ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ COVID-19 ΑΠΟ ΝΕΟ ΣΤΕΛΕΧΟΣ ΚΟΡΟΝΑΪΟΥ SARS-CoV-2

Οδηγίες για ξενοδοχείο σε καραντίνα

Ο ιός SARS-CoV-2 ανιχνεύθηκε πρώτη φορά το Δεκέμβριο του 2019 στην περιοχή Γιουχάν της Κίνας και έκτοτε έως σήμερα έχει διασπαρεί σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο. Αποτελεί ένα νέο στέλεχος κορωνοϊού, που μέχρι τότε δεν είχε απομονωθεί στον άνθρωπο, και η λοίμωξη αναπνευστικού που προκαλεί ονομάστηκε COVID-19.

Ποιος είναι ο τρόπος μετάδοσης;

Ο ιός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο κυρίως μέσω του αναπνευστικού με σταγονίδια από το φτέρνισμα, το βήχα ή την ομιλία. Επίσης, μπορεί να μεταδοθεί μέσω επαφής με επιφάνειες πρόσφατα μολυσμένες με σταγονίδια, αν δεν τηρούνται τα μέτρα υγιεινής των χεριών.

Πότε μια περίπτωση της νόσου θεωρείται περισσότερο μεταδοτική;

Ένα περιστατικό θεωρείται περισσότερο μεταδοτικό όταν εμφανίζει συμπτώματα, αλλά δυνητικά θα μπορούσε να μεταδίδει τη λοίμωξη και 1-4 ημέρες πριν την εκδήλωση συμπτωμάτων. Η κύρια μετάδοση συμβαίνει κατά την συμπτωματική φάση. Το περιστατικό θεωρείται ότι δεν είναι πλέον μεταδοτικό ένα 24ωρο μετά την αποδρομή των συμπτωμάτων.

Ποια είναι τα συμπτώματα της COVID-19 λοίμωξης;

Τα κύρια συμπτώματα της νόσου περιλαμβάνουν τα κατωτέρω: Πυρετός, ξηρός βήχας και καταβολή. Μερικοί εμφανίζουν πονόλαιμο, αρθραλγίες / μυαλγίες και ρινική συμφόρηση. Τα συμπτώματα είναι συνήθως ήπια και περίπου το 80% των ασθενών αναρρώνουν χωρίς ανάγκη ειδικής θεραπείας.

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

Ποιοι ασθενείς κινδυνεύουν περισσότερο να εμφανίσουν σοβαρή νόσο;

Μερικοί ασθενείς εμφανίζουν δύσπνοια (δυσκολία στην αναπνοή) και πιθανώς πνευμονία, που χρειάζεται νοσηλεία σε νοσοκομείο. 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.

Γενικά μέτρα πρόληψης μετάδοσης της λοίμωξης COVID-19

Συστήνεται σε όλους τους χώρους του ξενοδοχείου καλός εξαερισμός, καθώς και εύκολη πρόσβαση σε τρεχούμενο νερό και σαπούνι, ώστε να τηρούνται οι κανόνες υγιεινής.

1. Πρώτη γραμμή άμυνας κατά των λοιμώξεων είναι η προσεκτική **υγιεινή των χεριών.** Συνιστάται συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό. Αν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί εναλλακτικά αλκοολούχο διάλυμα (πχ οινόπνευμα 70°C). Η χρήση γαντιών δεν υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών.
2. Σχολαστική τήρηση των μέτρων υγιεινής όπως:
   - κάλυψη του στόματος και της μύτης με χαρτομάντηλο κατά το βήχα ή φτέρνισμα
   - αποφυγή επαφής των χεριών με στόμα, μύτη ή μάτια για πρόληψη διασποράς μικροβίων
3. Αποφυγή στενής επαφής (απόσταση 1-2 μέτρα) με ασθενείς που έχουν συμπτώματα του αναπνευστικού.

Χρειάζεται οι υπάλληλοι του ξενοδοχείου να φορούν μάσκα;

Η χρήση της μάσκας συνιστάται:

- Σε άτομα με συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού (βήχας, φτέρνισμα, καταρροή), ώστε να περιοριστεί ο κίνδυνος μετάδοσης σε άλλους.
- Σε άτομα που φροντίζουν ή συνοδεύουν άτομα με συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού, ώστε να μην προσβληθούν οι ίδιοι από τη λοίμωξη.

Δε συνιστάται κατά τα άλλα γενική χρήση μάσκας στους χώρους εργασίας.

