

Ανακοίνωση

Ενημέρωση για τον Κορωναϊό SARS-Cov-2

Τον Δεκέμβριο 2019, ανιχνεύθηκε στην πόλη Wuhan της Κίνας ένας νέος ιός με τροπισμό στο αναπνευστικό σύστημα. Ο νέος αυτός ιός ονομάστηκε **SARS-Cov-2** και η ασθένεια που προκαλεί Novel Coronavirus Disease 2019 (**COVID-19**). Μέχρι σήμερα έχει εξαπλωθεί σε περισσότερες από 60 χώρες παγκοσμίως.

Το Πανεπιστήμιο Κρήτης θεωρεί την υγεία των φοιτητών και των εργαζομένων του ως ύψιστη προτεραιότητα. Για αυτό και παίρνει την πρωτοβουλία να ενημερώσει την κοινότητα, ακολουθώντας τις συστάσεις και τις οδηγίες αναγνωρισμένων τοπικών, εθνικών και διεθνών φορέων και επιστημόνων ως προς τη διαχείριση κινδύνων που αφορούν την επιδημία. Καθώς οι ροές από την Ιταλία και άλλες χώρες συνεχίζονται, είναι πιθανόν να υπάρξουν άμεσα, μεσοπρόθεσμα ή μακροπρόθεσμα τέτοια περιστατικά. Το Πρυτανικό Συμβούλιο έχει επίσης λάβει μέριμνα για τα μέτρα που θα ληφθούν και τις συστάσεις που θα γίνουν σε μέλη του προσωπικού και φοιτητές που επιστρέφουν από την Ιταλία τις επόμενες ημέρες. Τέλος, το ίδρυμα έχει εξασφαλίσει την αγορά αντισηπτικών διαλυμάτων, που θα τοποθετηθούν σε πολλά σημεία της πανεπιστημιούπολης για να χρησιμοποιούνται από τους εργαζόμενους και τους φοιτητές.

Το κείμενο που ακολουθεί περιέχει στοιχεία που έχουν δοθεί από τον ΕΟΔΥ ο οποίος αποτελεί **αξιόπιστη πηγή πληροφόρησης** και για το κοινό. Οι πληροφορίες αυτές είναι ακριβείς μέχρι τη στιγμή της κοινοποίησης της παρούσης. Η επιμέλεια των οδηγιών έγινε από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κρήτης.

ΕΟΔΥ: ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΟΔΗΓΙΕΣ - ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

Τι είναι COVID-19 και τι SARS-CoV-2;

Ο νέος κορωνοϊός-2019 ονομάζεται τώρα SARS-CoV-2, ενώ η ασθένεια που προκαλεί ονομάζεται COVID-19. Ο ιός ανιχνεύθηκε πρώτη φορά το Δεκέμβριο του 2019 στην περιοχή Γουχάν της Κίνας και έκτοτε έως σήμερα έχει διασπαρεί σε περισσότερες από 60 χώρες σε όλο τον κόσμο. Αποτελεί ένα νέο στέλεχος κορωνοϊού που μέχρι τότε δεν είχε απομονωθεί στον άνθρωπο.

Ποιος είναι ο τρόπος μετάδοσης του ιού;

Ο SARS-CoV-2 μεταδίδεται κυρίως μέσω σταγονιδίων, που προέρχονται από τον σίελο, τις ρινικές εκκρίσεις ή τη βρογχική απόχρεμψη και παράγονται όταν ο ασθενής έρχεται σε στενή επαφή με τους άλλους, βήχει ή φτερνίζεται. Για την αποφυγή της μετάδοσης είναι πολύ σημαντική η εφαρμογή μέτρων ατομικής υγιεινής.

Πότε μια περίπτωση της νόσου θεωρείται περισσότερο μεταδοτική;

Ένα περιστατικό θεωρείται περισσότερο μεταδοτικό όταν εμφανίζει συμπτώματα, αλλά θα μπορούσε να είναι μεταδοτικό και στην ασυμπτωματική φάση. Δεν γνωρίζουμε το ποσοστό των ασυμπτωματικών κρουσμάτων, ούτε τον ακριβή ρόλο που παίζουν στη μετάδοση του SARS-CoV-2, πιθανολογείται όμως πως είναι μικρότερη από αυτήν των συμπτωματικών περιπτώσεων της νόσου.

