

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ



ΟΔΗΓΙΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ
ΛΟΙΜΩΞΗΣ ΑΠΟ ΚΟΡΟΝΟΪΟ
SARS-COV-2 ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



ΜΑΡΤΙΟΣ 2020

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Θειρσίου 6, Αθήνα ΤΚ.10445 Τηλ : 6973022088, 6946982442

www.iatrikiergasias.gr

ΟΔΗΓΙΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΛΟΙΜΩΞΗΣ ΑΠΟ ΚΟΡΟΝΟΪΟ SARS-CoV-2 ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Συγγραφική Ομάδα

Κόττας Σπυρίδων, Θανασιάς Ευθύμιος, Νταβέλος Αθανάσιος, Πανταζή Ευγενία,
Ειδικοί Ιατροί Εργασίας

Τσιάκαλος Αριστοτέλης, *Παθολόγος-Λοιμωξιολόγος*

28/03/2020

*Οι παρακάτω οδηγίες ανανεώνονται ανάλογα με την εξέλιξη της πανδημίας και τις νέες
υπουργικές αποφάσεις και συστάσεις των ειδικών.*

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ – ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ SARS-coV-2 ΚΑΙ ΤΗ ΛΟΙΜΩΞΗ COVID-19
2. ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΣΧΕΔΙΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΑΠΟ ΛΟΙΜΩΔΗ ΝΟΣΗΜΑΤΑ
3. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ
4. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΕΡΓΟΔΟΤΕΣ
5. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΕΜΦΑΝΙΖΟΥΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΕΚΤΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
6. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΕΜΦΑΝΙΣΑΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ
7. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΥΠΟΠΤΩΝ ΕΠΑΦΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ
8. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ - ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ & ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
9. ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΑΠΟ COVID-19
10. ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι: ΕΥΠΑΘΕΙΣ ΟΜΑΔΕΣ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ: ΟΞΕΙΑ ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ: ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙV: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΙΣΟΔΟΥ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ V: ΟΔΗΓΙΕΣ ΕΟΔΥ

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ – ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ SARS-CoV-2 ΚΑΙ ΤΗ ΛΟΙΜΩΞΗ COVID-19

Στα τέλη του 2019, **ένα νέο στέλεχος κορονοϊού** αναγνωρίστηκε ως αίτιο κρουσμάτων πνευμονίας στο Wuhan, μια πόλη της επαρχίας Hubei, στην Κίνα. Η μετάδοση του ιού υπήρξε ραγδαία και οδήγησε αρχικώς σε **επιδημία** σε όλη την Κίνα, στη συνέχεια εξαπλώθηκε παγκοσμίως, πλήττοντας πλέον σχεδόν όλες τις ηπείρους. Ο ιός μπορεί να μεταδοθεί από μολυσμένα ζώα (το πιθανότερο σενάριο είναι πως ξεκίνησε από την κατανάλωση άγριων ζώων στην Κίνα), αλλά επίσης είναι δυνατή η μετάδοση από άνθρωπο σε άνθρωπο. Όπως κάθε άλλος ιός του αναπνευστικού, **μεταδίδεται μέσω σταγονιδίων** που βγαίνουν από το στόμα των μολυσμένων ατόμων κατά την ομιλία, τον βήχα και το φτέρνισμα. Ο ιός μπορεί να επιβιώσει στο περιβάλλον από μερικές ώρες μέχρι και μερικές ημέρες (ανάλογα με την επιφάνεια και τις περιβαλλοντολογικές συνθήκες), ενώ πιθανός τρόπος μετάδοσης θεωρείται το άγγιγμα μιας μολυσμένης επιφάνειας και στη συνέχεια το άγγιγμα των ματιών ή του στόματος.

Οι άνθρωποι που μολύνονται από τον κορονοϊό SARS-CoV-2 μπορεί να εμφανίσουν πυρετό, βήχα, δύσπνοια (δυσκολία στην αναπνοή), να αισθάνονται κουρασμένοι και να έχουν μυϊκούς πόνους. Διαταραχές στην όσφρηση και στη γεύση επίσης έχουν αναφερθεί. Τα προβλήματα με την αναπνοή συμβαίνουν όταν η λοίμωξη προσβάλλει τους πνεύμονες, προκαλώντας πνευμονία. **Τα συμπτώματα συνήθως εμφανίζονται λίγες ημέρες μετά τη λοίμωξη με τον ιό, στις περισσότερες περιπτώσεις αυτό το χρονικό διάστημα είναι 3-7 ημέρες (μέσος όρος 5,2 ημέρες) μετά την έκθεση.** Όμως, σε κάποιους ανθρώπους τα συμπτώματα εμφανίζονται μετά από μεγαλύτερο διάστημα (έως και 14 ημέρες).

Συνήθως πρόκειται για μια ήπια νόσο και το 98% των ανθρώπων που μολύνονται επιβιώνουν. Η πλειονότητα των περιπτώσεων (>80%) είναι ήπιες (με λίγα συμπτώματα, όμοια του κοινού κρυολογήματος) και μπορούν να αναρρώσουν στο σπίτι. Όμως σε κάποιες περιπτώσεις, προκαλείται σοβαρή νόσος (περίπου στο 15%) και σε ένα μικρότερο ποσοστό (περίπου στο 5%) πολύ σοβαρή νόσος. Κάποιοι άνθρωποι δεν εμφανίζουν καθόλου συμπτώματα, ή έχουν μόνο ήπια συμπτώματα κοινού κρυολογήματος. **Σε άλλους ανθρώπους, η λοίμωξη με τον COVID-19 μπορεί να προκαλέσει σοβαρά προβλήματα, όπως πνευμονία ή ακόμα και θάνατο.** Αυτό συμβαίνει συχνότερα σε ανθρώπους που έχουν κι άλλα προβλήματα σοβαρά προβλήματα υγείας και στους ηλικιωμένους.

Τα επιστημονικά δεδομένα και η κατανόηση αυτού του νεότερου κορονοϊού SARS-CoV-2 και της νόσου (COVID-19) που προκαλεί, βρίσκονται ακόμη υπό εξέλιξη.

2. ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΣΧΕΔΙΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ ΑΠΟ ΛΟΙΜΩΔΗ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

