

ΟΔΗΓΟΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗΣ

ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2 ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΗΜΟ ΞΗΡΟΜΕΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.

Τι είναι ο covid -19.....	4
Ατομικά μέτρα υγιεινής.....	5
Οδηγίες για την απομόνωση στο σπίτι.....	5
Οδηγίες για ευπαθείς ομάδες.....	10
Οδηγίες για ατομικές επιχειρήσεις.....	10
Συμμετοχή Δήμου Ξηρομέρου.....	11
Προστασία ευπαθών ομάδων.....	13
Κέντρο Υγείας Αστακού.....	13
Κέντρο Υγείας Μύτικα.....	13
Παράρτημα.....	14

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.

Τις τελευταίες ημέρες η παγκόσμια κοινότητα και η χώρα μας ζει μία πρωτόγνωρη κρίση η οποία έχει αλλάξει την καθημερινότητά μας.

Δεδομένου ότι ο ιός Covid-19 εμφανίστηκε πρόσφατα, η μόνη αντιμετώπισή του είναι η γνώση και η προστασία.

Το σημαντικότερο βήμα είναι η συναίσθηση της ατομικής μας ευθύνης η οποία είναι άμεσα συνυφασμένη με την συλλογική μας ευθύνη.

Με τον παρόντα οδηγό επιχειρήθηκε μία καταγραφή των εννοιών, των μέτρων προστασίας έτσι ώστε οι συμπολίτες μας να ενημερώνονται και να έχουν συγκεντρωτικά τα στοιχεία που απαιτούνται για την προφύλαξή τους.

Επειδή οι εξελίξεις μεταβάλλονται μέρα με την μέρα θα προσπαθήσουμε να τον επικαιροποιούμε και εσείς να ακολουθείτε τις οδηγίες των ειδικών.

ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ!!!

Δρ. Μαρία Σακουφάκη

Αμ. Σύμβουλος Δημόσιας Υγείας & Π.Φ.Υ
Δήμου Ξηρομέρου

Ιωάννης Τριανταφυλλάκης

Ιατρός – Δήμαρχος Ξηρομέρου

Στην πόλη Wuhan, επαρχία Hubei, στην Κίνα, εμφανίστηκε συρροή κρουσμάτων πνευμονίας. Στις 9 Ιανουαρίου 2020 οι υγειονομικές αρχές της Κίνας ανακοίνωσαν ότι πρόκειται για νέο στέλεχος κορωνοϊού (2019-nCoV). Οι κορωνοϊοί είναι μία ομάδα ιών που συνήθως προκαλούν αναπνευστικές λοιμώξεις με ποικίλη σοβαρότητα στον άνθρωπο και στα ζώα. Εκτιμάται ότι περίπου το ένα τρίτο των λοιμώξεων ανώτερου αναπνευστικού στον άνθρωπο μπορεί να προκαλείται από κορωνοϊούς.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-COV-2.

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 Γιουχάν της Κίνας και έκτοτε έως σήμερα έχει διασπαρθεί 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;

Παρόλο που ο ιός προέρχεται από τα ζώα, μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο. Η μετάδοση θεωρείται ότι γίνεται κυρίως μέσω του αναπνευστικού με σταγονίδια από το φτέρνισμα, το βήχα ή την εκπνοή.

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 μικρότερο από αυτό 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

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.

Γιατί ο αριθμός των κρουσμάτων αυξάνει τόσο γρήγορα;

Οι δύο βασικές αιτίες για την ταχεία αύξηση του αριθμού των κρουσμάτων είναι:

Ότι ο ιός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο και ότι έχει βελτιωθεί η δυνατότητα ανίχνευσής του.

Τι σημαίνει έχω έρθει σε επαφή με τον ιό;

«Επαφή», ως προς τον COVID-19, είναι ένα άτομο που δεν παρουσιάζει συμπτώματα ενώ μπορεί να έχει έρθει σε επαφή με περιστατικό νοσούντος ή και ασυμπτωματικού ατόμου από τον COVID-19. Ο κίνδυνος μόλυνσης εξαρτάται από τον βαθμό έκθεσης στον ιό και για να προσδιορισθεί χρειάζεται συγκεκριμένη διερεύνηση από το προσωπικό του ΕΟΔΥ.

Πώς μπορώ να προφυλαχτώ από το COVID-19;

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

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ.

-)] Παραμονή κατ' οίκον και αποχή από την εργασία οποιουδήποτε ατόμου εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού
-)] Αποφυγή στενής επαφής, εφόσον αυτό είναι δυνατό, με οποιοδήποτε άτομο εμφανίζει συμπτώματα από το αναπνευστικό, όπως βήχα ή παρμό (φτέρνισμα). Αυτό ιδιαίτερα ισχύει για τα άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες.
-)] Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης.
-)] Σε βήχα ή φτέρνισμα κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντιλου στους κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών.
-)] 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 χαρτοπετσέτες 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.

