

Ενημέρωση σχετικά με τις προφυλάξεις
για αναπνευστικές λοιμώξεις/λοιμώξη από κορωναϊό Covid 19

Ο κορονοϊός **2019-nCoV** ανιχνεύτηκε για πρώτη φορά στην πόλη Wuhan της επαρχίας Hubei στην Κίνα στις αρχές Δεκεμβρίου του 2019. Συγκοιμάγεται στους RNA ιούς που δύνανται να προσβάλουν τόσο τα ζώα όσο και τον άνθρωπο με διαφορετική νοσηρότητα και θνησιμότητα κάθε φορά.

Από τα μέχρι τώρα δεδομένα η μέγιστη περίοδος επώασης εκτιμάται 2-14 ημέρες(σε μερικές περιπτώσεις μπορεί να φτάσει και τις 20 μέρες).

Τα συμπτώματα μοιάζουν αυτά της σοβαρής λοίμωξης αναπνευστικού όπως για παράδειγμα **υψηλός πυρετός, δύσπνοια, ταχύπνοια και βήχας**.

Η κλινική εικόνα παρουσιάζει ευρεία διακύμανση, από την ήπια μορφή της νόσου που είναι η συνηθέστερη (~80% των περιστατικών) μέχρι την βαριά που δύνανται να οδηγήσει ακόμα και στο θάνατο (θνησιμότητα ~2%). Οι σοβαρές περιπτώσεις εκφράζονται με την κλινική εικόνα της βαριάς ιογενούς πνευμονίας, ARDS και του συνδρόμου πολυοργανικής ανεπάρκειας.

Ηλικιωμένοι και άτομα με υποκείμενα νοσήματα (όπως σακχαρώδη διαβήτη και καρδιαγγειακά νοσήματα) είναι περισσότερο ευάλωτοι στην εμφάνιση σοβαρής νόσου.

Δεν υπάρχει στοχευμένη φαρμακευτική αγωγή αλλά συμπτωματική. Κάθε ασθενής δύνανται να μολύνει 1,4 - 2,5 ευπαθή άτομα σύμφωνα μετά μέχρι τώρα στατιστικά δεδομένα.

Η πρόληψη της μετάδοσης της λοίμωξης είναι πολύ σημαντική. Ο 2019-nCoV προκαλεί αναπνευστική νόσο η οποία μπορεί να μεταδοθεί από άνθρωπο σε άνθρωπο, συνήθως κατόπιν στενής επαφής με ασθενή μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον ή σε χώρο παροχής φροντίδας υγείας, μέσω μικροσταγονιδίων που περιέχουν τον ιό.

Επί του παρόντος δεν υπάρχουν ειδικά μέτρα πρόληψης (πχ εμβόλιο) για τον συγκεκριμένο ιό. **Συνιστώνται τα γενικά μέτρα προφύλαξης που ισχύουν και για τις άλλες ιογενείς λοιμώξεις του αναπνευστικού. Συγκεκριμένα:**