1. Προσδιορίστε τους κινδύνους που σχετίζονται με την εργασία και τους κινδύνους για την υγεία των υπαλλήλων σας, περιλαμβανομένης και της απειλής από την έκθεση στον COVID-19.
2. Επανεξετάστε τις πολιτικές ανθρώπινου δυναμικού ώστε να διασφαλιστεί ότι οι πολιτικές και οι πρακτικές είναι σύμφωνες με τις συστάσεις των επίσημων φορέων δημόσιας υγείας.
3. Ελαχιστοποιήστε την έκθεση μεταξύ των εργαζομένων αλλά και μεταξύ των εργαζομένων και του κοινού.
4. Εξετάστε και καθορίστε πολιτικές και πρακτικές, όπως εργασία από το σπίτι - τηλεργασία και ευέλικτες ώρες εργασίας (π.χ. κλιμακωτές βάρδιες) για να αυξήσετε τη φυσική απόσταση μεταξύ των εργαζομένων.
5. Βεβαιωθείτε ότι διαθέτετε την τεχνολογία και την υποδομή που απαιτείται για να υποστηρίξετε πολλούς υπαλλήλους που μπορεί να εργάζονται από το σπίτι.
6. Προσδιορίστε τις βασικές επιχειρηματικές λειτουργίες, τις βασικές εργασίες ή τους ρόλους και τα κρίσιμα στοιχεία στις αλυσίδες εφοδιασμού σας (π.χ. πρώτες ύλες, προμηθευτές, υπηρεσίες/προϊόντα υπερβολάβου και υλικοτεχνική υποστήριξη) που απαιτούνται για τη διατήρηση των επιχειρηματικών δραστηριοτήτων. Σχεδιάστε τον τρόπο με τον οποίο θα λειτουργήσει η επιχείρησή σας εάν υπάρχει αυξανόμενη απουσία ή οι εν λόγω αλυσίδες εφοδιασμού διακόπτονται.
7. Δημιουργήστε μια διαδικασία μετάδοσης πληροφοριών στους υπαλλήλους και τους επιχειρηματικούς συνεργάτες σχετικά με τα σχέδια απόκρισης των μολυσματικών ασθενειών και τις τελευταίες πληροφορίες για τον COVID-19. Προβλέψτε τον φόβο των εργαζομένων, το άγχος, τις φήμες και την παραπληροφόρηση και σχεδιάστε τον τρόπο επικοινωνίας ανάλογα.
8. Ορίστε σαφώς τις διαδικασίες της εταιρείας για την ενεργοποίηση και τον τερματισμό του σχεδίου αντιμετώπισης πανδημίας από τις λοιμώδεις νόσους ανάλογα με την μεταβολή των επιχειρηματικών δραστηριοτήτων ανά περιοχή (π.χ. ενδεχόμενη αλλαγή ή κλείσιμο επιχειρήσεων σε πληγείσες περιοχές) και μεταφορά επιχειρηματικών γνώσεων σε βασικούς υπαλλήλους.
9. Εξετάστε το ενδεχόμενο ακύρωσης μη βασικών επαγγελματικών ταξιδιών σε άλλες χώρες ανά γεωγραφικό προορισμό. Περιορισμοί ταξιδιού μπορούν να τεθούν σε ισχύ από άλλες χώρες, οι οποίοι ενδέχεται να περιορίσουν την ικανότητα των εργαζομένων να επιστρέψουν στην πατρίδα τους εάν αρρωστήσουν ενώ βρίσκονται σε καθεστώς ταξιδιού. Εξετάστε το ενδεχόμενο ακύρωσης μεγάλων συναντήσεων ή γεγονότων που σχετίζονται με την εργασία.

3. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ

Οι εργαζόμενοι εισέρχονται στους χώρους εργασίας όταν:

1. ΔΕΝ εμφανίζουν συμπτώματα οξείας λοίμωξης αναπνευστικού (βήχα, πυρετό, πονόλαιμο, ρινική καταρροή, δύσπνοια)
2. ΔΕΝ αποτελούν στενή επαφή επιβεβαιωμένου κρούσματος Covid-19 (ΔΕΝ βρίσκονται στο χρονικό διάστημα απομόνωσης για 14 ημέρες)
3. ΔΕΝ ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες καθ' υπόδειξη του θεράποντος ιατρού
4. ΔΕΝ υπάρχει σοβαρό πρόβλημα υγείας που καθιστά επικίνδυνη την άσκηση των καθηκόντων τους

Συστάσεις εντός χώρου εργασίας:

1. Αυστηρή τήρηση όλων των κανόνων υγιεινής
 - ✓ Πλένουμε τα χέρια μας τακτικά και σχολαστικά με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα και αποφεύγουμε την επαφή των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).
 - ✓ Καλύπτουμε τον βήχα ή το φτέρνισμα με χαρτομάντιλο το οποίο απορρίπτουμε άμεσα στα απορρίμματα. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, καλύπτουμε με το εσωτερικό του αγκώνα.
2. Χρήση των μέσων ατομικής προστασίας (μάσκα, γάντια)
3. Αποφυγή επαφών και συναθροίσεων με άλλους εργαζόμενους, διατήρηση αποστάσεων αν είναι δυνατόν >2μ από το συνάδελφο τους.
4. Ενημέρωση των ανωτέρων για τον τόπο και χρόνο εργασίας τους
5. Χρήση του ιατρείου εργασίας:
 - για σοβαρό και επείγον λόγο
 - να προηγείται τηλεφωνική επικοινωνία

Γενικές συστάσεις σε περίπτωση λοίμωξης του αναπνευστικού:

1. παραμονή στο σπίτι
2. επί υποψίας νόσου, καθημερινή παρακολούθηση της υγείας τους
3. καθημερινή θερμομέτρηση (τρεις φορές την ημέρα) και καταγραφή των μετρήσεων
4. αποφυγή κοινωνικών συναναστροφών
5. αποφυγή επαφών με ευπαθείς ομάδες
6. τήρηση όλων των κανόνων υγιεινής και κυρίως
 - τακτικό πλύσιμο των χεριών
 - απολύμανση των επιφανειών και των κινητών
 - καλό αερισμό των χώρων
 - αποφυγή χρήσης μετρητών

4. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΕΡΓΟΔΟΤΕΣ

Στα πλαίσια της πρόληψης και προαγωγής υγείας των εργαζομένων, οι επιχειρήσεις καλούνται να λάβουν τα ακόλουθα μέτρα:

1. Σύσταση για απομάκρυνση των ευπαθών ομάδων από την εργασία ή, εάν είναι εφικτό, τροποποίηση των καθηκόντων τους καθ' υπόδειξη του ιατρού εργασίας ώστε να μην κινδυνεύσει η υγεία τους
2. Απομάκρυνση εργαζομένων με συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού
3. Δυνατότητα ευέλικτου σχεδιασμού διαχείρισης ειδικών αδειών και αναρρωτικών
4. Λειτουργία με το ελάχιστο δυνατό προσωπικό
5. Δυνατότητα εργασιών σε βάρδιες (προτείνεται εβδομαδιαία εναλλαγή), κατά τέτοιο τρόπο ώστε ανάμεσα στις βάρδιες να μεσολαβεί ικανός χρόνος για σχολαστικό καθαρισμό, με τα κατάλληλα μέσα, των κοινών εργαλείων, μέσων ή οχημάτων)
6. Αποφυγή άμεσης επαφής με το ευρύ κοινό, περιορισμός συναλλαγών με το κοινό στο ελάχιστο δυνατό
7. Αποφυγή συνάθροισης εργαζομένων, ειδικά σε κλειστούς χώρους
8. Σύσταση για τηλεργασία και εργασία από το σπίτι
9. Διακοπή εργασιών και κλείσιμο κτηρίων μη απαραίτητων για την παραγωγική διαδικασία όπως κυλικεία, εστιατόρια, γυμναστήρια, συνεδριακοί χώροι
10. Διακοπή εκπαιδευτικών σεμιναρίων, εκδηλώσεων, ταξιδιών και περιορισμός μετακινήσεων των εργαζομένων
11. Διαχωρισμός εργαζομένων ει δυνατόν σε ομάδες που δεν συναντιόνται μεταξύ τους στον ίδιο εργασιακό χώρο και χρόνο
12. Συχνός καθαρισμός και απολύμανση επιφανειών
13. Συχνός αερισμός εργασιακών χώρων
14. Αποφυγή χρήσης κλιματιστικών, καθαρισμός φίλτρων
15. Εξασφάλιση όλων των μέσων ατομικής προστασίας (μάσκες, γάντια)
16. Προμήθεια και χρήση αντισηπτικών διαλυμάτων χεριών
17. Ενημερωτικά φυλλάδια για την πανδημία του Covid-19
18. Έλεγχος των επισκεπτών με χρήση ειδικού ερωτηματολογίου και τήρηση του σχετικού αρχείου (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ IV)
19. Ορισμός υπεύθυνου με αποκλειστικό αντικείμενο την προστασία των εργαζομένων από την επιδημία

5. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΕΜΦΑΝΙΖΟΥΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΕΚΤΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Εργαζόμενοι που εμφανίζουν ήπια συμπτώματα οξείας λοίμωξης αναπνευστικού (όπως καταρροή, πταρμός, δεκατική πυρετική κίνηση, μυϊκή αδυναμία):

1. Δεν προσέρχονται στην εργασία
2. Ειδοποιούν τον προϊστάμενό τους
3. Ειδοποιείται ο Ιατρός Εργασίας της επιχείρησης
4. Επικοινωνούν με το θεράποντα ιατρό τους και λαμβάνουν οδηγίες
5. Επιστρέφουν στην εργασία τους μόνο όταν:
 - **Είναι 7ημέρες ελεύθεροι συμπτωμάτων***
 - **Έχουν αναρρώσει πλήρως και είναι ικανοί προς εργασία**

Σε επιδείνωση ή εμμονή των συμπτωμάτων αναζητούν ιατρική εξέταση λαμβάνοντας προληπτικά μέτρα μη διασποράς της νόσου (μάσκα, γάντια).