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) ή στο 1135 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. Η μάσκα χρησιμοποιείται για την προστασία των επαγγελματιών υγείας και δεν συστήνεται η χρήση της στον υγιή πληθυσμό.

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΛΗΨΗ ΜΕΣΩΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ.

Κάθε ασθενής με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού (αιφνίδια έναρξη νόσου, με τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: βήχας, πυρετός, δύσπνοια) κατά την προσέλευσή του σε οποιαδήποτε δομή παροχής υπηρεσιών υγείας πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ενδεχόμενο κρούσμα COVID-19, δηλ. με τη λήψη των αναγκαίων μέτρων απομόνωσης από άλλους ασθενείς και επισκέπτες (π.χ. χωριστός χώρος αναμονής) καθώς και με τη λήψη των ενδεδειγμένου ατομικού εξοπλισμού προστασίας από το προσωπικό υπηρεσιών υγείας. Ασθενείς με ήπια συμπτώματα πρέπει να μην επισκέπτονται νοσοκομεία ή άλλες μονάδες υγείας και να παραμένουν στο σπίτι.

ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ.

Ύποπτο κρούσμα (κριτήρια για εργαστηριακό έλεγχο).

Ασθενείς με σοβαρή οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού που χρειάζονται νοσηλεία ή που νοσηλεύονται.

Νοσηλευόμενοι ή φιλοξενούμενοι σε μονάδες ηλικιωμένων ή χρονίως πασχόντων με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού.

Προσωπικό Υπηρεσιών Υγείας με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού.

Ηλικιωμένοι ή άτομα με υποκείμενα χρόνια νοσήματα (π.χ. νοσήματα του αναπνευστικού, καρδιαγγειακά νοσήματα, σακχαρώδη διαβήτης, σοβαρή ανοσοκαταστολή) που εκδηλώνουν οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού.

ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΜΕΝΟ ΚΡΟΥΣΜΑ.

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

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΜΟΝΩΣΗ ΕΠΑΦΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΣΠΙΤΙ.

Άτομα που ήρθαν σε επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα λοίμωξης με το νέο κορωνοϊό (πχ μέλη οικογένειας, φίλοι, συνάδελφοι, επαγγελματίες υγείας) 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 επαγγελματία υγείας 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 2m 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.
- Αποφυγή άμεσης επαφής με σωματικά υγρά, ιδιαίτερα σάλιο, πτύελα ή άλλες αναπνευστικές εκκρίσεις και κόπρανα με γυμνά χέρια και εφαρμογή γαντιών μιας χρήσης. Ακολουθεί υγιεινή των χεριών.
- Αποφυγή επαφής με δυνητικά μολυσμένα αντικείμενα του ασθενή όπως πιάτα, ποτήρια, μαχαιροπήρουνα, 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 1:50, αν χρησιμοποιείται χλωρίνη αρχικής αραίωσης 5%.
- 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 ιατρό του ή τον ΕΟΔΥ (τηλ: 210 5212 054), για να λάβει οδηγίες.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.

-) Αποφυγή των συναθροίσεων και του συγχρωτισμού οπουδήποτε (π.χ. καφετέριες, κινηματογράφοι).
-) Αποφυγή ομαδικών εξωσχολικών δραστηριοτήτων.
-) Αποθάρρυνση συναντήσεων σε σπίτια φίλων, εστιατόρια ή εμπορικά κέντρα
-) Ενθάρρυνση εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων εξ αποστάσεως (e-learning).
-) Αποφυγή επαφής με άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες.
-) Συχνό και καλό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι ή αλκοολούχο διάλυμα.
-) Κάλυψη του βήχα ή του φτερνίσματος με χαρτομάντιλο και απόρριψη στα απορρίμματα. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, με το εσωτερικό του αγκώνα.
-) Αποφυγή αγγίγματος ματιών, μύτης και στόματος.
-) Αποφυγή στενής επαφής (χειραψίες, αγκαλιές και φιλιά).
-) Αποφυγή επαφής με άτομα που έχουν συμπτώματα λοίμωξης.
-) Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων, παραμονή στο σπίτι και επικοινωνία με ιατρό ή με τον ΕΟΔΥ.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΠΟΠΤΟΥ ΚΡΟΥΣΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.