Ποια είναι τα συμπτώματα της COVID-19 λοίμωξης;

Τα κύρια συμπτώματα της νόσου περιλαμβάνουν τα κατωτέρω: πυρετός, βήχας, πονόλαιμος, αρθραλγίες, μυαλγίες, καταβολή και δυσκολία στην αναπνοή.

Μπορεί ο COVID-19 να μεταδοθεί από άτομο που δεν εμφανίζει συμπτώματα;

Με βάση πρόσφατες αναφορές η μετάδοση του COVID-19 είναι πιθανή από άτομα που έχουν μολυνθεί από τον ιό, αλλά δεν εμφανίζουν ακόμα σοβαρά συμπτώματα. Παρόλα αυτά, σύμφωνα με τα έως τώρα δεδομένα, υπεύθυνα για την εξάπλωση του ιού είναι κυρίως τα άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα.

Πόσοι ασθενείς εμφανίζουν σοβαρή νόσο;

Οι περισσότεροι ασθενείς εμφανίζουν ήπια νόσο. Σε περίπτωση βαρύτερης νόσησης, ο ασθενής μπορεί να εμφανίσει σοβαρή πνευμονία και να χρειαστεί νοσηλεία σε νοσοκομείο.

Ποια άτομα κινδυνεύουν περισσότερο;

Τα άτομα που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου (π.χ. ηλικιωμένοι, καρδιοπαθείς, άτομα με σακχαρώδη διαβήτη, ηπατοπάθειες ή πνευμονοπάθειες) είναι πιθανότερο να εμφανίσουν σοβαρή νόσο.

Πότε πρέπει κάποιος να ελεγχθεί για COVID-19;

Εάν έχει :

Οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού (αιφνίδια έναρξη νόσου, με τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: πυρετό, βήχα, δύσπνοια), με ή χωρίς ανάγκη νοσηλείας

ΚΑΙ

Τουλάχιστον **ένα** από τα παρακάτω επιδημιολογικά κριτήρια, εντός των τελευταίων 14 ημερών πριν από την έναρξη των συμπτωμάτων:

- Στενή επαφή με πιθανό ή επιβεβαιωμένο κρούσμα λοίμωξης από

ή

- Ιστορικό ταξιδιού σε πληττόμενες από SARS-CoV-2 περιοχές με βάση τα τρέχοντα επιδημιολογικά δεδομένα

Κάθε ύποπτο κρούσμα θα πρέπει να υποβάλλεται ΑΜΕΣΑ σε εργαστηριακό έλεγχο για τον ιό SARS-CoV-2.

Σε αυτή την περίπτωση συστήνεται η άμεση επικοινωνία με τον **ΕΟΔΥ τηλ: 210.52.12.054** και όχι επίσκεψη σε χώρο παροχής υπηρεσιών υγείας χωρίς προηγούμενη ενημέρωση του ΕΟΔΥ.

Για περισσότερες πληροφορίες βλέπε δικτυακό τόπο: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/02/2019-ncov-orismos-kroysmatos-2.pdf>

Ποιος είναι ο χρόνος επώασης;

Ο χρόνος επώασης ενός ιού είναι το χρονικό διάστημα ανάμεσα στην μόλυνση από τον ιό και την έναρξη εμφάνισης συμπτωμάτων. Με βάση τα διαθέσιμα δεδομένα, ο χρόνος επώασης του COVID-19 υπολογίζεται σε 2-11 ημέρες, με απώτατο όριο τις 14 ημέρες, λαμβάνοντας υπόψη και τις διαθέσιμες πληροφορίες σχετικά με άλλους κορωνοϊούς, όπως είναι ο MERS-CoV και ο SARS-CoV.