B. Εργαζόμενοι που εμφανίζουν πυρετό, βήχα ή και δυσκολία στην αναπνοή:

1. Δεν προσέρχονται στην εργασία
2. Ειδοποιούν τον προϊστάμενό τους
3. Ειδοποιείται ο Ιατρός Εργασίας της επιχείρησης
4. Αναζητούν άμεσα ιατρική βοήθεια
5. Επικοινωνούν με τον ΕΟΔΥ και λαμβάνουν οδηγίες (εργαστηριακός έλεγχος για COVID-19 σύμφωνα με τις οδηγίες και τα εκάστοτε κριτήρια του ΕΟΔΥ)
6. Υποχρεωτική ενημέρωση του ιατρού εργασίας σε επιβεβαίωση κρούσματος.
7. Επιστρέφουν στην εργασία τους μόνο όταν:
 - **Είναι 7ημέρες ελεύθεροι συμπτωμάτων***
 - **Έχουν αναρρώσει πλήρως και είναι ικανοί προς εργασία**
 - **Έχουν συμπληρώσει διάστημα 14ημερών απομόνωσης (αν έχουν λάβει σχετική οδηγία από τον ΕΟΔΥ) και δεν έχουν εμφανίσει συμπτώματα**.**

**Δεν υπάρχει επίσημο και ασφαλές χρονικό όριο επιστροφής στην εργασία μετά την εκδήλωση της νόσου. Οι 7 ημέρες χωρίς συμπτώματα είναι ένα σχετικά ασφαλές όριο και ενδέχεται να τροποποιηθεί.*

***Οι 14 μέρες αφορούν περίοδο επώασης, δηλαδή τον μέγιστο χρόνο από την έκθεση στον ιό μέχρι την εκδήλωση νόσου. Η νόσος μπορεί να ξεκινήσει με πολύ ήπια συμπτώματα αλλά μία εβδομάδα μετά, να εκδηλωθεί με βαριά συμπτωματολογία και κλινική εικόνα πνευμονίας (πυρετός, βήχας, δύσπνοια).*

6. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΕΜΦΑΝΙΣΑΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Όλοι οι εργαζόμενοι με οξεία εμφάνιση συμπτωμάτων λοίμωξης αναπνευστικού:

- Απομονώνονται από τους υπόλοιπους εργαζόμενους
- Ειδοποιούν τον προϊστάμενό τους
- Ειδοποιείται ο Ιατρός Εργασίας της επιχείρησης
- Αποχωρούν άμεσα από την εργασία
- Ακολουθούν τις παραπάνω οδηγίες (παράγραφος 5) και τις οδηγίες του θεράποντα ιατρού τους

A. Εργαζόμενοι που δεν εμφανίζουν βαριά συμπτωματολογία (χωρίς δυσκολία στην αναπνοή ή απώλεια συνείδησης ή άλλη βαριά κλινική εικόνα):

1. Αποφεύγουν την επαφή με τους άλλους εργαζόμενους
2. Αποχωρούν με δικό τους ιδιωτικό μέσο (όχι χρήση μέσων μαζικής κυκλοφορίας)
3. Εάν δεν έχουν, μεταφέρονται με υπηρεσιακό όχημα ή άλλο όχημα. Φέρουν μάσκα μιας χρήσης, απόσταση τουλάχιστον ενός μέτρου από τον οδηγό
4. Γίνεται απολύμανση όλων των επιφανειών και χώρων του εργαζόμενου με διάλυμα χλωρίνης ή και με αλκοολούχο αντισηπτικό.
5. Εφαρμόζεται καλός αερισμός των εργασιακών χώρων

B. Εργαζόμενοι που χρήζουν επείγουσας ιατρικής αντιμετώπισης (δυσκολία στην αναπνοή, απώλεια συνείδησης, βαριά κλινική εικόνα):

1. Ενημερώνεται το ιατρείο
2. Επικοινωνία με ΕΟΔΥ για λήψη περαιτέρω οδηγιών, ο ασθενής μεταφέρεται άμεσα με ασθενοφόρο ή σύμφωνα με οδηγίες του ΕΟΔΥ
3. Τηρούνται όλα τα μέτρα ατομικής προστασίας των οδηγών και νοσηλευτών
4. Γίνεται απολύμανση όλων των επιφανειών και χώρων (χρήση 0,5% υποχλωριώδους νατρίου δηλ. αραιώση 1:10 αν χρησιμοποιείται οικιακή χλωρίνη αρχικής συγκέντρωσης 5%, μετά από τον καθαρισμό με ουδέτερο απορρυπαντικό. Για επιφάνειες που είναι πιθανόν να καταστραφούν από τη χρήση υποχλωριώδους νατρίου, μπορεί να χρησιμοποιηθεί αιθανόλη συγκέντρωσης 70% κατόπιν καθαρισμού με ουδέτερο απορρυπαντικό).
5. Εφαρμόζεται καλός αερισμός των εργασιακών χώρων

7. ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΥΠΟΠΤΩΝ ΕΠΑΦΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Εργαζόμενος που ήρθε σε **στενή επαφή*** με εργαζόμενο που εμφάνισε συμπτώματα οξείας λοίμωξης αναπνευστικού

1. Αποχωρεί άμεσα από την εργασία
2. Παραμένει σε απομόνωση στο σπίτι του
3. Παρακολουθεί την υγεία του **για 14 ημέρες**
 - Σε **μη** εκδήλωση συμπτωμάτων επιστρέφει στην εργασία του
 - Σε εκδήλωση συμπτωμάτων ακολουθείται το σχέδιο της παραγράφου 5 από την ημερομηνία έναρξης των συμπτωμάτων.

*Σε κρίσιμους τομείς της παραγωγής με κίνδυνο διακοπής λειτουργίας τους, οι επαφές των πιθανών κρουσμάτων μπορούν να απομονωθούν για **7 ημέρες** αντί 14 (μετά και από σύμφωνη γνώμη του ΕΟΔΥ). Με την επιστροφή του λαμβάνει υποχρεωτικά μέτρα προστασίας (μάσκα γάντια) μέχρι τη συμπλήρωση 14 ημερών.

Η συγκεκριμένη τακτική εφαρμόζεται στα νοσοκομεία από 17/03/2020 λόγω

- αδυναμίας διακοπής λειτουργίας τους
- εκδήλωσης συμπτωμάτων στις πρώτες 5 με 7 ημέρες από την επαφή στην πλειοψηφία των περιπτώσεων

Σε κάθε περίπτωση, το μέγιστο επίπεδο ασφάλειας, παραμένουν οι 14 ημέρες, ειδικά εάν πρόκειται για παρατεταμένη κοντινή επαφή, χωρίς την χρήση μέσων ατομικής προστασίας (γάντια, μάσκα) και χωρίς την εφαρμογή περιβαλλοντικών κανόνων υγιεινής (καθαρισμός, απολύμανση επιφανειών).

Εργαζόμενος που διαχειρίστηκε ύποπτο κρούσμα (οδηγός, νοσηλευτής, συνάδελφος) και τήρησε όλα τα μέσα ατομικής προστασίας (γυαλιά, φόρμα, μάσκα, γάντια μιας χρήσης) και τις οδηγίες που του έχουν δοθεί, θεωρείται χαμηλού κινδύνου για εκδήλωση νόσου.

