετάβαση του στη νοσηλευτική μονάδα
- Μη χρήση των μέσων μαζικής μεταφοράς. Θα πρέπει να χρησιμοποιηθεί ιδιωτικό όχημα με ανοιχτά τα παράθυρα ή ασθενοφόρο.
- Εφαρμογή αναπνευστικής υγιεινής από τον ασθενή (κάλυψη στόματος και μύτης κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος, χρήση απλής χειρουργικής μάσκας, χαρτομάντηλων ή εσωτερικού του αγκώνα) καθώς και υγιεινής των χεριών. Τήρηση απόστασης τουλάχιστον 1μ. από τους γύρω του τόσο κατά τη διάρκεια της μετάβασης στη νοσηλευτική μονάδα όσο και κατά τη διάρκεια της αναμονής για εξέταση
- Καθαρισμός και απολύμανση των επιφανειών που λερώθηκαν κατά τη διάρκεια της μετάβασης του ασθενούς στη νοσηλευτική μονάδα από αναπνευστικές εκκρίσεις ή άλλα σωματικά υγρά με κοινό απορρυπαντικό ή σαπούνι, ξέπλυμα και στη συνέχεια απολύμανση με διάλυμα οικιακής χλωρίνης σε αναλογία 1:10.

Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Π. ΠΡΕΖΕΡΑΚΟΣ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ:

1. **Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας**, Ριζαρείου 1, ΤΚ 152 33 Χαλάνδρι
2. **Όλες τις Περιφερειακές Αυτοδιοικήσεις της χώρας**
 - Γρ. Γ.Γ. Περιφερειών
 - Γεν. Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας (έδρες τους)
 - Δ/νσεις Περιβαλλοντολογικής Υγιεινής και Υγειονομικού Ελέγχου (Αττικής και Θεσσαλονίκης)
3. **Όλες τις Αποκεντρωμένες Διοικήσεις**
Γρ. κκ. Γενικών Γραμματέων (με την παράκληση να ενημερώσουν όλους τους εποπτευόμενους Ο.Τ.Α.)(έδρες τους)
4. **Όλες τις Υ.Π.Ε.**
Γραφείο κ.κ. Διοικητών (με την παράκληση να ενημερώσουν τις Υπηρεσίες τους).
5. **Ε.Ο.Δ.Υ.**, Αγράφων 3-5, Τ.Κ. 15123 Μαρούσι
6. **Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος**, Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντους, ΤΚ 19675, Αθήνα

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γραφείο Υπουργού Υγείας
2. Γραφείο Υφυπουργού Υγείας
3. Γραφείο Γενικού Γραμματέα Υπηρεσιών Υγείας
4. Γραφείο Γενικού Γραμματέα Δημόσιας Υγείας
5. Γραφείο Υπηρεσιακού Γραμματέα
6. Γραφείο Τύπου
7. Γραφείο Γενικής Δ/ντριας Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής
8. Δ/νση Δημόσιας Υγείας και Υγιεινής Περιβάλλοντος, Τμήμα Β