Πώς ορίζεται η στενή επαφή με κρούσμα COVID-19 στο χώρο του ξενοδοχείου;

- Διαμονή στο ίδιο δωμάτιο με επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19
- Άμεση σωματική επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 (π.χ. χειραψία)

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

- Επαφή πρόσωπο με πρόσωπο ή παραμονή σε κλειστό χώρο με επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 σε απόσταση <2 μέτρων και για διάστημα >15 λεπτά
- Απροφύλακτη επαφή με μολυσματικές εκκρίσεις επιβεβαιωμένου κρούσματος (πχ εμέσματα)

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας προτείνει την εφαρμογή καραντίνας 14 ημερών στα άτομα που έχουν χαρακτηριστεί ως στενές επαφές επιβεβαιωμένου κρούσματος λοίμωξης από τον νέο Κορωνοϊό 2019 (COVID-19). Με τον όρο καραντίνα νοείται ο περιορισμός των δραστηριοτήτων και/ή ο διαχωρισμός από άλλους ύποπτων προσώπων που δεν νοσούν κατά τέτοιο τρόπο που να εμποδίζεται η πιθανή εξάπλωση λοίμωξης ή μόλυνσης. **Σε περίπτωση που μπαίνουν σε καραντίνα άτομα που θεωρούνται στενές επαφές στο χώρο ενός ξενοδοχείου για 14 μέρες, σύμφωνα με το άρθρο 32 του Διεθνή Υγειονομικού Κανονισμού (ΔΥΚ) συστήνονται τα εξής:**

Γενικές αρχές

1. Υποδομή: δεν υπάρχουν ειδικές οδηγίες όσον αφορά την υποδομή του χώρου καραντίνας, ωστόσο ο χώρος πρέπει να διαμορφώνεται έτσι ώστε να μην αυξάνει περαιτέρω τη πιθανή μετάδοση της λοίμωξης.
2. Διαμονή και προμήθειες: στους ταξιδιώτες πρέπει να παρέχεται επαρκής τροφή και νερό, κατάλληλη διαμονή, ρουχισμός, προστασία των αποσκευών και άλλων περιουσιακών τους στοιχείων, κατάλληλη ιατρική περίθαλψη και τα απαραίτητα μέσα επικοινωνίας στην δική τους γλώσσα. Η χρήση μάσκας για αυτούς που βρίσκονται σε καραντίνα δεν είναι απαραίτητη.
3. Επικοινωνία: Η επικοινωνία με τα άτομα σε καραντίνα θα πρέπει να γίνεται σε γλώσσα κατανοητή από αυτά και τα άτομα θα πρέπει από την αρχή να ενημερωθούν για τη διάρκεια της καραντίνας, την παρακολούθηση της υγείας τους, τα στοιχεία επικοινωνίας της πρεσβείας τους στη χώρα, τα δικαιώματα τους και τις παροχές που θα έχουν κατά τη διάρκεια της καραντίνας. Θα πρέπει να προβλεφθεί η επικοινωνία των ατόμων σε καραντίνα με τα άτομα της οικογένειας τους. Για αποφυγή πανικού πρέπει να χρησιμοποιούνται κατάλληλοι τρόποι επικοινωνίας. Τα άτομα που βρίσκονται σε καραντίνα πρέπει να ενημερώνονται σχετικά με τα συμπτώματα της λοίμωξης COVID-19 ώστε να μπορούν να αναζητήσουν βοήθεια σε περίπτωση που νοσήσουν. Εάν είναι δυνατόν θα πρέπει να υπάρχει πρόσβαση στο διαδίκτυο, στις ειδήσεις, και σε δραστηριότητες αναψυχής.
4. Σεβασμός και αξιοπρέπεια: Οι ταξιδιώτες πρέπει να αντιμετωπίζονται με σεβασμό όσον αφορά τα ανθρώπινα δικαιώματα, την ελευθερία τους και να ελαχιστοποιείται κάθε δυσφορία που

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

σχετίζεται με τέτοια μέτρα λαμβάνοντας υπόψη το φύλο, τα κοινωνικοπολιτιστικά, εθνικά ή θρησκευτικά τους χαρακτηριστικά.