Οι ασθενείς με ήπια συμπτωματολογία και χωρίς σοβαρό υποκείμενο νόσημα (πχ καρδιακό/ αναπνευστικό νόσημα, νεφρική ανεπάρκεια, ανοσοκαταστολή) μπορούν

να νοσηλευθούν στο σπίτι. Επίσης οι συμπτωματικοί ασθενείς που ολοκλήρωσαν τη νοσηλεία στο νοσοκομείο και λαμβάνουν εξιτήριο μπορεί να συνεχίσουν τη θεραπεία στο σπίτι. Η απόφαση πρέπει να είναι αποτέλεσμα προσεκτικής κλινικής αξιολόγησης και αφού προηγουμένως έχουν εξασφαλιστεί οι κατάλληλες συνθήκες νοσηλείας στο σπίτι καθώς και τακτική (καθημερινή) και κατά προτίμηση άμεση επικοινωνία επαγγελματία υγείας με τους ασθενείς.

Σε περίπτωση φροντίδας ύποπτου κρούσματος στο σπίτι, συστήνονται τα παρακάτω:

Οι ασθενείς και τα μέλη των οικογενειών τους πρέπει να εκπαιδευθούν στο να εφαρμόζουν τα κατάλληλα μέτρα περιορισμού μετάδοσης της νόσου σε όλη τη διάρκεια της νοσηλείας στο σπίτι:

-) Διαμονή του ασθενή σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο που χρησιμοποιείται μόνο από αυτόν.
-) Περιορισμός των ατόμων που φροντίζουν τον ασθενή, ιδανικά ένα άτομο που δεν ανήκει σε ομάδα υψηλού κινδύνου. Δεν επιτρέπονται επισκέψεις.
-) Διαμονή των υπόλοιπων μελών της οικογένειας σε διαφορετικό δωμάτιο και εάν αυτό δεν είναι εφικτό, τήρηση απόστασης τουλάχιστο 1m από τον ασθενή.
-) Περιορισμός των μετακινήσεων του ασθενή στο σπίτι και καλός αερισμός των κοινόχρηστων χώρων.
-) Χρήση απλής χειρουργικής μάσκας από το άτομο που φροντίζει τον ασθενή. Αποφεύγεται η επαφή των χεριών με τη μάσκα. Η μάσκα απορρίπτεται όταν είναι εμφανώς λερωμένη ή βρεγμένη καθώς και μετά τη χρήση. Στη συνέχεια εφαρμόζεται υγιεινή των χεριών.
-) Εφαρμογή υγιεινής των χεριών μετά από κάθε επαφή με τον ασθενή ή το άμεσο άψυχο περιβάλλον του, 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).
-) Χρήση χειροπετσών μιας χρήσης μετά το πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό χρήση υφασμάτινης πετσέτας η οποία αντικαθίσταται όταν χρησιμοποιηθεί.
-) Εφαρμογή αναπνευστικής υγιεινής από όλους, ιδιαίτερα από τον ασθενή, πάντα (κάλυψη στόματος και μύτης κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος, χρήση απλής χειρουργικής μάσκας, χαρτομάντηλων ή εσωτερικού του αγκώνα). Ακολουθεί υγιεινή των χεριών.
-) Προσεκτική απόρριψη των υλικών που χρησιμοποιήθηκαν για κάλυψη της μύτης και του στόματος ή σχολαστικό πλύσιμο στην περίπτωση που αυτά δεν είναι μιας χρήσης.
-) Αποφυγή άμεσης επαφής με σωματικά υγρά, ιδιαίτερα σάλιο, πτύελα ή άλλες αναπνευστικές εκκρίσεις και κόπρανα με γυμνά χέρια και εφαρμογή γαντιών μιας χρήσης. Ακολουθεί υγιεινή των χεριών.

-)] Τοποθέτηση των μολυσματικών υλικών του ασθενή (πχ γάντια, μάσκες, χαρτομάντηλα) σε σακούλα που δένει, μέσα στο δωμάτιο, πριν την απόρριψή τους μαζί με τα οικιακά απορρίμματα.
-)] Αποφυγή επαφής με δυνητικά μολυσμένα αντικείμενα του ασθενή όπως πιάτα, ποτήρια, μαχαιροπήρουνα, 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 1:10
-)] Καθαρισμός της τουαλέτας καθημερινά με το ίδιο διάλυμα.
-)] Τοποθέτηση λερωμένων ρούχων, πετσετών και κλινοσκεπασμάτων σε ξεχωριστό σάκο για τα άπλυτα με προσοχή, για αποφυγή επαφής με το δέρμα και τα ρούχα. Πλύσιμο στο πλυντήριο με κοινό οικιακό απορρυπαντικό σε υψηλή θερμοκρασία (60°C – 90°C) και καλό στέγνωμα.
-)] Χρήση γαντιών και ρόμπας μιας χρήσης κατά τη διάρκεια καθαρισμού επιφανειών και αποκομιδής λερωμένων με σωματικά υγρά ρούχων, πετσετών και κλινοσκεπασμάτων. Ακολουθεί υγιεινή των χεριών (όπως επισυνάπτεται στο Παράρτημα).
-)] Παραμονή στο σπίτι των ασθενών μέχρι την υποχώρηση των συμπτωμάτων και μετά από ιατρική εκτίμηση και αξιολόγηση.
-)] Όλα τα μέλη της οικογένειας θεωρούνται στενές επαφές και παρακολουθούν την υγεία τους.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΕΝΩΝ ΕΠΑΦΩΝ.

