

Οδηγίες για την πρόληψη και αντιμετώπιση της λοίμωξης Covid-19, από την ημερίδα που διοργάνωσε η Δ.Δ.Ε. Ξάνθης σε συνεργασία με τον Ιατρικό Σύλλογο Ξάνθης

1. Πώς ξεχωρίζουμε τη γρίπη από ένα κρούσμα covid;

Η γρίπη στο πρώτο στάδιο εκδηλώνεται με τα συμπτώματα: ρινική καταρροή – συνάχι πόνος στις αρθρώσεις, ενώ τα συμπτώματα του covid στο πρώτο στάδιο είναι ξηρόβηχας έντονος και πυρετός . Το σίγουρο είναι ότι και στις δύο περιπτώσεις μένουμε σπίτι και απευθυνόμαστε στον θεράποντα ιατρό.

2. Σε περίπτωση κάποιος που είναι θετικός πόσες ημέρες χρειάζεται να μείνει στο σπίτι του;

Πρέπει να μείνει στο σπίτι για 14 ημέρες.

3. Τι θα πρέπει να κάνει κάποιος που παρουσιάζει ενδείξεις αδιαθεσίας;

Πρέπει οπωσδήποτε να απευθυνθεί σε έναν ειδικό γιατρό και σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να πάρει πρωτοβουλία και ευθύνη από μόνος του. Ο γιατρός είναι ο μόνος που μπορεί να αποφασίσει εάν χρειάζεται ο ασθενής να κάνει το τεστ. Πλέον στην πόλη μας και τα ιδιωτικά και τα δημόσια διαγνωστικά κέντρα τεστ covid έχουν την εμπειρία.

4. Τι ισχύει για κάποιον που έχει νοσήσει και επανέρχεται μετά την καραντίνα των 14 ημερών στο σχολείο;

Θα πρέπει απαραίτητως να φοράει μάσκα και να κρατάει τις αποστάσεις. Για την επιστροφή του στο σχολείο δεν απαιτείται επαναληπτικό τεστ.

5. Μπορεί να ζητηθεί από μαθητή/τρια γνωμάτευση ότι νοσεί ή δεν νοσεί από COVID;

Σε καμία περίπτωση δεν δίδεται βεβαίωση γιατρού λόγω παραβίασης των προσωπικών δεδομένων.

6. Μπορεί ένας μαθητής να έρθει στο σχολείο μετά από πρώτο θετικό τεστ και δεύτερο αρνητικό τεστ στα οποία έχει υποβληθεί;

Πρέπει απαραίτητως να έχουν περάσει 14 ημέρες. Η εμπειρία μας έχει δείξει πλέον ότι η αρνητικοποίηση του τεστ διαρκεί από 30 έως 40 ημέρες από τη στιγμή που κάποιος είχε προσβληθεί από τον ιό αυτό.

7. Τι ισχύει για ένα τεστ που βγαίνει αρχικά θετικό και μετά από 2-3 ημέρες αρνητικό;

Αυτό σημαίνει ότι ήταν λανθασμένο.

8. Πώς γίνεται το τεστ που πρέπει να υποβάλλονται όσοι εμφανίζουν συμπτώματα covid;

Το τεστ γίνεται με αναλύσεις μοριακού δείγματος DNA του ιού π.χ. δείγμα από το φάρυγγα.

9. Από τι εξαρτάται η εγκυρότητα ενός τεστ ?

Εξαρτάται από τη λήψη του δείγματος, από το ιικό φορτίο, από τη μέθοδο. Σε κάθε περίπτωση το τεστ είναι ένα εργαλείο και θα πρέπει να είναι γνωστές και οι υπόλοιπες παραμέτροι που συντελούν για την κλινική διάγνωση. Το μόνο σίγουρο είναι ότι όταν το τεστ είναι θετικό, θα πρέπει ο/η μαθητής/τρια να μείνει για 14 ημέρες στο σπίτι χωρίς καμία εξωσχολική δραστηριότητα.

