ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Οδηγίες για Απομόνωση Επαφών COVID-19 στο Σπίτι

Άτομα που ήρθαν σε επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα λοίμωξης με το νέο κορωνοϊό (πχ μέλη οικογένειας, φίλοι, συνάδελφοι) παρακολουθούν την υγεία τους **(θερμομέτρηση δύο φορές την ημέρα) από την ημέρα της τελευταίας επαφής με το κρούσμα και για 14 ημέρες**. Σκόπιμο είναι η **τακτική (καθημερινή) επικοινωνία με τον Προσωπικό Ιατρό/παιδίατρο για όλη τη διάρκεια της παρακολούθησης.**

Για όλο το διάστημα της παρακολούθησης (14 ημέρες) πρέπει να εφαρμόζονται τα παρακάτω:

- Διαμονή σε καλά **αεριζόμενο δωμάτιο** που χρησιμοποιείται μόνο από το άτομο αυτό.
- Περιορισμός όσων φροντίζουν το άτομο, ιδανικά ένα άτομο που δεν ανήκει σε ομάδα υψηλού κινδύνου (δηλαδή δεν είναι μεγάλης ηλικίας και δεν έχει χρόνιο νόσημα).
- Δεν επιτρέπονται επισκέψεις.
- Διαμονή των υπόλοιπων μελών της οικογένειας σε **διαφορετικό δωμάτιο** και εάν αυτό δεν είναι εφικτό, τήρηση απόστασης τουλάχιστο 2μ από το άτομο.
- **Περιορισμός των μετακινήσεων** του ατόμου στο σπίτι, όσο είναι δυνατό.
- Καλός αερισμός των κοινόχρηστων χώρων.
- **Καλό πλύσιμο των χεριών** πριν και μετά από κάθε επαφή με το άτομο ή το περιβάλλον του (δωμάτιο, αντικείμενα), πριν και μετά την προετοιμασία φαγητού, πριν το φαγητό και μετά τη χρήση της τουαλέτας (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή χρήση αλκοολούχου αντισηπτικού ανάλογα εάν τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα ή όχι).
- **Πάντα** κάλυψη στόματος και της μύτης κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος.
- **Προσεκτική απόρριψη των υλικών** που χρησιμοποιήθηκαν για κάλυψη της μύτης και του στόματος, σχολαστικό πλύσιμο στην περίπτωση που αυτά δεν είναι μιας χρήσης.
- Α**ποφυγή άμεσης επαφής με σωματικά υγρά**, ιδιαίτερα σάλιο, πτύελα ή άλλες αναπνευστικές εκκρίσεις και κόπρανα με γυμνά

χέρια και εφαρμογή γαντιών μιας χρήσης. Σωστή εφαρμογή της υγιεινής των χεριών.

- **Αποφυγή επαφής με δυνητικά μολυσμένα αντικείμενα του ασθενούς** όπως πιάτα, ποτήρια, μαχαιροπίρουνα, πετσέτες, σεντόνια τα οποία μετά από σχολαστικό πλύσιμο επαναχρησιμοποιούνται.
- **Καθαρισμός και απολύμανση επιφανειών** και αντικειμένων στο δωμάτιο του ασθενούς καθημερινά με κοινό απορρυπαντικό ή σαπούνι, ξέπλυμα και στη συνέχεια απολύμανση με διάλυμα οικιακής χλωρίνης σε αναλογία 1:30, αν χρησιμοποιείται χλωρίνη αρχικής αραίωσης 3%.
- **Καθαρισμός της τουαλέτας** καθημερινά με τον ίδιο τρόπο.

Στην περίπτωση που το άτομο εμφανίσει συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης (π.χ. πυρετό, βήχα, πονόλαιμο, δυσκολία στην αναπνοή) καλεί άμεσα τον Προσωπικό Ιατρό/παιδίατρο του ή με τη γραμμή 1420 για να λάβει οδηγίες.

_____

Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας

Υπουργείο Υγείας

26/05/2020