Άτομα που ήρθαν σε επαφή με ύποπτο για COVID-19 κρούσμα (πχ μέλη οικογένειας, επαγγελματίες υγείας) ή με επιβεβαιωμένο κρούσμα παρακολουθούν την υγεία τους από την ημέρα της τελευταίας επαφής και για 14 ημέρες. Στην περίπτωση που εμφανίσουν συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης (πχ πυρετό, βήχα, πονόλαιμο, δυσκολία στην αναπνοή) ή διάρροια, αναζητούν άμεσα ιατρική βοήθεια.

Σκόπιμη είναι η τακτική (καθημερινή) και κατά προτίμηση άμεση επικοινωνία των στενών επαφών με επαγγελματία υγείας για όλη τη διάρκεια της παρακολούθησης. Τα άτομα που θεωρούνται στενές επαφές πρέπει να έχουν οδηγίες σχετικά με τον τρόπο μετάβασης σε συγκεκριμένη νοσηλευτική μονάδα εάν προκύψει ανάγκη.

-)] Προηγούμενη ενημέρωση της νοσηλευτικής μονάδας που θα υποδεχτεί συμπτωματικό ασθενή πριν τη μετάβασή του.
-)] Χρήση από τον ασθενή απλής χειρουργικής μάσκας κατά τη μετάβαση του στη νοσηλευτική μονάδα.
-)] Αποφυγή χρήσης των μέσων μαζικής μεταφοράς. Προτιμάται ή χρήση ασθενοφόρου ή ιδιωτικού οχήματος με ανοιχτά τα παράθυρα.
-)] Εφαρμογή αναπνευστικής υγιεινής από τον ασθενή (κάλυψη στόματος και μύτης κατά τη διάρκεια βήχα ή φταρνίσματος, χρήση απλής χειρουργικής μάσκας, χαρτομάντηλων ή εσωτερικού του αγκώνα) καθώς και υγιεινής των χεριών. Τήρηση απόστασης τουλάχιστον 1m από τους γύρω του τόσο κατά

τη διάρκεια της μετάβασης στη νοσηλευτική μονάδα όσο και κατά τη διάρκεια της αναμονής για εξέταση.

-)] Καθαρισμός και απολύμανση των επιφανειών που λερώθηκαν κατά τη διάρκεια της μετάβασης του ασθενούς στη νοσηλευτική μονάδα, από αναπνευστικές εκκρίσεις ή άλλα σωματικά υγρά με κοινό απορρυπαντικό ή σαπούνι, ξέπλυμα και στη συνέχεια απολύμανση με διάλυμα οικιακής χλωρίνης σε αναλογία 1:10.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΕΥΠΑΘΕΙΣ ΟΜΑΔΕΣ.

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα επιστημονικά δεδομένα για τη λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2, τα ηλικιωμένα άτομα καθώς και άτομα οποιασδήποτε ηλικίας με χρόνια υποκείμενα νοσήματα (π.χ. χρόνια αναπνευστικά νοσήματα, κακοήθειες κτλ), ανήκουν στις ομάδες υψηλού κινδύνου για εμφάνιση σοβαρής νόσου και επιπλοκών.

