

## ΛΗΨΗ ΜΕΤΡΩΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΙΟ SARS-COV-2

Κάθε ασθενής με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού (αιφνίδια έναρξη νόσου, με τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: βήχας, πυρετός, δύσπνοια) πρέπει να **αντιμετωπίζεται ως ενδεχόμενο κρούσμα COVID-19**. Στην περίπτωση αυτή, συστήνεται ο εργαζόμενος να επικοινωνήσει με τον οικογενειακό του ιατρό για ιατρική αξιολόγηση. **Φυσικά, για κανέναν λόγο δεν πρέπει να προσέρχεται στην εργασία του.**

### Οδηγίες για τον περιορισμό εξάπλωσης του Sars-cov-2

1. Ακύρωση η περιορισμός συναντήσεων, συναθροίσεων. Συνιστούνται εναλλακτικοί τρόποι εργασίας πχ τηλεδιασκέψεις. Αν πρέπει απαραίτητα να γίνει συνάντηση να είναι με λίγα άτομα με απόσταση 2 μέτρων ο ένας από τον άλλο και με καλό εξαερισμό του χώρου. Αμέσως μετά ενδελεχής καθαρισμός του χώρου με διάλυμα 1/10 χλωρίνης/νερό
2. Αναστολή των ταξιδιών στο εξωτερικό
3. Οργάνωση του χρόνου εργασίας με σκοπό την σταδιακή προσέλευση στο χώρο εργασίας, και στόχο την αποφυγή συνωστισμού στο χώρο εργασίας και στα ΜΜΜ
4. Χωροταξική διάταξη πχ απόσταση 2 μέτρων μεταξύ των εργαζομένων.
5. Περιορισμό χρήσης του κεντρικού κλιματισμού και συχνό εξαερισμό όλων των χώρων εργασίας με άνοιγμα των παραθύρων.
6. Εξ αποστάσεως εργασία όπου υπάρχει δυνατότητα
7. Εκ περιτροπής εργασία (πχ μια εβδομάδα 1-2 εργαζόμενοι ανά τμήμα, την επόμενη άλλοι εργαζόμενοι)
8. Συστηματικός καθαρισμός κοινοχρήστων χώρων
9. Αποφυγή προσέλευσης των τέκνων των εργαζομένων στο χώρο εργασίας
10. Όσοι επιστρέφουν από ταξίδι στο εξωτερικό, παραμένουν στην οικία τους για 14 ημέρες και δεν προσέρχονται στην εργασία

### Μέτρα υγιεινής

1. Αυστηρή τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής.
2. Παροχή αντισηπτικών, σαπουνι, μαντηλάκια εμπλουτισμένα με αλκοόλη κλπ σε όλους τους κοινοχρήστους χώρους και άμεση αναπλήρωση τους από τη Διεύθυνση Προμηθειών.
3. Όπου κρίνεται απαραίτητο παροχή Μ ΑΠ.
4. Όπου χρειάζεται, κάδοι με ποδοκίνητο καπάκι και σακούλα απορριμμάτων για την απόρριψη σκουπιδιών.

5. Αποφυγή επαφής με άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού.

### **Ευπαθείς ομάδες**

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα επιστημονικά δεδομένα για τη λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2, τα ηλικιωμένα άτομα καθώς και άτομα οποιασδήποτε ηλικίας με χρόνια υποκείμενα νοσήματα (**καρδιαγγειακά νοσήματα, νοσήματα του αναπνευστικού, σακχαρώδη διαβήτη**), **όσοι τελούν σε ανοσοκαταστολή και εγκυμονούσες** ανήκουν στις ομάδες υψηλού κινδύνου για εμφάνιση σοβαρής νόσου και επιπλοκών.

Κατά συνέπεια για αυτές τις ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού κρίνεται ιδιαίτερα αναγκαία η συστηματική εφαρμογή όλων των μέτρων για την πρόληψη της μετάδοσης και διασποράς του νέου κορωνοϊού, με έμφαση στα ακόλουθα:

- > Αποφυγή επαφής με άτομα με συμπτωματολογία λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος
- > Αποφυγή όλων των μη απαραίτητων ταξιδιών, ιδιαίτερα σε περιοχές ή χώρες με επιβεβαιωμένη μετάδοση του ιού στην κοινότητα
- > Εφαρμογή της υγιεινής των χεριών και αποφυγή επαφής των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα)
- > Συμμόρφωση στη χρόνια φαρμακευτική αγωγή που ενδεχομένως λαμβάνουν και στις οδηγίες των θεραπόντων ιατρών
- > Αποφυγή χώρων συγχρωτισμού και εκδηλώσεων εκτός αν είναι απαραίτητο
- > Άμεση επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος και ιατρική αξιολόγηση
- > Αποφυγή επισκέψεων σε νοσηλευόμενους ασθενείς
- > Αποφυγή επισκέψεων σε χώρους υπηρεσιών υγείας χωρίς σοβαρό λόγο.

Στα πλαίσια της προστασίας της υγείας των εργαζομένων θα πρέπει η εταιρεία να λάβει δραστικά μέτρα για όσους ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες. Ο αποτελεσματικότερος τρόπος προστασίας είναι η παραμονή τους στο σπίτι για όσο διάστημα κριθεί απαραίτητο και σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.

Η διαδικασία που θα μπορούσε να ακολουθηθεί σε περίπτωση εργαζόμενου που ανήκει στις ευπαθείς ομάδες, είναι η προσκόμιση μίας απλής υπεύθυνης δήλωσης, από κάθε εργαζόμενο που ανήκει στην ομάδα αυτή, που θα αναφέρει ότι:

1. Θα παραμείνει στο σπίτι του για όλο το επόμενο διάστημα σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.
2. ανήκει στις ευπαθείς ομάδες σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ
3. είναι υποχρεωμένος όταν επιστρέψει στην εργασία του, να προσκομίσει βεβαίωση από τον θεράποντα ιατρό ότι ανήκει στις ευπαθείς ομάδες σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.

Στην περίπτωση που συνεχίσει να εργάζεται θα πρέπει να γίνει τοποθέτηση του σε θέσεις backoffice και περιορισμό στο ελάχιστο της επαφής του με το κοινό.

### **Κρούσμα στο χώρο εργασίας**

1. Επικοινωνία με τον ΕΟΔΥ για λήψη οδηγιών.
2. Απολύμανση του χώρου εργασίας.

### **Χρήσιμοι Ορισμοί: Υποπτο κρούσμα (κριτήρια για εργαστηριακό έλεγχο)**

1. Ασθενείς με σοβαρή οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού που χρειάζονται νοσηλεία ή που νοσηλεύονται
2. Νοσηλευόμενοι ή φιλοξενούμενοι σε μονάδες ηλικιωμένων ή χρονίως πασχόντων με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού
3. Προσωπικό Υπηρεσιών Υγείας με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού
4. Ηλικιωμένοι ή άτομα με υποκείμενα χρόνια νοσήματα (π.χ. νοσήματα του αναπνευστικού, καρδιαγγειακά νοσήματα, σακχαρώδη διαβήτη, σοβαρή ανοσοκαταστολή) που εκδηλώνουν οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού.

### **Επιβεβαιωμένο κρούσμα**

Άτομο με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2, ανεξαρτήτως κλινικών συμπτωμάτων και σημείων.

Η Ιατρός Εργασίας

Δελγιαννίδου Τριανταφυλλιά