5. Διάρκεια καραντίνας: Το χρονικό διάστημα 14 ημερών αντιστοιχεί στο χρόνο επώασης της νόσου σύμφωνα με τις υπάρχουσες πληροφορίες, ωστόσο μπορεί να παραταθεί λόγω καθυστερημένης έκθεσης.
6. Προσωπικό: Όλο το προσωπικό που εργάζεται στην εγκατάσταση καραντίνας πρέπει να έχει κατάρτιση σχετικά με τις προφυλάξεις: διατήρηση απόστασης 1 μέτρου από τα άτομα, χρήση χειρουργικής μάσκας, γαντιών και πλύσιμο χεριών και αναπνευστική υγιεινή, συχνή υγιεινή των χεριών, ιδιαίτερα μετά από επαφή με αναπνευστικές εκκρίσεις, πριν από το φαγητό και μετά τη χρήση της τουαλέτας (η υγιεινή των χεριών περιλαμβάνει είτε καθαρισμό των χεριών με σαπούνι και νερό είτε το τρίψιμο των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα, το τρίψιμο με αλκοολούχο διάλυμα είναι προτιμότερο όταν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό ηδόταν είναι εμφανώς λερωμένα).
7. Άτομα σε καραντίνα: Πρέπει να γνωρίζουν να ασκούν την αναπνευστική υγιεινή και να συνειδητοποιούν τη σημασία της κάλυψης της μύτης και του στόματος τους με εύκαμπτο αγκώνα ή χαρτομάντιλο, όταν βήχουν ή φτερνίζονται, απορρίπτουν αμέσως το χαρτομάντιλο και πραγματοποιούν υγιεινή χεριών). Οι ίδιες συμβουλές για προφυλάξεις θα πρέπει να δίνονται σε όλα τα άτομα που βρίσκονται σε καραντίνα κατά την άφιξή τους. Πρέπει να παραμένουν στον χώρο απομόνωσης τους. Αν υπάρχει μπαλκόνι τότε δεν πρέπει να επικοινωνούν με άτομα που βρίσκονται σε διπλανά μπαλκόνια.
8. Αναζήτηση ιατρικής φροντίδας: Τόσο το προσωπικό όσο και τα άτομα που βρίσκονται σε καραντίνα θα πρέπει να κατανοούν τη σημασία της άμεσης αναζήτησης ιατρικής φροντίδας σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων.

Απαιτήσεις για τον χώρο της καραντίνας

1. Τα δωμάτια φιλοξενίας των ατόμων σε καραντίνα πρέπει να έχουν φυσικό επαρκή αερισμό. Εάν δεν είναι εφικτός ο φυσικός αερισμός θα πρέπει ο τεχνητός αερισμός να παρέχει 100% φρέσκο αέρα χωρίς ανακύκλωση.
2. Κάθε άτομο θα πρέπει να διαμένει σε ξεχωριστό δωμάτιο με εσωτερική ατομική τουαλέτα εξοπλισμένη με υγρό σαπούνι και νερό.
3. Εάν δεν είναι δυνατόν να τεθούν σε καραντίνα τα άτομα της ίδιας οικογένειας σε ξεχωριστά δωμάτια, τότε θα πρέπει να υπάρχει μεταξύ των κρεβατιών απόσταση 1 μέτρου. Τα άτομα σε καραντίνα θα πρέπει να διατηρούν τουλάχιστον 1 μέτρου απόσταση μεταξύ τους κάθε στιγμή.

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

Μέτρα υγιεινής

1. Οι εγκαταστάσεις της καραντίνας θα πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνοντας καθημερινά (1 μέρος οικιακής χλωρίνης και 99 μέρη νερό ή με αιθανόλη 70%). Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δίνεται στις επιφάνειες που αγγίζονται συχνά με τα χέρια όπως τα κομοδίνα, τα κεφαλάρια των κρεβατιών και την υπόλοιπη επίπλωση των δωματίων, τις τουαλέτες, τους νιπτήρες, τα πόμολα κ.τ.λ.
2. Το προσωπικό που θα εισέρχεται στο δωμάτιο στο οποίο βρίσκεται άτομα σε καραντίνα θα πρέπει να φορά γάντια μίας χρήσης και χειρουργική μάσκα και να εφαρμόζει υγιεινή των χεριών μετά την απόρριψή τους.
3. Τα κλινοσκεπάσματα και ο ρουχισμός θα πρέπει να συλλέγεται σε πλαστικές σακούλες και στη συνέχεια να πλένεται με απορρυπαντικό και νερό σε θερμοκρασία 60–90 °C και να στεγνώνουν πλήρως.
4. Τα απορρίμματα θα πρέπει να συλλέγονται σε πλαστικές σακούλες και να απορρίπτονται σε εγκεκριμένους χώρους διάθεσης απορριμμάτων.
5. Τα άτομα που μεταφέρουν τα τρόφιμα θα πρέπει να φορούν χειρουργική μάσκα και γάντια και να αφήνουν τον δίσκο με τα τρόφιμα έξω από την πόρτα του δωματίου.
6. Εάν δεν χρησιμοποιούνται πιάτα και μαχαιροπήρουνα μίας χρήσης τότε θα πρέπει μετά την κατανάλωση του γεύματος ο δίσκος και τα πιάτα να μεταφέρονται σε σακούλα στον χώρο πλύσης σκευών και στη συνέχεια να πλένονται και να απολυμαίνονται στους 77 °C ή περισσότερο για τουλάχιστον 30 δευτερόλεπτα ή στους 82 °C ή με διάλυμα χλωρίου περιεκτικότητας 200 ppm.