Κατά συνέπεια για αυτές τις ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού κρίνεται ιδιαίτερα αναγκαία η συστηματική εφαρμογή όλων των μέτρων για την πρόληψη της μετάδοσης και διασποράς του νέου κορωνοϊού, με έμφαση στα ακόλουθα:

-)] Αποφυγή επαφής με άτομα με συμπτωματολογία λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος.
-)] Αποφυγή όλων των μη απαραίτητων ταξιδιών, ιδιαίτερα σε περιοχές ή χώρες με επιβεβαιωμένη μετάδοση του ιού στην κοινότητα.
-)] Εφαρμογή της υγιεινής των χεριών και αποφυγή επαφής των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).
-)] Συμμόρφωση στη χρόνια φαρμακευτική αγωγή που ενδεχομένως λαμβάνουν και στις οδηγίες των θεραπόντων ιατρών.
-)] Αποφυγή χώρων συγχρωτισμού και εκδηλώσεων εκτός αν είναι απαραίτητο
-)] Άμεση επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος και ιατρική αξιολόγηση.
-)] Αποφυγή επισκέψεων σε νοσηλευόμενους ασθενείς.
-)] Αποφυγή επισκέψεων σε χώρους υπηρεσιών υγείας χωρίς σοβαρό λόγο.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ ΣΤΙΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ.

-)] Σε κάθε επιχείρηση θα πρέπει στην είσοδο να υπάρχει συσκευασία απολυμαντικού.
-)] Κάθε άτομο που μετακινείται εκτός σπιτιού πρέπει να φέρει μαζί του απολυμαντικό ή απολυμαντικά μαντιλάκια. Τα δοχεία απορριμμάτων που ρίχνονται, τα απολυμαντικά μαντιλάκια, που χρησιμοποίησε ο ασθενής θα πρέπει να φέρουν εσωτερική πλαστική σακούλα με ενοποιημένο σχοινί κλεισίματος.
-)] Ο χώρος αναμονής(σαλόνι) θα πρέπει πριν το άνοιγμα ή μετά το πέρας της προηγούμενης χρήσης να απολυμαίνεται (δάπεδο, καρέκλες, τραπέζια). Στα τραπέζια δεν πρέπει αυτήν την περίοδο να υπάρχουν περιοδικά, και διαφημιστικά φυλλάδια.

-) Εάν έχει συσκευασία παροχής πόσιμου νερού να χρησιμοποιούνται πλαστικά κύπελλα σε θήκη και όχι χύμα.
-) Εάν η επίσκεψη στο γραφείο γίνεται με τηλεφωνικό ραντεβού καλό είναι να ενημερώνεται ο πελάτης ότι εάν έχει βήχα να μην προσέλθει ή εάν είναι επιτακτική ανάγκη να προσέλθει με μάσκα.
-) Χαιρετάμε με άγγιγμα των αγκώνων και κρατάμε απόσταση δύο μέτρων από τον συνομιλητή μας.
-) Πλένουμε τα χέρια μας μετά την χρήση της τουαλέτας και όταν πιάνουμε ακάθαρτα αντικείμενα.
-) Στις μετακινήσεις με μέσα ΜΜ μετά την αποβίβαση απολυμαίνουμε τα χέρια μας. Εάν το Λεωφορείο έχει πολλούς επιβάτες αποφεύγουμε το πρόσωπο του συνεπιβάτη στρέφοντας το πρόσωπο μας σε λοξή θέση αριστερά η δεξιά Μόλις φθάσουμε στην εργασία μας πλένουμε τα χέρια μας ή τα απολυμαίνουμε.
-) Εάν χρησιμοποιούμε δικό μας όχημα στις μετακινήσεις που όμως γίνεται χρήση και από άλλα άτομα θα πρέπει με ένα απολυμαντικό μαντιλάκι να απολυμάνουμε τις χειρολαβές στις πόρτες το τιμόνι και τους λεβιέδες ταχύτητας και χειρόφρενου.
-) Στις οικονομικές συναλλαγές χρησιμοποιούμε την κάρτα την οποία απολυμαίνουμε μετά την χρησιμοποίησή της και όχι νομίσματα.
-) Γυρίζοντας σπίτι απολυμαίνουμε τα χέρια μας πριν μπούμε με απολυμαντικό χαρτομάντιλο ή υγρό απολυμαντικό. Βγάζουμε τα παπούτσια και τα εξώρουχα και τα βάζουμε στο μπαλκόνι να αερισθούν, πλένουμε τα χέρια μας και το πρόσωπο και αλλάζουμε εσώρουχα. Τα ρούχα αφήνονται να αερισθούν για μισή τουλάχιστον ώρα. Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται σε κάθε πολύωρη έξοδο από το σπίτι.
-) Δεν πηγαίνουμε γυμναστήριο και σε άλλες κλειστές εκδηλώσεις η συναντήσεις. Εφόσον έχουμε βήχα δεν πηγαίνουμε στο γιατρό χωρίς μάσκα. Δεν πρέπει να εκτιθέμεθα σε ψυχρό περιβάλλον.
-) Εάν πρέπει να πάτε σε συνάντηση (καφέ κ.λ.π.) ανοίγετε την πόρτα με την μύτη του παπουτσιού η τον αγκώνα, εάν η πόρτα έχει χειρολαβή με το χέρι σας και αφού μπειτε στην αίθουσα απολυμάνετε τα χέρια σας με απολυμαντικό η ένα απολυμαντικό μαντιλάκι. Δεν αγγίζουμε καταλόγους ή διαφημιστικά έντυπα, αλλά ζητούμε από το προσωπικό(σε απόσταση) να δώσουμε την παραγγελία.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΞΗΡΟΜΕΡΟΥ ΣΤΗΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ.

