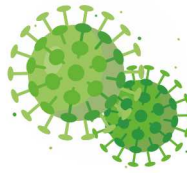


COVID-19

Ασθένεια που προκαλείται από τον ιό SARS-CoV-2

Οδηγίες πρόληψης



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΡΙΣΤΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ(εκδ.06-03-2020)



1. Πως μπορώ να προστατέψω το εαυτό μου;

- Πλένω καλά τα χέρια μου με σαπούνι και νερό, πολλές φορές την ημέρα. Εναλλακτικά χρησιμοποιώ αλκοολούχο διάλυμα (αλκοόλη >70%). Αποφεύγω την επαφή των χεριών με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια.
- Καλύπτω το στόμα και τη μύτη με χαρτομάντιλο κατά το βήχα ή φτέρνισμα.
- Αποφεύγω τη στενή επαφή με ασθενείς που έχουν τα συμπτώματα του ιού.

2. Πότε πρέπει να υποπτευθώ ασθένεια από το νέο κορωνοϊό;

- Όταν εμφανίσω ξαφνικά συμπτώματα από το αναπνευστικό με πυρετό και βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή χωρίς άλλη σαφή αιτιολογία

ΚΑΙ Βρισκόμουν τις τελευταίες 14 ημέρες σε περιοχή ή χώρα όπου υπάρχει συνεχιζόμενη μετάδοση της ασθένειας COVID-19 στην κοινότητα, με βάση τα τρέχοντα επιδημιολογικά δεδομένα (ρωτήστε τον υπεύθυνο του καταλύματος για το ποιες είναι οι περιοχές αυτές).

Ήρθα σε στενή επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα τις τελευταίες 14 ημέρες.

3. Τι πρέπει να κάνω σε αυτήν την περίπτωση;

- Ενημερώνω τον υπεύθυνο του καταλύματος και του ζητώ να καλέσει ιατρική βοήθεια και να με προμηθεύσει με χειρουργικές μάσκες και χαρτομάντιλα.
- Παραμένω στο δωμάτιό μου με την πόρτα του δωματίου κλειστή και αποφεύγω μη απαραίτητες επαφές με οποιονδήποτε. Φοράω τη μάσκα και εφαρμόζω αυστηρά τα μέτρα ατομικής υγιεινής. Απορρίπτω τα χρησιμοποιημένα χαρτομάντιλα στους κάδους απορριμμάτων.
- Εάν διαμένω με συνοδό, τότε και αυτός θα πρέπει να φορά απλή χειρουργική μάσκα, να κρατά απόσταση τουλάχιστον 2 μέτρα αν είναι δυνατό, και να πλένει τα χέρια του κάθε φορά που έρχεται σε επαφή μαζί μου.
- Διατηρώ την ψυχραιμία μου. Ο υπεύθυνος του καταλύματος θα ειδοποιήσει αμέσως τις αρμόδιες αρχές Δημόσιας Υγείας, σύμφωνα με τις οδηγίες που του έχουν δοθεί, ώστε να έρθουν σε επαφή μαζί μου για τις περαιτέρω ενέργειες.