10. Μπορεί ένας μαθητής να μην χρεωθεί το τεστ covid;

Η δαπάνη για τη διενέργεια ενός διαγνωστικού τεστ επιβαρύνει αποκλειστικά τον/την μαθητή/τρια. Ο ιατρικός σύλλογος έχει ζητήσει να καλύπτεται η συγκεκριμένη δαπάνη από τα ασφαλιστικά ταμεία, αλλά όμως δεν έχει γίνει δεκτό ακόμη.

11. Σε ποιες περιπτώσεις δεν φοράμε τη μάσκα και σε ποιές τη φοράμε;

Σύμφωνα με το ΦΕΚ 8 της 8/9/20 αρ. φύλλου 3780 προβλέπονται τα εξής:

Η χρήση μη ιατρικής /ιατρικής χειρουργικής μάσκας είναι υποχρεωτική για τους μαθητές σε όλες τις τάξεις, τους εκπαιδευτικούς και το λοιπό προσωπικό, καθώς και για τους επισκέπτες των σχολικών μονάδων. Η χρήση μη ιατρικής μάσκας είναι υποχρεωτική στις ακόλουθες περιπτώσεις:

α) σε όλους τους εσωτερικούς χώρους των σχολικών μονάδων.

β) στους εξωτερικούς χώρους των σχολικών μονάδων όταν υπάρχει συνωστισμός, όπως ενδεικτικά κατά την προσέλευση και αποχώρηση από τη σχολική μονάδα, καθώς και στην περίπτωση συνωστισμού σε κυλικεία εξωτερικού χώρου,

γ) στο μέσο μεταφοράς μαθητών,

δ) κατά την περίοδο προσαρμογής στο νηπιαγωγείο δεν είναι υποχρεωτική η χρήση μάσκας κατά τη διάρκεια του φαγητού και κατά τη διάρκεια της γυμναστικής /άθλησης.

12. Το εμβόλιο της γρίπης μας καθιστά περισσότερο ευάλωτους στον κορωνοϊό;

Έχει παρατηρηθεί ότι στους περισσότερους ανθρώπους ο εμβολιασμός κατά της γρίπης «ρίχνει» την άμυνα του οργανισμού για περίπου 2 εικοσιτετράωρα. Κρίνεται συνεπώς χρήσιμο, για τα δυο πρώτα εικοσιτετράωρα όσοι εμβολιάζονται κατά της γρίπης να αποφεύγουν το συνωστισμό, διότι είναι περισσότερο ευάλωτοι.

13. Μπορούν οι ασυμπτωματικοί να μεταδώσουν τον ιό;

Οι ασυμπτωματικοί έχουν ιικό φορτίο και μεταδίδουν τον ιό. Αυτό για να συμβεί πρέπει να βρεθεί κανείς για **πολλές ώρες** με το φορέα σε κλειστό χώρο.

14. Ο ιός μεταδίδεται με τα σταγονίδια;

Τα σταγονίδια αποτελούν βασικό μέσο μετάδοσης του ιού. Η μεταδοτικότητα εξαρτάται άμεσα από το πόσο δυνατά μιλάει ο φορέας της νόσου. Όσο πιο δυνατά μιλάει τόσο πιο μακριά διαχέονται τα σταγονίδια.

15. Με τη χρήση κλιματιστικού συνιστάται το άνοιγμα παραθύρου;

Η χρήση των κλιματιστικών πρέπει να αποφεύγεται. Όπου όμως είναι αναπόφευκτη η χρήση τους (πχ αποκλειστικό μέσο θέρμανσης), τότε θα πρέπει κατά τη λειτουργία τους να ανοίγονται τα παράθυρα για τον αερισμό της αίθουσας. Στην περίπτωση αυτή συνιστάται και ο συχνός καθαρισμός τους.

16. Θα πρέπει ένας μαθητής/τρια να αλλάζει τη μάσκα του/της;

Η μάσκα πρέπει να αλλάζεται όταν έχει υγρανθεί. Για κάθε ενδεχόμενο είναι καλό οι μαθητές/τριες να έχουν μαζί τους και μια δεύτερη μάσκα.