Ο Δήμος Ξηρομέρου, κατόπιν επίσημου εγγράφου που έλαβε από την ΓΓΠΠ, συμμετέχει στην ενημερωτική καμπάνια της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας, με τίτλο: «Δεν φοβόμαστε - προστατευόμαστε / Ασπίδα μας η γνώση», που αφορά τον Κορωνοϊό.

Στα πλαίσια αυτά αναρτά στην ιστοσελίδα του ενημερωτικό υλικό σε ψηφιακή μορφή που αφορά:

-) Αφίσα με 8 οδηγίες προστασίας των ευπαθών ομάδων.

) Αφίσα με τον τηλεφωνικό αριθμό 1135 για κάθε πληροφορία και λήψη οδηγιών.

Για περισσότερες πληροφορίες οδηγηθείτε στον σύνδεσμο: <https://www.civilprotection.gr/el>

Ο Δήμος Ξηρομέρου εναρμονιζόμενος πλήρως με την κείμενη νομοθεσία, εξέδωσε σειρά οδηγιών για τον τρόπο λειτουργίας των υπηρεσιών του Δήμου.

Για το χρονικό διάστημα από 13.3.2020 έως και 24.3.2020, λαμβάνονται τα ακόλουθα μέτρα προστασίας εργαζομένων και κοινού στις υπηρεσίες του Δήμου Ξηρομέρου:

1. Αναστέλλεται η εξυπηρέτηση του κοινού με αυτοπρόσωπη παρουσία των πολιτών σε όλες τις υπηρεσίες του Δήμου Ξηρομέρου μέχρι και 24.3.2020.

Οι πολίτες μπορούν να ζητούν την εξυπηρέτησή τους ηλεκτρονικά και να λαμβάνουν με τον ίδιο τρόπο τα αιτούμενα έγγραφα στα εξής στοιχεία επικοινωνίας:

A) Αστακός τηλ.: 2646360500, fax: 2646042531, e-mail: info@dimosxiromerou.gr, ΚΕΠ Αστακού τηλ.-fax: 2646038040, e-mail: d.astakou@kep.gov.gr

B) Κανδήλα τηλ.: 2646338410, fax: 2646038411, e-mail: d.alyzias@kep.gov.gr

Γ) Φυτείες τηλ.: 2646360321, fax: 2646022696, e-mail: d.fyteion@kep.gov.gr

Με αυτοπρόσωπη παρουσία πολιτών θα εξυπηρετούνται μόνο έκτακτες και επείγουσες περιπτώσεις.

2. Συνιστάται σε όλους τους πολίτες η χρήση των ηλεκτρονικών πληρωμών, για λόγους δημόσιας υγείας και προστασίας.

3. Επιβάλλεται η απομάκρυνση υποχρεωτικά από την υπηρεσία τους μέχρι 24.3.2020 όλων των υπαλλήλων που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες, με βεβαίωση του προϊσταμένου τους.

4. Η διακίνηση της αλληλογραφίας μεταξύ των υπηρεσιών του Δήμου θα γίνεται αποκλειστικά ηλεκτρονικά, συμπεριλαμβανομένων και όλων των αιτούμενων αδειών προσωπικού (κανονικών, ειδικού σκοπού για τους γονείς μαθητών, αναρρωτικών κ.λ.π.).

5. Ενισχύεται το πρόγραμμα καθαρισμού των δημοτικών κτιρίων με τη συμμετοχή στο πρόγραμμα αυτό και των καθαριστριών τόσο των σχολείων του Δήμου Ξηρομέρου, που παραμένουν κλειστά έως και 24.3.2020, όσο και των Νομικών Προσώπων Πολιτισμός Περιβάλλον Αθλητισμός Παιδεία & Κοινωνική Πρόνοια καθώς και Κοινωφελής Επιχείρηση Δήμου Ξηρομέρου και επιβάλλεται η παρουσία των καθαριστριών τόσο κατά τη διάρκεια λειτουργίας τους, όσον και μετά τη λήξη του ωραρίου λειτουργίας τους, για τον συστηματικό καθαρισμό των χώρων.