Εργαζόμενος με μικρή διάρκεια (<15 λεπτά) ή και μεγάλη απόσταση επαφής (>2 μέτρα) θεωρείται χαμηλού κινδύνου για εκδήλωση νόσου.

Οι περιβαλλοντικοί κανόνες υγιεινής μειώνουν την επικινδυνότητα μετάδοσης νόσου.

Τα αυστηρά μέτρα υγιεινής του προσωπικού μειώνουν περαιτέρω την επικινδυνότητα.

() βλέπε παράρτημα III : Ορισμός στενής επαφής*

8. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ - ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ & ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ ΧΩΡΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

1. Χωροταξικός σχεδιασμός θέσεων εργασίας σύμφωνα με τις οδηγίες του Ιατρού Εργασίας και του Τεχνικού ασφαλείας για να τηρούνται οι αποστάσεις (ιδανικά >2m) μεταξύ των εργαζομένων
2. Οι νιπτήρες και οι τουαλέτες να διαθέτουν υγρό σαπούνι και χειροπετσέτες μιας χρήσης
3. Οι κάδοι απορριμμάτων να είναι ποδοκίνητοι και να περιέχουν σακούλα μιας χρήσης που κλείνει ερμητικά
4. Συχνός καθαρισμός αντικειμένων όπως πληκτρολόγιο, ποντίκι, ηλεκτρονικοί υπολογιστές, κλπ.
5. Έλεγχος συστήματος ύδρευσης αποχέτευσης
6. Έλεγχος κλιματιστικών και αλλαγή φίλτρων. Να αποφεύγεται η χρήση των κλιματιστικών και των συστημάτων εξαερισμού.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ ΣΕ ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ Ή ΣΕ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ

Πότε και πως πρέπει να κάνουμε καθαρισμό και απολύμανση στους χώρους εργασίας

Ως καθαρισμό ενός εργασιακού χώρου ορίζουμε την απομάκρυνση κάθε βρωμιάς, όπως λόγω χάρη της σκόνης, υπολειμμάτων τροφών ή ξένων σωμάτων, που προκαλούν αύξηση των μικροοργανισμών. Ως απολύμανση ορίζεται η μείωση του αριθμού των μικροοργανισμών, που είναι ζωντανά κύτταρα. Με την καθαριότητα και απολύμανση των χώρων εργασίας, βελτιώνεται το περιβάλλον εργασίας και μειώνονται οι επιμολύνσεις, καθώς και η ανάπτυξη μικροβιακών και άλλων σχετικών κινδύνων.

"Οδηγίες για τον έκτακτο καθαρισμό χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κορονοϊό "

Λόγω της πιθανής επιβίωσης του ιού SARS-CoV-2 στο περιβάλλον για αρκετές ημέρες, οι χώροι και οι περιοχές που έχουν πιθανά μολυνθεί από τον ιό πρέπει να απολυμαίνονται πριν την επαναχρησιμοποίησή τους. Παρ' ότι δεν υπάρχουν ακόμα επαρκή δεδομένα για την αποτελεσματικότητα των διάφορων απολυμαντικών μέσω κατά του συγκεκριμένου ιού, είναι απαραίτητη η χρήση προϊόντων που περιέχουν αντιμικροβιακούς παράγοντες αποτελεσματικούς κατά των κορονοϊών.

Ο νέος κορονοϊός (SARS-CoV-2), είναι ένας RNA ιός που μεταδίδεται κυρίως μέσω μεγάλων αναπνευστικών σταγονιδίων και επαφής, αλλά ενδεχομένως να υπάρχουν

και άλλοι τρόποι μετάδοσης. Ο χρόνος επιβίωσης και οι συνθήκες που επηρεάζουν την επιβίωση του SARS-CoV-2 στο περιβάλλον είναι αυτή τη στιγμή άγνωστες, ωστόσο σύμφωνα με μελέτες που εκτιμούν την σταθερότητα άλλων κορονοϊών, εκτιμάται ότι ο SARS-CoV-2 μπορεί να επιβιώσει αρκετές ημέρες στο περιβάλλον πάνω σε διαφορετικές επιφάνειες.

Παρακάτω αναφέρονται οδηγίες για δύο περιπτώσεις: 1) οδηγίες για τον περιοδικό καθαρισμό των χώρων εργασίας, χωρίς να υπάρχει υποψία ότι έχει μολυνθεί από τον SARS CoV-2 και 2) οδηγίες για τον έκτακτο καθαρισμό χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κορονοϊό, δηλαδή χώρου στον οποίο κινήθηκε ύποπτο, στενό ή επιβεβαιωμένο κρούσμα. Και στις δύο περιπτώσεις, αφήστε το καθαριστικό ή/ και απολυμαντικό που έχει χρησιμοποιηθεί να στεγνώσει στο φυσικό αέρα και ακολουθήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή.

1. Οδηγίες για τον περιοδικό καθαρισμό των χώρων εργασίας

Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων ανά τακτά χρονικά διαστήματα.

- Χρήση γαντιών μιας χρήσης και στολής εργασίας από το προσωπικό καθαριότητας. 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 μιας χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το πλύσιμο των χεριών.

- Σχολαστική εφαρμογή των τυπικών εργασιών καθαρισμού, δίνοντας έμφαση στο συχνό καθαρισμό των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, ανελκυστήρες, διακόπτες, 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 πλαστικές σακούλες των κάδων, όταν γεμίζουν, πρέπει να δένονται σφικτά και να απομακρύνονται αμέσως.

2. Οδηγίες για τον έκτακτο καθαρισμό χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κοροναϊό

Λόγω της πιθανής επιβίωσης του ιού SARS-CoV-2 στο περιβάλλον για αρκετές ημέρες, οι χώροι και οι περιοχές που έχουν πιθανά μολυνθεί από τον ιό πρέπει να απολυμαίνονται πριν την επαναχρησιμοποίησή τους. Παρ' ότι δεν υπάρχουν ακόμα επαρκή δεδομένα για την αποτελεσματικότητα των διάφορων απολυμαντικών μέσων κατά του συγκεκριμένου ιού, είναι απαραίτητη η χρήση προϊόντων που περιέχουν αντιμικροβιακούς παράγοντες αποτελεσματικούς κατά των κοροναϊών. Αρκετοί αντιμικροβιακοί παράγοντες έχουν ελεγχθεί κατά διαφόρων κορονοϊών (Παρακάτω Πίνακας). Κάποια από τα ενεργά συστατικά, π.χ. το υποχλωριώδες νάτριο (που

περιέχεται στην οικιακή χλωρίνη) και η αιθανόλη, χρησιμοποιούνται ευρέως σε μη υγειονομικές και μη εργαστηριακές μονάδες.

Αντιμικροβιακοί παράγοντες με αποτελεσματικότητα κατά διαφόρων κοροναϊών

Αντιμικροβιακός παράγοντας	Συγκέντρωση	Ελεγμένος κορονοϊός
Αιθανόλη	70%	HCoV-229E, MHV-2, MHV-N, CCV, TGEV
Υποχλωριώδες νάτριο	0.1-0.5%	HCoV-229E
	0.05-0.1%	SARS-CoV
Ιωδιούχος ποβιδόνη	10% (1%)	HCoV-229E
Γλουτεραλδεΐδη	2%	HCoV-229E
Ισοπροπανόλη	50%	MHV-2, MHV-N, CCV,
Χλωριούχοβενζαλκόλιο	0.05%	MHV-2, MHV-N, CCV
Χλωριώδες νάτριο	0.23%	MHV-2, MHV-N, CCV
Φορμαλδεΐδη	0.7%	MHV-2, MHV-N, CCV

Παρόλο που δεν υπάρχουν δεδομένα για την αποτελεσματικότητα των παραπάνω αντιμικροβιακών παραγόντων κατά του συγκεκριμένου ιού SARS-CoV-2, προτείνεται η χρήση 0.1% υποχλωριώδους νατρίου (αραίωση 1:10 αν χρησιμοποιείται οικιακή χλωρίνη αρχικής συγκέντρωσης 5%) μετά από τον καθαρισμό με ουδέτερο απορρυπαντικό. Για επιφάνειες που είναι πιθανόν να καταστραφούν από τη χρήση υποχλωριώδους νατρίου, είναι απαραίτητη η χρήση αιθανόλης με συγκέντρωση 70% κατόπιν του καθαρισμού με ουδέτερο απορρυπαντικό.

