



Κορωνοϊός 2019

Αναθεωρήθηκε στις 1 Απριλίου, 2020: Οι πληροφορίες εξελίσσονται γρήγορα και το ΒPHC θα αναθεωρήσει αυτές τις πληροφορίες μόλις υπάρξουν νέες και σχετικές πληροφορίες.

Τι είναι ο νέος κορωνοϊός 2019;

Ο νέος κορωνοϊός 2019 (SARS CoV-2, παλαιότερα γνωστός ως 2019-nCoV) προκαλεί την νόσο που ονομάζεται τώρα COVID-19. Οι κορωνοϊοί (CoV) είναι μία μεγάλη οικογένεια ιών, των οποίων μερικοί μπορούν να προκαλέσουν λοίμωξη και ασθένεια σε ανθρώπους που κυμαίνεται από το απλό κρυολόγημα έως πιο σοβαρές νόσους. Ο ιός του Αναπνευστικού Συνδρόμου της Μέσης Ανατολής (MERS-CoV) και ο ιός του Σοβαρού Οξέος Αναπνευστικού Συνδρόμου (SARS-CoV) είναι παραδείγματα κορωνοϊών που μπορούν να προκαλέσουν σοβαρές νόσους.

Πώς μεταδίδεται ο COVID-19;

COVID-19 μεταδίδεται κυρίως από άνθρωπο σε άνθρωπο. Μεταδίδεται μέσω των αναπνευστικών σταγονιδίων που παράγονται όταν ένας μολυσμένος άτομος βήχει ή φταρνίζεται. Αυτά τα σταγονίδια μπορούν να καταλήξουν επάνω σε άτομα που βρίσκονται κοντά τους (εντός 6 ποδιών). Είναι επίσης πιθανό να κολλήσει ένα άτομο COVID-19 αγγίζοντας μία μολυσμένη επιφάνεια ή αντικείμενο και στη συνέχεια αγγίζοντας το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια του.

Ποια είναι τα σημεία και τα συμπτώματα του COVID-19;

Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν πυρετό και νόσο του αναπνευστικού συστήματος, όπως βήχα και δυσκολία στην αναπνοή. Σε βαριά περιστατικά, η λοίμωξη μπορεί να προκαλέσει πνευμονία, σοβαρό οξύ αναπνευστικό σύνδρομο, νεφρική ανεπάρκεια και ακόμη και θάνατο. Τα συμπτώματα του COVID-19 μπορεί να είναι παρόμοια με εκείνα της γρίπη με μυϊκούς πόνους που συνοδεύουν τα συμπτώματα της αναπνευστικής οδού.

Ποιος κινδυνεύει για σοβαρές επιπλοκές από τον COVID-19;

Ορισμένοι άνθρωποι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αρρωστήσουν από αυτή τη νόσο. Σε αυτούς συμπεριλαμβάνονται:

- Άτομα μεγαλύτερης ηλικίας
- Άτομα με καρδιακή προβλήματα, ζάχαρο, αναπνευστικά προβλήματα, και παχυσακία

Εάν διατρέχετε μεγαλύτερο κίνδυνο να αρρωστήσετε από τον COVID-19, πρέπει:

- Να μείνετε σπίτι και να απομονώσετε τον από τους άλλους.
- Να αποθηκεύσετε προμήθειες, συμπεριλαμβανομένων φαρμάκων.
- Να παίρνετε καθημερινές προφυλάξεις ώστε να υπάρχει απόσταση ανάμεσα σε εσάς και τους άλλους.
- Όταν κυκλοφορείτε εκτός σπιτιού, να μένετε μακριά από όσους είναι άρρωστοι, να περιορίσετε τη στενή επαφή (τουλάχιστον 6 πόδια) και να πλένετε συχνά τα χέρια σας.
- Να αποφεύγετε τα πλήθη
- Να αποφεύγετε τα ταξίδια ιδιαίτερα τις κρουαζιέρες και τα αεροπορικά ταξίδια που δεν είναι απαραίτητα.

Πώς μπορεί να προληφθεί ο COVID-19;

Επί του παρόντος δεν υπάρχει εμβόλιο για την πρόληψη από τον COVID-19. Ο καλύτερος τρόπος να αποφεύγετε την λοίμωξη είναι να αποφύγετε την έκθεση στον ιό. Το ΒPHC πάντοτε συνιστά να λαμβάνονται οι τυπικές προφυλάξεις ώστε να υποβοηθάται η πρόληψη της μετάδοσης των ιών του αναπνευστικού συστήματος, συμπεριλαμβανομένων των ακόλουθων:

- Να πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.
- Να τρίβετε τα χέρια σας με λοσιόν και τζελ με βάση το ινιόπνευμα.