Οι καθαρίστριες των σχολείων οφείλουν να χρησιμοποιούν τα είδη ατομικής προστασίας που τους έχουν παραχωρηθεί για τη συνήθη απασχόλησή τους στις σχολικές μονάδες του Δήμου, το σύνολο δε του προσωπικού καθαριότητας εσωτερικών και εξωτερικών χώρων θα φέρει τον προβλεπόμενο εξοπλισμό ατομικής προστασίας.

6. Σε περίπτωση έκδοσης νέας Πράξης Νομοθετικού Περιεχομένου για λήψη μέτρων και πέραν της 24.3.2020, η ισχύς της παρούσας θα παραταθεί εκ νέου, έως την νεότερη τασσόμενη προθεσμία.

ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΕΥΠΑΘΩΝ ΟΜΑΔΩΝ.

Σε μια προσπάθεια αποφυγής διασποράς του κορωνοϊού και ελαχιστοποίησης των μετακινήσεων των συμπολιτών μας.

Από 16/3 έως 24/3 συνταγογράφηση φαρμάκων και εξετάσεων σε ηλικιωμένους και ευπαθείς ομάδες από την Κοινωνική Επιχείρηση Δήμου Ξηρομέρου και το πρόγραμμα Βοήθεια στο Σπίτι σε συνεργασία με τα Κ.Υ. Αστακού, Μύτικα και Ιδιώτες Ιατρούς του Δήμου μας.

ΔΟΜΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ΔΗΜΟΥ ΞΗΡΟΜΕΡΟΥ.

ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΑΣΤΑΚΟΥ.

Στα πλαίσια πρόληψης περαιτέρω διασποράς του κορωνοϊού COVID-19 στην κοινότητα και προφύλαξης όλων των πολιτών και ιδιαίτερα όσων ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες από τη νόσηση και τις επιπλοκές του ιού, αποφασίστηκαν αλλαγές στο σύστημα συνταγογράφησης.

ΑΠΟ ΔΕΥΤΕΡΑ 16/03/2020 Η ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΗΣΗ ΦΑΡΜΑΚΩΝ ΚΑΙ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ ΘΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΜΟΝΟ ΚΑΤΟΠΙΝ ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΟΥ ΡΑΝΤΕΒΟΥ.

ΓΙΑ ΡΑΝΤΕΒΟΥ ΘΑ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΛΕΙΤΕ ΣΤΟ: ΤΗΛ. 2646360412 ΑΠΟ ΤΙΣ 08.00 - 13.00.

Τα επείγοντα περιστατικά θα συνεχίσουν να εξετάζονται από το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό του Κ.Υ. σε 24ωρη βάση.

Ωστόσο, ασθενείς που εμφανίζουν κάποιο από τα συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού, όπως:

-) πυρετός
-) βήχας
-) ρινική συμφόρηση
-) πονόλαιμος
-) καταρροή
-) δύσπνοια

οφείλουν να επικοινωνούν με το προσωπικό του Κέντρου Υγείας πριν την προσέλευσή τους στο χώρο του Κ.Υ.

ΤΗΛ. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΓΙΑ ΕΞΕΤΑΣΗ ΥΠΟΠΤΩΝ ΚΡΟΥΣΜΑΤΩΝ: **2646360400**.

ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΜΥΤΙΚΑ.

Το Κέντρο Υγείας Μύτικα εξέδωσε μία σειρά διαφανειών καθώς και ανακοίνωση ότι όσοι εμφανίζουν συμπτώματα βήχα, πυρετό ή δύσπνοια, να τηλεφωνούν στον ιατρό του Κ.Υ. Μύτικα στο **2646081250** πριν έρθουν για εξέταση, έτσι ώστε να τους δίνονται οι απαραίτητες οδηγίες.

Όλες οι υπηρεσίες του Δήμου εργάζονται και συνεργάζονται συστηματικά με τις Δομές Υγείας του Δήμου, προκειμένου να πετύχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

ΠΩΣ ΝΑ ΠΛΕΝΕΤΕ ΣΩΣΤΑ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ



ΒΡΕΞΕΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΜΕ ΝΕΡΟ



ΒΑΛΤΕ ΑΡΚΕΤΟ ΣΑΠΟΥΝΙ



ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ



ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΕΝΔΙΑΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΔΑΚΤΥΛΑ



ΕΠΑΝΑΛΑΒΕΤΕ ΑΠΟ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΩΝ ΔΑΚΤΥΛΩΝ



ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΡΑΧΕΣ ΤΩΝ ΔΑΚΤΥΛΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ ΧΕΡΙΩΝ



ΤΡΙΨΤΕ ΜΕ ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΤΟΥΣ ΑΝΤΙΧΕΙΡΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ



ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΜΕΣΟΔΑΚΤΥΛΙΑ ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΑ



ΞΕΠΛΥΝΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΜΕ ΝΕΡΟ



ΣΤΕΓΝΩΣΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΣΕ ΧΕΙΡΟΠΕΤΣΕΤΑ



ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΗ ΧΕΙΡΟΠΕΤΣΕΤΑ, ΓΙΑ ΝΑ ΚΛΕΙΣΕΤΕ ΤΗ ΒΡΥΣΗ



ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΛΕΟΝ ΚΑΘΑΡΑ!