Όλες οι επιφάνειες που έχουν ενδεχομένως μολυνθεί, όπως τοίχοι και παράθυρα, η λεκάνη της τουαλέτας και οι επιφάνειες του μπάνιου, πρέπει να καθαρίζονται προσεκτικά. Όλα τα υφάσματα (κουρτίνες, σεντόνια, κλπ) πρέπει να πλένονται με καυτό νερό (90οC) και προσθήκη απορρυπαντικού. Εάν κάτι τέτοιο δεν είναι εφικτό λόγω της φύσης των υφασμάτων, θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ειδικά προϊόντα που περιέχουν υποχλωριώδες νάτριο ή απολυμαντικά μέσα ειδικά για τα υφάσματα αυτά.

Ο προστατευτικός ατομικός εξοπλισμός για το προσωπικό καθαριότητας στην περίπτωση χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κορονοϊό περιλαμβάνει:

- Μάσκες υψηλής αναπνευστικής προστασίας FFP2 ή FFP3
- Προστατευτικά γυαλιά
- Προστατευτική φόρμα, αδιάβροχη, με μακριά μανίκια, στις χρήσης
- Γάντια στις χρήσης

Ο απορριπτόμενος εξοπλισμός πρέπει να αντιμετωπίζεται ως πιθανό μολυσματικό υλικό και να απορρίπτεται σύμφωνα με την εθνική νομοθεσία. Εφόσον χρησιμοποιηθεί προστατευτικός εξοπλισμός που δεν είναι στις χρήσης, επιβάλλεται η απολύμανσή του με τα κατάλληλα απολυμαντικά (π.χ. 0.1% υποχλωριώδες νάτριο

ή 70% αιθανόλη) μετά από κάθε χρήση. Στην περίπτωση που χρησιμοποιηθούν άλλα απολυμαντικά, πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή. Κατά τη χρήση των απολυμαντικών πρέπει ο χώρος να είναι καλά αεριζόμενος.

Οι δημόσιοι χώροι από όπου έχει απλώς περάσει το συμπτωματικό άτομο, στις οι διάδρομοι, συστήνεται να καθαρίζονται σύμφωνα με στις συνήθεις διαδικασίες καθαρισμού του φορέα και πάντα σύμφωνα με στις οδηγίες του κατασκευαστή του απορρυπαντικού/απολυμαντικού και τη σχετική εθνική νομοθεσία. Οι επιφάνειες με στις οποίες έχει έρθει σε επαφή το συμπτωματικό άτομο θα πρέπει να πλένονται και να απολυμαίνονται σύμφωνα με στις παραπάνω οδηγίες. Αυτές οι επιφάνειες περιλαμβάνουν:

- αντικείμενα που είναι εμφανώς λερωμένα/μολυσμένα με σωματικά υγρά
- στις επιφάνειες που έχουν πιθανώς μολυνθεί στις μπάνια, τουαλέτες, πόμολα, τηλέφωνα, θρανία, υπολογιστές κ.α.

Για τον καθαρισμό και την απολύμανση όλων των σκληρών επιφανειών, των πατωμάτων, των καρεκλών, των πόμολων, κ.α., πρέπει να χρησιμοποιούνται πανάκια/υφάσματα στις χρήσης ή χαρτί καθαρισμού καθώς και σφουγγαρίστρες με αποσπώμενες κεφαλές. Τα πανάκια/υφάσματα, το χαρτί και οι κεφαλές από στις σφουγγαρίστρες θα πρέπει να απορρίπτονται μετά από κάθε χρήση σε ειδικές σακούλες και να αντιμετωπίζονται ως μολυσματικά απόβλητα στην περίπτωση που ο καθαρισμός αφορά χώρους από όπου έχει περάσει επιβεβαιωμένο κρούσμα. Πρέπει να αποφεύγεται το πιτσίλισμα και ο ψεκασμός κατά τη διάρκεια του καθαρισμού και στις απολύμανσης.

Στην περίπτωση που κάποια αντικείμενα δεν μπορούν να καθαριστούν, πλυθούν ή/και απολυμανθούν στις περιγράφεται παραπάνω, στις π.χ. έπιπλα επικαλυμμένα με ταπετσαρία ή στρώματα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί καθαρισμός με ατμό.

Παρ' ότι είναι ακόμα άγνωστο σε ποιο χρονικό σημείο μηδενίζεται ο κίνδυνος μετάδοσης στις λοίμωξης από το περιβάλλον, εκτιμάται ότι στις θα μειωθεί με την πάροδο του χρόνου. Μελέτες που έχουν γίνει με στις ιούς SARS-CoV και MERS-CoV δείχνουν ότι, στις περισσότερες περιπτώσεις, ο κίνδυνος είναι πιθανό να μειωθεί σημαντικά μέσα σε 72 ώρες. Για τον λόγο αυτό, σε περίπτωση που ο χώρος δεν χρησιμοποιείται, συστήνεται να γίνει ο καθαρισμός 72 ώρες μετά από την παρουσία του πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος στο χώρο, γιατί το ιικό φορτίο αναμένεται ότι θα έχει μειωθεί σημαντικά μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα. Συστήνεται να κρατούνται τα στοιχεία επικοινωνίας του προσωπικού καθαριότητας στις περιπτώσεις πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος, για πιθανή ιχνηλάτηση επαφών και παρακολούθηση για 14 ημέρες μετά τον καθαρισμό.

9. ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ COVID-19

A. Ορισμοί

Κάθε κίνδυνος περιγράφεται από:

1. την σοβαρότητα των συνεπειών στην υγεία
2. την διάρκεια έκθεσης
3. την πιθανότητα να συμβεί

Η επικινδυνότητα αποτελεί το γινόμενο:

$$\text{➤ Σοβαρότητα} \times \text{Έκθεση} \times \text{Πιθανότητα, } (R = S * T * P)$$

Διαβαθμίσεις και Ποσοτικοποίηση Παραμέτρων

Σοβαρότητα (S)

1. Αμελητέα	μη απουσία από την εργασία	0.1 - 1
2. Μέτρια	έως τρεις ημέρες απουσία	1.1 - 4
3. Κρίσιμη	σημαντική βλάβη στην υγεία	4.1 - 8
4. Καταστροφική	θάνατος	8.1 - 16

Έκθεση (T)

1. Μηδενική	μια φορά το χρόνο	0.1 - 1
2. Περιορισμένη	μια φορά την εβδομάδα	1.1 - 2
3. Συχνή	καθημερινά	2.1 - 3
4. Διαρκής	σε όλη την εργασία	3.1 - 4

Πιθανότητα (P)

1. Μηδενική	μάλλον απίθανο	0.1 - 1
2. Χαμηλή	δυνατόν να συμβεί	1.1 - 2
3. Μέτρια	πιθανόν να συμβεί	2.1 - 3
4. Υψηλή	επίκειται να συμβεί	3.1 - 4

Επικινδυνότητα (R) – Ενέργειες

1. Αμελητέα	διατήρηση μέτρων	$R \leq 16$
2. Χαμηλή	παρακολούθηση	16-32
3. Μέτρια	απαραίτητη η λήψη μέτρων	32 - 64
4. Υψηλή	άμεση λήψη μέτρων	64-128
5. Κρίσιμη	διακοπή εργασίας	$R \geq 128$

B. Επικινδυνότητα από COVID-19 χωρίς λήψη μέτρων

Απώλεια ζωής μπορεί να συμβεί σε κάθε εργαζόμενο, ευπαθή ή μη.