17. Ποια είναι τα βασικότερα μέτρα προστασίας που οφείλουν να εφαρμόζουν οι μαθητές;

- A. χρήση μη ιατρικής /ιατρικής χειρουργικής
- B. σχολαστική καθαριότητα χεριών, απολύμανση
- Γ. τήρηση αποστάσεων

18. Ποιος είναι ο ορισμός της «στενής επαφής» σε μία σχολική μονάδα;

Σύμφωνα με τις οδηγίες που έχουν αποσταλεί από τον ΕΟΔΥ (18/09/2020) για την διαχείριση ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες

Στενές επαφές επιβεβαιωμένου κρούσματος λοίμωξης COVID-19 θεωρούνται:

- Οι μαθητές που ανήκουν στο ίδιο τμήμα με μαθητή που είναι επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 και συνυπήρξαν μαζί του στη σχολική τάξη κατά το 48ωρο πριν την έναρξη των συμπτωμάτων του (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν).
- Οι μαθητές που στο τμήμα τους δίδαξε συστηματικά εκπαιδευτικός που είναι επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 κατά το 48ωρο πριν την έναρξη των συμπτωμάτων του (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν). [«δίδαξε συστηματικά»: δίδαξε τουλάχιστον 2 διδακτικές ώρες μέσα στο διάστημα του 48ωρου πριν την έναρξη των συμπτωμάτων (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν)]
- Άτομο (μαθητής ή ενήλικας) που είχε επαφή πρόσωπο-με-πρόσωπο με επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 κατά το 48ωρο πριν την έναρξη των συμπτωμάτων του (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν) σε απόσταση < 1.5 μέτρο, για χρονικό διάστημα ≥ 15 λεπτά και χωρίς σωστή χρήση μάσκας εκ μέρους ενός από τους δυο (ή εκ μέρους και των δύο).
- Άτομο που είχε άμεση σωματική επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα COVID-19 (με ή χωρίς συμπτώματα) κατά την περίοδο μεταδοτικότητας.
- Άτομο που είχε επαφή με αναπνευστικές ή άλλες σωματικές εκκρίσεις επιβεβαιωμένου κρούσματος COVID-19 (με ή χωρίς συμπτώματα) κατά την περίοδο μεταδοτικότητας χωρίς να έχουν ληφθεί τα απαραίτητα μέτρα προφύλαξης.
- Στενή επαφή επιβεβαιωμένου κρούσματος (μαθητή ή μέλους του προσωπικού) που χρησιμοποιεί σχολικό λεωφορείο: α/ εάν το κρούσμα έκανε σωστή χρήση μάσκας στις διαδρομές που μετείχε και έγιναν κατά τις 48 ώρες πριν την έναρξη των συμπτωμάτων (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν), στενή επαφή –υπό τυπικές συνθήκες– θεωρείται κάθε άτομο που σε κάποια διαδρομή εντός αυτού του χρονικού διαστήματος καθόταν σε διπλανή θέση ή στην αντίστοιχη θέση της μπροστινής ή πίσω σειράς από τη θέση του επιβεβαιωμένου κρούσματος, β/ εάν το κρούσμα δεν έκανε σωστή

χρήση μάσκας στις διαδρομές που μετείχε και έγιναν κατά τις 48 ώρες πριν την έναρξη των συμπτωμάτων (ή έως και 10 ημέρες μετά από αυτήν), θα πρέπει να γίνει ειδική εκτίμηση κινδύνου για να οριστούν οι στενές επαφές.

19. Κινδυνεύουν οι μαθητές στην αυλή την ώρα του διαλείμματος;

Όχι, δεν κινδυνεύουν γιατί το διάστημα των 5 λεπτών είναι πολύ μικρό και δεν θεωρείται συνωστισμός εφόσον είναι σε ανοικτό χώρο. Στενή επαφή θεωρείται όταν είμαστε πολύ κοντά για περισσότερο από 15 λεπτά.