1. **Αποφυγή στενής επαφής με άτομα που παρουσιάζουν συμπτώματα της νόσου** (πχ βήχας, φτέρνισμα) και έχουν πρόσφατα ταξιδέψει σε περιοχές υψηλού κινδύνου.
2. **Τήρηση των κανόνων υγιεινής των χεριών:**
Είναι απαραίτητο το τακτικό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι ή και με αλκοολούχο διάλυμα γιατί με αυτή τη διαδικασία σκοτώνεται ο ιός. Η χρήση απλών αντισηπτικών διαλυμάτων είναι αρκετή για την καταστροφή του. (Υπενθυμίζεται ότι η ύπαρξη διαφόρων κοσμημάτων και δαχτυλιδιών δεν διευκολύνει το αποτελεσματικό πλύσιμο των χεριών). Επισημαίνεται ότι η χρήση ιατρικής μάσκας από μόνη της δεν διασφαλίζει πλήρη προστασία και θα πρέπει να συνδυάζεται με τη λήψη και άλλων προστατευτικών μέτρων όπως είναι η σωστή υγιεινή των χεριών και η αποφυγή στενών επαφών. Πλένετε τα χέρια σας συχνά όταν φροντίζετε κάποιον που είναι ασθενής.
3. **Τήρηση των κανόνων υγιεινής του αναπνευστικού.**
Η τήρηση απόστασης ασφαλείας από ασθενείς είναι επιβεβλημένη, όπως και η κάλυψη της μύτης από τον ασθενή κατά τη διάρκεια του βήχα ή του φταρνίσματος.
Καλύψτε το στόμα σας με μαντήλι, το μανίκι σας ή τον λυγισμένο αγκώνα σας όταν βήχετε ή φταρνίζεστε. Πετάξτε το χρησιμοποιημένο μαντίλι σε κλειστό κάδο αμέσως μετά τη χρήση. Εφαρμόστε τα μέτρα υγιεινής των χεριών μετά από κάθε επαφή με εκκρίματα του αναπνευστικού. **Αποφύγετε να αγγίζετε με τα χέρια σας τη μύτη, το στόμα και τα μάτια.**
4. **Αερίστε συχνά τους κλειστούς χώρους** ειδικά όταν συγχρωτίζονται σε αυτούς πολλά άτομα.
5. **Συχνότερη καθαριότητα των χώρων και των επιφανειών.** Ο συγκεκριμένος κορωνοϊός φαίνεται ότι μπορεί να επιβιώσει μερικές ώρες στις διάφορες επιφάνειες. Σε χώρους και μέσα που συγχρωτίζονται πολλά άτομα θα πρέπει να καθαρίζονται συχνότερα με κάποιο αλκοολούχο ή διαλυμένο χλωριούχο διάλυμα.
6. Εάν διαπιστωθεί πυρετός, βήχας ή δυσκολία στην αναπνοή, θα πρέπει αναζητηθεί **άμεση ιατρική βοήθεια**. Ειδικά εάν υπάρχει ιστορικό ταξιδιού ή επαφής με ταξιδιώτη που έχει επισκεφθεί την Κίνα/Ιταλία. **Οι πολίτες θα πρέπει να επικοινωνούν με το θεράπων ιατρό τους για οδηγίες, να μη λάβουν αντιβιοτικά και καταρχήν να παραμένουν στο σπίτι τους, υπό τη στενή εποπτεία του ιατρού. Να επικοινωνούν με τον ΕΟΔΥ στο 1135 και στο τηλ. 210 5212054. Να αποφεύγεται η άμεση επίσκεψη στο Νοσοκομείο, παρά μόνο σε επείγουσα κατάσταση ή κατόπιν ειδικής διαδικασίας παραπομπής από το θεράπων ιατρό.**
7. **Καλό είναι να αποφεύγεται η άμεση επαφή με ζωντανά ζώα ή με επιφάνειες που έχουν έρθει σε επαφή με ζώα.** Επίσης, θα πρέπει να αποφευχθεί η κατανάλωση ωμών ή ατελώς μαγειρεμένων ζωικών προϊόντων.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να ενημερωθείτε από την ιστοσελίδα του ΕΟΔΥ (<https://eody.gov.gr/neos-koronaios-covid-19/>) όπου υπάρχουν αναλυτικές οδηγίες για ταξιδιώτες, πληρώματα πλοίων, σχολικές μονάδες, ξενοδοχεία, χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας, κλπ.

Υπενθυμίζεται ότι υπάρχει επιχειρησιακή ετοιμότητα, σχέδιο δράσης του Υπουργείου Υγείας και του ΕΟΔΥ για την αντιμετώπιση του κορωνοϊού και ορισμό του Πανεπιστημιακού Γ.Ν. Λάρισας ως νοσοκομείο αναφοράς για την περιοχή μας.

Με εκτίμηση,

ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΙΔΟΥ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΑ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