- Να αποφεύγετε να αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας με άπλυτα χέρια.
- Να αποφεύγετε τη στενή επαφή με άτομα που είναι άρρωστα.
- Να μένετε στο σπίτι όταν είστε άρρωστοι.
- Να καλύπτετε τον βήχα ή το φτάρνισμα σας με ένα χαρτομάντιλο ή με το μανίκι σας.
- Να πλένετε ή να καθαρίζετε τα χέρια σας πριν αγγίξετε το πρόσωπό σας.
- Να μην μοιράζεστε φαγητό, ποτά ή σερβίτσια.
- Να καθαρίζετε και να απολυμαίνετε τα αντικείμενα και τις επιφάνειες που αγγίζετε συχνά.

Εάν αισθάνεστε άρρωστοι με πυρετό, βήχα, δυσκολία αναπνοής και έχετε μεγαλύτερο κίνδυνο επιπλοκών από το COVID-19, πρέπει:

- Να αναζητήσετε αμέσως ιατρική βοήθεια. Πριν πάτε στο ιατρείο ή στα επείγοντα, τηλεφωνήστε προηγουμένως και ενημερώστε τους για τα συμπτώματά σας.
- Αποφύγετε την επαφή με άλλα άτομα.
- Μην ταξιδεύετε όταν είστε άρρωστοι.
- Να καλύπτετε το στόμα και τη μύτη σας με ένα χαρτομάντιλο ή με το μανίκι σας (όχι με τα χέρια σας) όταν βήχετε ή φταρνίζεστε.
- Να πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Να χρησιμοποιείτε ένα αντισηπτικό χεριών με βάση το οινόπνευμα εάν δεν έχετε πρόσβαση σε σαπούνι και νερό.

Οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης που έρχονται σε επαφή με ασθενείς ή άλλους εργαζόμενους στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης και τους πρώτους ανταποκριτές (EMS, πυρκαγιά, αστυνομία) θα πρέπει να εξεταστούν για το COVID-19 αν έχουν συμπτώματα που μπορεί να οφείλονται στο COVID-19.

Εάν έχετε ήπια συμπτώματα, δεν έχετε κατάσταση υψηλού κινδύνου και δεν είστε εργαζόμενος στην υγειονομική περίθαλψη ή προσωπικό πρώτων βοηθειών, δεν χρειάζεται να εξεταστείτε. Θα πρέπει να απομονώσετε τον εαυτό σας από τους άλλους σαν να έχετε COVID-19:

- Διαμονή στο σπίτι εκτός από αττική περίθαλψη.
- Να αποφεύγετε χώρους εργασίας, σχολείου ή δημόσιους.
- Μη χρησιμοποιείτε δημόσιες συγκοινωνίες, ταξίδια με αυτοκίνητο ή ταξί.
- Αν είστε γύρω από άλλους ανθρώπους, να φοράτε μάσκα προσώπου, αν είναι δυνατόν.

Πώς γίνεται η διάγνωση του COVID-19;

Εάν έχετε COVID-19 συμπτώματα και έχετε ταξιδέψει σε περιοχή με ευρεία μετάδοση του COVID-19 τις τελευταίες 14 ημέρες, θα πρέπει να εξεταστείτε για τον ιό. Οι ιατρικές αρχές πρέπει να λάβουν λεπτομερές για της επαφές και ιατρικό ιστορικό από τους ασθενείς με πυρετό και οξεία νόσο του αναπνευστικού συστήματος.

Ποια είναι η θεραπεία για τον COVID-19;

Δεν υπάρχει ειδική συνιστώμενη αντι-ϊική θεραπεία για τον COVID-19. Τα άτομα που έχουν λοίμωξη από COVID-19 πρέπει να λάβουν υποστηρικτική φροντίδα και βοήθεια για την ανακούφιση των συμπτωμάτων. Οι περισσότεροι άνθρωποι με το COVID-19 δεν είναι αρκετά άρρωστοι να χρειάζονται νοσηλεία και μπορούν να μείνουν σπίτι. Τα άτομα που πιστεύουν ότι μπορεί να έχουν εκτεθεί στον COVID-19 πρέπει να επικοινωνήσουν με τον ιατρίο τους αμέσως.