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας



World Health
Organization

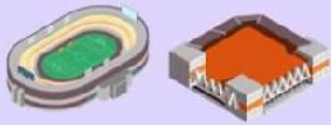


ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

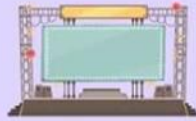
ΝΕΑ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΩΝ ΜΗ
ΑΝΑΓΚΑΙΩΝ ΤΑΞΙΔΙΩΝ



ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΟΛΩΝ ΤΩΝ
ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΚΕΚΛΕΙΣΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΘΥΡΩΝ,
ΓΙΑ 2 ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ



ΑΝΑΣΤΟΛΗ ΤΩΝ
ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ
ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΩΝ
ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΑΝΩ ΤΩΝ
1.000 ΑΤΟΜΩΝ



ΑΝΑΣΤΟΛΗ ΤΗΣ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΚΑΠΗ
ΓΙΑ 4 ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ



ΑΝΑΣΤΟΛΗ ΤΩΝ
ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ
ΓΙΑ 2 ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ



ΑΥΣΤΗΡΗ ΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ
ΜΕΤΡΩΝ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΣΕ
ΚΑΘΕ ΣΥΝΑΘΡΟΙΣΗ ΑΝΩ
ΤΩΝ 50 ΑΤΟΜΩΝ



ΑΝΑΣΤΟΛΗ ΤΩΝ
ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΩΝ
ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΓΙΑ 4 ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ

Κορωνοϊός:
Δεν φοβόμαστε - Προστατευόμαστε
Ασπίδα μας, η γνώση

1135

**Ο τηλεφωνικός
αριθμός για κάθε
πληροφορία**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

Ε.Ο.Ο.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΗΜΙΑ ΤΟΥ COVID-19

Ο Οδοντίατρός μου **θα με εξυπηρετήσει** **όποτε κριθεί απαραίτητο** το επόμενο διάστημα

Επικοινωνώ **τηλεφωνικά με τον Οδοντίατρο μου** για οτιδήποτε **προκύψει**, σχετικά με την υγεία του στόματός μου

Εντατικοποιώ τη φροντίδα της υγείας του στόματός μου

Ενημερώνω τον Οδοντίατρο μου **από το τηλέφωνο** για οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας έχω

Οι **μη επείγουσες οδοντιατρικές θεραπείες** προγραμματίζονται **εκ νέου**

Επισκέπτομαι τον Οδοντίατρο μου **μόνο κατόπιν τηλεφωνικής επικοινωνίας** σε περίπτωση έντονου πόνου/πρηξίματος

Κατά την επίσκεψή μου στον Οδοντίατρο μου, **τηρώ αυστηρά τους κανόνες**

Σε περίπτωση **οδοντιατρικής επέμβασης**, ο Οδοντίατρος λαμβάνει όλα τα

COVID-19



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

ΑΝΑΣΤΟΛΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΙΑ 14 ΜΕΡΕΣ ΑΠΟ ΣΑΒΒΑΤΟ 14 ΜΑΡΤΙΟΥ



**ΚΟΜΜΩΤΗΡΙΑ,
ΚΕΝΤΡΑ ΔΙΣΘΗΤΙΚΗΣ**



ΕΜΠΟΡΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ



**ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΑ ΤΥΧΕΡΩΝ
ΠΑΙΓΝΙΩΝ, ΚΑΖΙΝΟ**



**ΚΕΝΤΡΑ
ΔΙΔΑΣΚΕΔΑΣΗΣ**



**ΚΑΦΕΤΕΡΙΕΣ, ΜΠΑΡ,
ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΑ
ΜΕ ΕΞΑΙΡΕΣΗ ΤΙΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ
DELIVERY ΚΑΙ TAKE-AWAY**



**ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΙ,
ΘΕΑΤΡΑ,
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΕΣ**



ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ



**ΜΟΥΣΕΙΑ,
ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΧΩΡΟΙ**



ΘΕΜΑΤΙΚΑ ΠΑΡΚΑ

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. www.eody.gov.gr
2. www.who.int
3. www.isa.gr