Πώς μπορώ να προφυλαχθώ από το COVID-19;

Γενικά προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς ιών του αναπνευστικού, περιλαμβανομένου του νέου κορωνοϊού SARS-CoV-2, αναφέρονται κατωτέρω:

Οδηγίες ατομικής υγιεινής στο περιβάλλον εκπαιδευτικών μονάδων

- Παραμονή κατ' οίκο και αποχή από την παρακολούθηση μαθημάτων ή την εργασία οποιουδήποτε ατόμου εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού.
- Αποφυγή στενής επαφής, εφόσον αυτό είναι δυνατό, οποιοδήποτε άτομο εμφανίζει συμπτώματα από το αναπνευστικό, όπως βήχα ή πταρμό.
- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης.
- Αποφυγή κοινής χρήσης των μολυβιών, των στυλό, των μαρκαδόρων και άλλων προσωπικών αντικειμένων.

- Σε βήχα ή φτέρνισμα, κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντηλου στους κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών.
- Απαγορεύεται οι φοιτητές να πίνουν νερό απευθείας από τη βρύση με το στόμα.
- Τακτικό και επιμελές πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20'', πριν τη λήψη τροφής και μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα, και προσεκτικό στέγνωμα χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης και απόρριψή τους στους κάδους απορριμμάτων.
- Εναλλακτικά του πλυσίματος χεριών, μπορεί να εφαρμοστεί καλό τρίψιμο των χεριών με αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα ή χαρτομάντιλα με αλκοόλη. Το μπουκάλι με το αλκοολούχο διάλυμα να βρίσκεται κοντά στην έξοδο της αίθουσας διδασκαλίας και να χρησιμοποιείται υπό την εποπτεία του εκπαιδευτικού της τάξης.

Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης:

- Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων κυρίως στα διαλείμματα.
- Πέρα από τις συνήθεις εργασίες καθαρισμού, συχνός καθαρισμός των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, βρύσες κλπ) με κοινά καθαριστικά, δηλαδή υγρό σαπούνι και νερό, ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης 10% (1 μέρος οικιακής χλωρίνης αραιωμένο σε 10 μέρη νερό) ή αλκοολούχο αντισηπτικό.
- Οι εργασίες καθαρισμού να γίνονται με χρήση γαντιών και στολή εργασίας και τα γάντια, μετά τη χρήση τους, να απορρίπτονται.
- Η χρήση γαντιών μιας χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το πλύσιμο των χεριών. Επισημαίνεται ότι οι παρούσες οδηγίες έχουν συνταχθεί με βάση τα διαθέσιμα επιδημιολογικά δεδομένα και ενδέχεται να τροποποιηθούν, καθώς εξελίσσεται η επιδημία.

Πόσο καιρό επιβιώνει ο ιός στις επιφάνειες;

Δεν είναι γνωστό πόσο χρονικό διάστημα ο COVID-19 μπορεί να επιβιώσει στις επιφάνειες, ωστόσο σύμφωνα με τα τελευταία δεδομένα, ο καινούργιος κορωνοϊός μπορεί να επιβιώσει μερικές ώρες. Η χρήση απλών αντισηπτικών διαλυμάτων είναι αρκετή για την καταστροφή του ιού στις επιφάνειες.

Τι να κάνω εάν έχω στενή επαφή με κάποιον που υποψιάζομαι πως έχει COVID-19;

Επικοινωνήστε με τον ΕΟΔΥ στο [τηλ: 210.52.12.054](tel:210.52.12.054) και μην πραγματοποιήσετε επίσκεψη σε χώρο παροχής υπηρεσιών υγείας χωρίς πρότερη ενημέρωση του ΕΟΔΥ.

Μπορεί η μάσκα να με προστατεύσει αποτελεσματικά από το COVID-19;

Η χρήση μάσκας εμποδίζει τη μετάδοση της νόσου από αυτούς που είναι άρρωστοι στους υπόλοιπους. Πρέπει να χρησιμοποιείται από άτομα που νοσούν, από άτομα που φροντίζουν ασθενείς και από επαγγελματίες υγείας. **Δεν συστήνεται η χρήση της στον υγιή πληθυσμό.**

Εφιστάται η προσοχή: Ο πανικός είναι κάκιστος σύμβουλος, αλλά η γνώση των πραγμάτων και η εγρήγορση αναγκαία.