Η έκθεση των εργαζομένων είναι συχνή και η πιθανότητα μετάδοσης υψηλή.

1. Σοβαρότητα = 16 για ευπαθείς εργαζόμενους
Σοβαρότητα = 10 για μη ευπαθείς εργαζόμενους
 2. Έκθεση = 3
 3. Πιθανότητα = 4
 - Επικινδυνότητα για ευπαθείς εργαζόμενους = 192 (16 x 3 x 4)
 - Επικινδυνότητα για μη ευπαθείς = 120 (10 x 3 x 4)
- Ενέργειες = **διακοπή εργασίας και άμεση λήψη μέτρων**

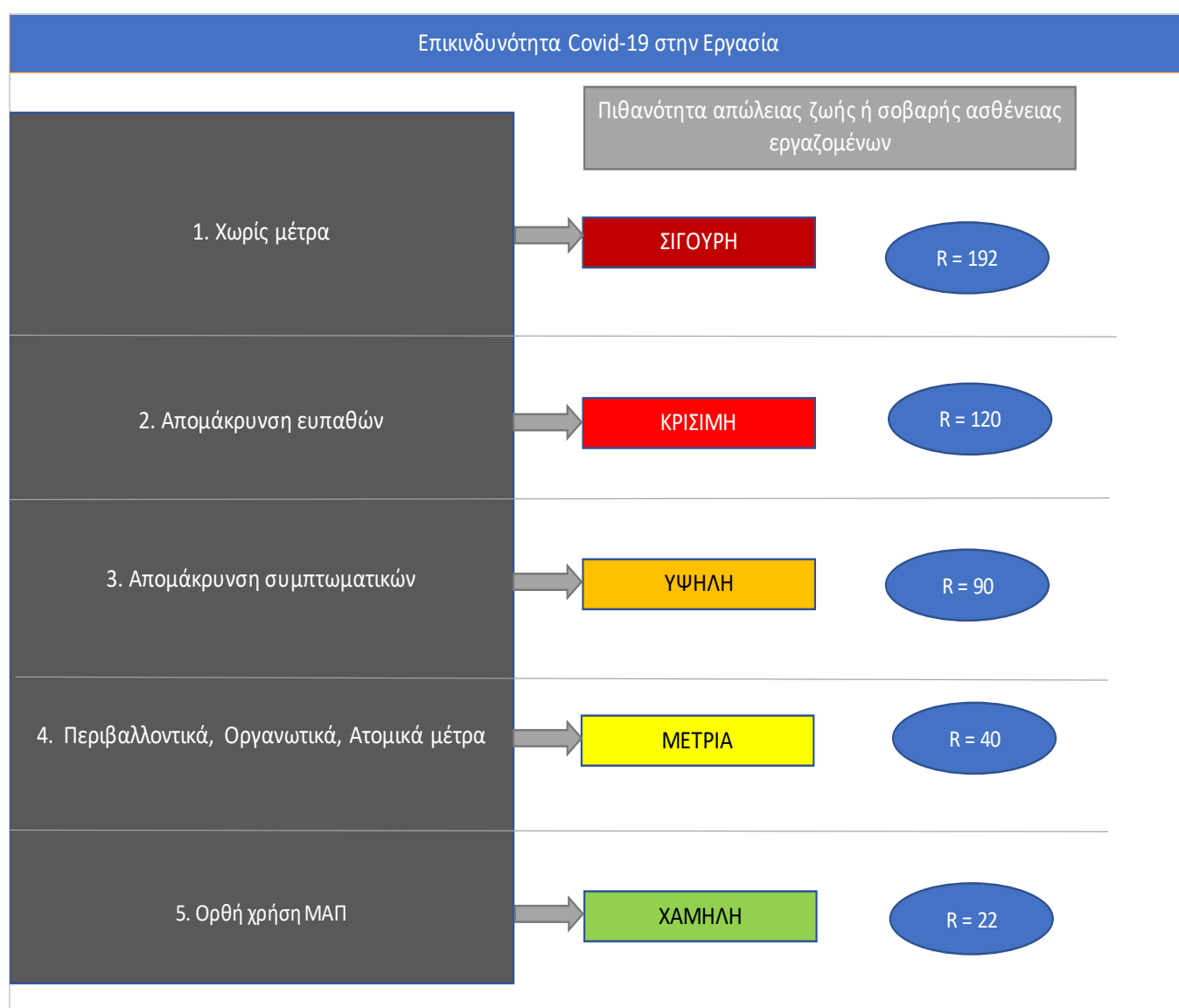
Γ. Μέτρα μείωσης επικινδυνότητας κατά σειρά αποτελεσματικότητας:

1. **Διακοπή εργασίας** σε κάθε επιχείρηση που δεν λαμβάνει κανένα μέτρο
2. **Απομάκρυνση ευπαθών ομάδων** εργαζομένων
3. **Απομάκρυνση εργαζομένων με συμπτώματα** οξείας λοίμωξης αναπνευστικού. **Αποφυγή εργασίας συμπτωματικών** και απομόνωση. Απομόνωση επαφών με ύποπτο κρούσμα.
4. **Περιβαλλοντικά μέτρα** (παροχή αντισηπτικών, καθαρισμός χώρων, αερισμός, ομάδες εργαζομένων χωρίς επαφή μεταξύ τους, διακοπή περιττών εργασιών, εργασία από το σπίτι)
5. **Οργανωτικά μέτρα** (εκπαίδευση, ενημέρωση, ελάχιστο δυνατόν προσωπικό, ευέλικτες διαδικασίες για απομάκρυνση ευπαθών και συμπτωματικών)
6. **Ατομικές συμπεριφορές** (αποφυγή συναθροίσεων, πλύσιμο χεριών, αποφυγή κοντινών επαφών)
7. **Χρήση μέσων ατομικής προστασίας** (γάντια, μάσκα, ή και γυαλιά, ολόσωμη στολή μιας χρήσης, ποδονάρια - όπου κριθεί απαραίτητο).

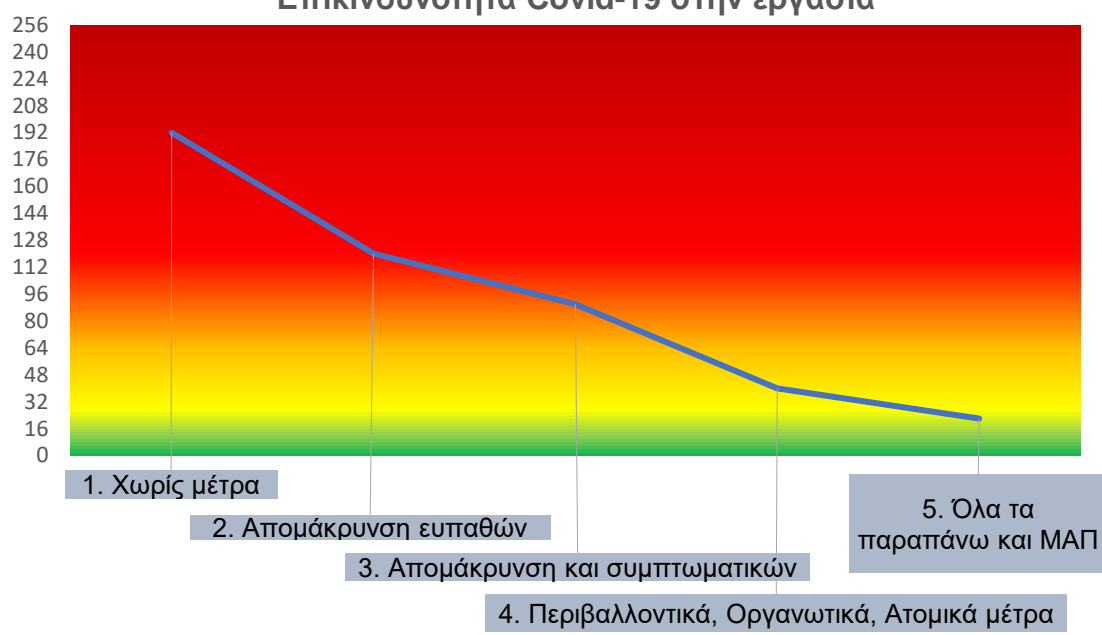
ΜΑΠ: Απαιτούν εκπαίδευση και ορθή εφαρμογή. Η ακατάλληλη χρήση αυξάνει την επικινδυνότητα.