Έγκαιρη διάγνωση και διαχείριση περιστατικού

1. Η παρακολούθηση της υγείας των ατόμων θα πρέπει να γίνεται καθημερινά από τους ίδιους δύο φορές την ημέρα και να περιλαμβάνει μέτρηση της θερμοκρασίας του σώματος και αναφορά για την εμφάνιση συμπτωμάτων. Τα άτομα που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου πρέπει να παρακολουθούνται επιπλέον για την πορεία της υγείας τους και την εκδήλωση συμπτωμάτων από τα υποκείμενα νοσήματα που πάσχουν.
2. Η θερμομέτρηση και η αναφορά των συμπτωμάτων θα πρέπει να γίνεται και τηλεφωνικά σε άτομο στη ρεσεψιόν το οποίο θα καταγράφει τα αποτελέσματα της παρακολούθησης σε ονομαστική κατάσταση δύο φορές την ημέρα: το πρωί στις 10:00 και το απόγευμα στις 18:00. Εάν όμως ενδιάμεσα παρουσιαστούν συμπτώματα αμέσως θα πρέπει να αναφερθούν και να ακολουθήσει ιατρική εξέταση και να ακολουθηθούν οι διαδικασίες που ορίζει ο ΕΟΔΥ.

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

3. Κάθε άτομο σε καραντίνα που αναπτύσσει πυρετό ή αναπνευστικά συμπτώματα, σε οποιοδήποτε σημείο της περιόδου της καραντίνας, θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ύποπτο περιστατικό COVID-19.
4. Συνιστάται η εξέταση κλινικών δειγμάτων του αναπνευστικού κατά το τέλος της καραντίνας ανεξάρτητα εάν ανέπτυξαν ή όχι συμπτώματα εφόσον είναι εφικτό.

Πρέπει να λαμβάνεται μέριμνα, ώστε να υπάρχει άμεσα προσβάσιμο στο ξενοδοχείο επαρκές αναλώσιμο υλικό για την πρόληψη των λοιμώξεων:

- σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα καθαρισμού χεριών
- χαρτομάντηλα
- απλές χειρουργικές μάσκες
- γάντια μιας χρήσης
- θερμόμετρα
- σακούλες απορριμμάτων
- υγρά καθαρισμού επιφανειών

Αρχείο μελών προσωπικού και όλων των ατόμων σε καραντίνα

Για τους σκοπούς δράσεων προστασίας της δημόσιας υγείας, η διεύθυνση του ξενοδοχείου οφείλει να τηρεί αρχείο των μελών προσωπικού και όλων των ατόμων που διέμειναν στο ξενοδοχείο -όνομα, εθνικότητα, ημερομηνία άφιξης και αναχώρησης, στοιχεία επικοινωνίας (διεύθυνση, τηλέφωνο, e-mail)-, ώστε να καθίσταται δυνατή η επικοινωνία με τις στενές επαφές τυχόν κρούσματος COVID-19, που ενδέχεται να ταυτοποιηθεί εκ των υστέρων.

Η ενημέρωση του προσωπικού και η προμήθεια προστατευτικού υλικού συμβάλλουν στην οργανωμένη και ψύχραιμη αντιμετώπιση και στην αποφυγή δημιουργίας καταστάσεων πανικού. Ο έγκαιρος σχεδιασμός και η αποτελεσματική πρόληψη και ενημέρωση θα διασφαλίσει την υγεία των επισκεπτών και του προσωπικού, αλλά και η διατήρηση της εύρυθμης λειτουργίας της μονάδας. Η συνεργασία με τον ΕΟΔΥ και τους λοιπούς φορείς της Δημόσιας Υγείας (Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας) είναι σημαντική τόσο για την προετοιμασία των μέτρων πρόληψης όσο και για τις απαραίτητες ενέργειες και παροχή πληροφοριών σε περίπτωση κρούσματος.

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Οι επαγγελματίες υγείας, που θα φροντίσουν το ύποπτο κρούσμα, πρέπει να λαμβάνουν τα μέτρα προφύλαξης για τα νοσήματα που μεταδίδονται με σταγονίδια: μάσκα FFP2, αδιάβροχη ρόμπα με μακριά μανίκια, γάντια, οφθαλμική προστασία (γυαλιά).

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση, απευθυνθείτε στον ΕΟΔΥ. στα τηλέφωνα
210 5212054 (όλο το 24ωρο)

Παρακαλούμε για την ενημέρωση όλων των εργαζομένων στο ξενοδοχείο σχετικά με τις παραπάνω οδηγίες.

Βιβλιογραφία

1. World Health Organization. Key considerations for repatriation and quarantine of travellers in relation to the outbreak of novel coronavirus 2019-nCoV. Στο https://www.who.int/ith/Repatriation_Quarantine_nCoV-key-considerations_HQ-final11Feb.pdf?ua=1 προσπέλαση [22/3/2020]

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΌΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ & ΑΠΟΚΡΙΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Τηλ. 2105212054, 1135, www.eody.gov.gr