Δ. Ποσοτική έκφραση επικινδυνότητας και μέτρα

Μέτρα	Σοβαρότητα	Έκθεση	Πιθανότητα	Επικινδυνότητα
Κανένα	16	3	4	192
Χωρίς ευπαθείς	10	3	4	120
Χωρίς κ συμπτωματικούς	10	3	3	90
Λοιπά μέτρα	10	2	2	40
Και ΜΑΠ	10	2	1.1	22

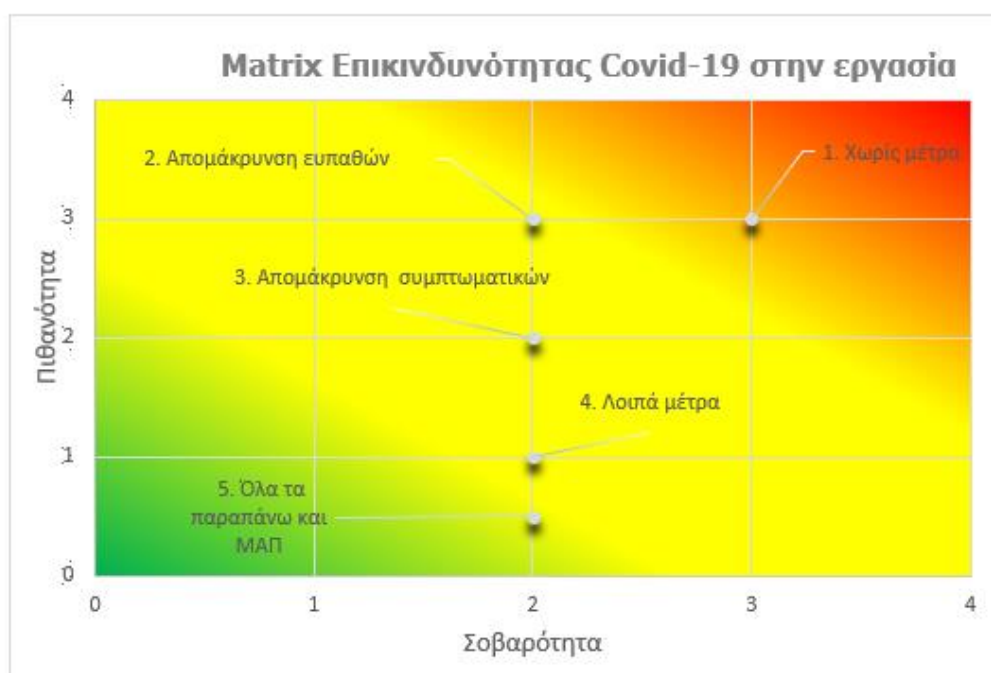


Επικινδυνότητα Covid-19 στην εργασία



Ε. Matrix Επικινδυνότητας

Μέτρα	Σοβαρότητα	Πιθανότητα
Κανένα	Υψηλή	Υψηλή
Χωρίς ευπαθείς	Μέση	Υψηλή
Χωρίς και συμπτωματικούς	Μέση	Μέση
Λοιπά μέτρα	Μέση	Χαμηλή
Όλα τα παραπάνω και ΜΑΠ	Μέση	Αρκετά Χαμηλή



10. ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

Όλες οι ενέργειες απαιτούν **διακριτικότητα, τήρηση απορρήτου** των ιατρικών δεδομένων και **αποφυγή παντός τύπου διακρίσεων** (φύλου, φυλής ή χρώματος) στο χώρο εργασίας.

Μην κάνετε οποιοδήποτε αυθαίρετο προσδιορισμό με βάση τη φυλή ή τη χώρα προέλευσης και βεβαιωθείτε ότι διατηρείτε την εμπιστευτικότητα των ατόμων με επιβεβαιωμένη μόλυνση από κορονοϊό.

Δεν στιγματίζουμε άτομα.

Όλες οι παραπάνω πληροφορίες και συστάσεις βρίσκονται σε μια δυναμική εξελικτική πορεία και ενδέχεται να τροποποιηθούν στο μέλλον.

Απαιτείται διαρκής ενημέρωση από αξιόπιστους φορείς Δημόσιας και Επαγγελματικής Υγείας.

Επισημαίνεται εκ νέου ότι καθώς η επιδημία εξελίσσεται οι ορισμοί και οι οδηγίες ενδέχεται να τροποποιηθούν.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι: ΕΥΠΑΘΕΙΣ ΟΜΑΔΕΣ

A. Ισχύουσες διατάξεις

1. Βαριά πνευμονοπάθεια
2. Βαριά καρδιοπάθεια
3. Αρρυθμιστος σακχαρώδης διαβήτης
4. Κακοήθεια υπό ενεργό χημειοθεραπεία, ακτινοθεραπεία ή ανοσοθεραπεία
5. Μεταμόσχευση υπό ενεργό ανοσοκαταστολή

ΦΕΚ 928/18.03.2020 (για το δημόσιο) και προφορική ανακοίνωση του λοιμωξιολόγου κ.Τσιόρδα (17/03/2020):

B. Διευρυμένος κατάλογος ασθενειών

Ενήλικες που παρουσιάζουν έναν ή περισσότερους από τους παρακάτω επιβαρυντικούς παράγοντες ή χρόνια νοσήματα:

1. Χρόνια νοσήματα του **αναπνευστικού συστήματος** όπως χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, χρόνιο βρογχικό άσθμα, πνευμονική ίνωση (όλοι θα πρέπει να είναι υπό καθημερινή φαρμακευτική αγωγή)
2. **Χρόνια καρδιαγγειακή νόσο** όπως στεφανιαία νόσος, καρδιακή ανεπάρκεια,
3. **Σακχαρώδη διαβήτη**
4. **Χρόνια νεφρική ανεπάρκεια τελικού σταδίου** (υπό αιμοκάθαρση ή περιτοναϊκή διάλυση)
5. **Χρόνια ηπατική νόσος** (Child Pughscore B ή C)
6. **Χρόνια νευρολογικά ή νευρομυϊκά νοσήματα**
7. Δρεπανοκυτταρική αναιμία και άλλες **αιμοσφαιρινοπάθειες** (π.χ. ομόζυγη θαλασσαιμία)
8. **Ανοσοκαταστολή** (κληρονομική ή επίκτητη)
9. **Κακοήθεια** (αιματολογική κακοήθεια ή συμπαγούς οργάνου)
10. **Μεταμόσχευση** οργάνων ή αρχέγονων αιμοποιητικών κυττάρων
11. **Έγκυες** γυναίκες ανεξαρτήτως ηλικίας κύησης, λεχωΐδες και θηλάζουσες
12. **Αρρυθμιστη αρτηριακή υπέρταση**
13. **Ασθενείς υπό αγωγή με ανοσοκατασταλτικά φάρμακα.**

(Ο κατάλογος είναι ενδεικτικός και βασίστηκε στις οδηγίες από το υπουργείο υγείας της Κύπρου).

Η ένταξη ενός εργαζομένου στην κατηγορία των ευπαθών ομάδων για λοίμωξη COVID-19 θα πρέπει να εξατομικεύεται και να βεβαιώνεται από τον θεράποντα ιατρό ή από επίσημο υγειονομικό φορέα/επιτροπή. Δύναται να συμβάλει στην διαδικασία αυτή και ο ιατρός εργασίας της εταιρείας, εφόσον κρίνει ο ίδιος κατά περίπτωση.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ: ΟΞΕΙΑ ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ

Κάθε αιφνίδια έναρξη συμπτωμάτων:

1. Καταρροή, Πταρμός (*χαμηλή πιθανότητα*)
2. Φαρυγγαλγία (*μέση πιθανότητα*)
3. Πυρετός, Βήχας, Δυσκολία στην ανάσα (*υψηλή πιθανότητα*)

Άλλα συμπτώματα:

- Μυϊκή αδυναμία, καταβολή
- Δεκατική πυρετική κίνηση
- Διάρροια, εμετός
- Απώλεια όσφρησης και γεύσης

Η τυπική κλινική εικόνα της νόσου είναι ιογενής πνευμονία η οποία χαρακτηρίζεται από **πυρετό, βήχα και δυσκολία στην ανάσα**.

Κάθε **ιογενής πνευμονία** με την συγκεκριμένη κλινική τριάδα όπως και κάθε βαριά λοίμωξη του αναπνευστικού που οδηγεί σε υποξυγοναιμία, θα πρέπει να διερευνάται εργαστηριακά.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ: ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ

Ορισμός ύποπτου κρούσματος

Ασθενής με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού (αιφνίδια έναρξη νόσου, πυρετός και τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: Γενική κακουχία / καταβολή, ή/και Ξηρός βήχας, ή/και, δύσπνοια) ΚΑΙ χωρίς άλλη αιτιολογία που να εξηγεί πλήρως την κλινική εικόνα ΚΑΙ με ιστορικό ταξιδιού ή διαμονής σε χώρα/περιοχή, σύμφωνα με τον επικαιροποιημένο κατάλογο του ΕΟΔΥ, εντός των τελευταίων 14 ημερών πριν από την έναρξη των συμπτωμάτων

Ή Ασθενής με οποιαδήποτε οξεία νόσο του αναπνευστικού ΚΑΙ ιστορικό στενής επαφής με επιβεβαιωμένο ή πιθανό κρούσμα COVID-19 εντός των τελευταίων 14 ημερών πριν από την έναρξη των συμπτωμάτων

Ή Ασθενής με σοβαρή οξεία λοίμωξη αναπνευστικού (Severe Acute Respiratory Illness) η οποία απαιτεί νοσηλεία και για την οποία δεν έχει τεκμηριωθεί άλλη αιτιολογία

Ή Ασθενής με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού (αιφνίδια έναρξη νόσου, πυρετός και τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: βήχας, δύσπνοια) που διαμένει ή επισκέφτηκε περιοχές με αυξημένο αριθμό επιβεβαιωμένων κρουσμάτων σύμφωνα με τον επικαιροποιημένο κατάλογο του ΕΟΔΥ

Πιθανό κρούσμα

Ύποπτο κρούσμα με αποτέλεσμα εργαστηριακού ελέγχου για τον νέο κορονοϊό SARS-CoV-2:

Αδιευκρίνιστο, ή Θετικό, αλλά με εργαστηριακή μέθοδο που ανιχνεύει γενικά ιούς που ανήκουν στην οικογένεια των κορονοϊών και όχι ειδικά τον νέο κορονοϊό SARS-CoV-2

Επιβεβαιωμένο κρούσμα

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

Ορισμός στενής επαφής

Άτομο με διαμονή στην ίδια οικία με ασθενή με COVID-19

Άτομο με άμεση σωματική επαφή με ασθενή με COVID-19 (π.χ. χειραψία)

Άτομο με απροφύλακτη επαφή με μολυσματικές εκκρίσεις ασθενή με COVID-19

Άτομο με επαφή πρόσωπο με πρόσωπο με ασθενή με COVID-19 σε απόσταση <2 μέτρα και για >15 λεπτά

Παραμονή σε κλειστό χώρο (π.χ. αίθουσα διδασκαλίας ή συσκέψεων, χώρο αναμονής νοσοκομείου, κλπ.) σε απόσταση <2 μέτρα και για >15 λεπτά

Επαγγελματίας υγείας ή άλλο άτομο που παρείχε φροντίδα υγείας ή εργαζόμενος που χειρίστηκε κλινικό δείγμα ασθενή με COVID-19 χωρίς τη λήψη ή επί αστοχίας των ενδεδειγμένων μέτρων ατομικής προστασίας

Συνταξιδιώτης στο ίδιο αεροσκάφος, ο οποίος καθόταν εντός απόστασης δύο σειρών θέσεων (προ κάθε κατεύθυνση) από τον ασθενή με COVID-19, άτομα που ταξίδευαν μαζί ή φρόντισαν τον ασθενή, και μέλη του πληρώματος που εξυπηρέτησαν το συγκεκριμένο τμήμα του αεροσκάφους όπου καθόταν ο ασθενής (επί ύπαρξης σοβαρών συμπτωμάτων ή μετακινήσεων του ασθενούς εντός του αεροσκάφους, που ενδέχεται να συνεπάγονται περισσότερο εκτεταμένη έκθεση, οι επιβάτες που κάθονταν στο ίδιο τμήμα του αεροσκάφους ή ακόμη και όλοι οι επιβάτες της πτήσης μπορεί να θεωρηθούν στενές επαφές).

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ IV: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΙΣΟΔΟΥ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ

Αγαπητέ επισκέπτη, σε καλωσορίζουμε και παρακαλούμε να μας βοηθήσεις στο να συμβάλουμε στον περιορισμό της μετάδοσης του κορονοϊού στην εταιρεία μας.

Σε παρακαλούμε να απαντήσεις στα ακόλουθα (κυκλώστε ότι ισχύει):

1	ΕΧΕΤΕ ΠΥΡΕΤΟ 37,5 ⁰ C ή ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ;	ΝΑΙ	ΟΧΙ
2	ΕΧΕΤΕ ΒΗΧΑ;	ΝΑΙ	ΟΧΙ
3	ΔΥΣΚΟΛΕΥΕΣΤΕ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΝΟΗ;	ΝΑΙ	ΟΧΙ
4	ΕΠΙΣΤΡΕΨΑΤΕ ΠΡΟΣΦΑΤΑ (ΤΙΣ ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ 14 ΗΜΕΡΕΣ) ΑΠΟ ΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ;	ΝΑΙ	ΟΧΙ
5	ΗΡΘΑΤΕ ΣΕ ΕΠΑΦΗ (ΤΙΣ ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ 14 ΗΜΕΡΕΣ) ΜΕ ΑΤΟΜΑ ΠΟΥ ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΜΕΝΑ ΝΟΣΗΣΑΝ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΟΡΟΝΟΙΟ;	ΝΑΙ	ΟΧΙ

Ίσως χρειαστεί ο Ιατρός της εταιρείας στη συνέχεια να επικοινωνήσει μαζί σας. Θα τηρηθεί πλήρως το ιατρικό απόρρητο

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ V: ΟΔΗΓΙΕΣ ΕΟΔΥ

A. Οδηγίες για **φροντίδα ύποπτου κρούσματος στο σπίτι**(06/03/2020)

- <https://eody.gov.gr/neos-koronoios-covid-19-odigies-gia-frontida-ypoptoy-kroy-smatos-sto-spiti/>

B. Οδηγίες για **απομόνωση επαφών στο σπίτι**(13/03/2020)

- <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/covid-19-apomonosi-spiti.pdf>

Γ. Οδηγίες για τον **περιβαλλοντικό καθαρισμό μη υγειονομικών μονάδων** που έχουν εκτεθεί στον ιό SARS-CoV-2(03/03/2020)

- <https://eody.gov.gr/odigies-gia-ton-perivallontiko-katharismo-mi-ygeionomikon-monadon-poy-echoyn-ektethei-ston-io-sars-cov-2/>

Δ. Κριτήρια για **εργαστηριακό έλεγχο**(16/03/2020)

- <https://eody.gov.gr/neos-koronoios-covid-19-kritiria-gia-ergastiriako-elegcho/>