

Οδηγίες Υπουργείου Υγείας προς τις στενές επαφές επιβεβαιωμένων κρουσμάτων COVID-19

ΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΕΝΗΣ ΕΠΑΦΗΣ

- Άτομο που είχε άμεση σωματική επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα (π.χ. χειραψία, αγκαλιά, φιλή).
- Άτομο που είχε απροφύλακτη επαφή με μολυσματικές εκκρίσεις του αναπνευστικού επιβεβαιωμένου κρούσματος.
- Άτομο που είχε πρόσωπο με πρόσωπο επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα σε απόσταση μικρότερη των δύο (2) μέτρων και με διάρκεια μεγαλύτερη των δεκαπέντε (15) λεπτών.
- Άτομο που βρέθηκε σε κλειστό χώρο (π.χ. αίθουσα διδασκαλίας, σινεμά, χώρο αναμονής νοσοκομείων κ.τ.λ.) με επιβεβαιωμένο κρούσμα για πάνω από δεκαπέντε (15) λεπτά (συνεχόμενα ή αθροιστικά) και σε απόσταση κάτω από δύο (2) μέτρα.
- Επαγγελματίας υγείας ή άλλο άτομο που παρείχε φροντίδα υγείας σε κρούσμα ή εργαστηριακό προσωπικό που χειρίστηκε δείγμα επιβεβαιωμένου κρούσματος χωρίς να χρησιμοποιεί τον ενδεδειγμένο προστατευτικό εξοπλισμό ή στην περίπτωση που υπήρξε ρήξη στην ακεραιότητα του εξοπλισμού.
- Συνταξιδιώτης σε αεροσκάφος που καθόταν έως δυο σειρές (προς κάθε κατεύθυνση) από επιβεβαιωμένο κρούσμα, άτομα που ταξίδευαν μαζί ή φρόντιζαν τον ασθενή, μέλη πληρώματος που εξυπηρέτησαν το τμήμα του αεροπλάνου που καθόταν ο ασθενής.
- Άτομα που έπαιξαν ποδόσφαιρο, προπονήθηκαν ή συμμετείχαν σε άλλες ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες με το κρούσμα στον ίδιο χώρο, κλειστό ή ανοιχτό. Άτομα που χρησιμοποίησαν τα αποδυτήρια ταυτόχρονα με το κρούσμα ή μεταφέρθηκαν με το ίδιο λεωφορείο με το κρούσμα και φώναζαν συνθήματα ή πλησίασαν το κρούσμα για να βγάλουν φωτογραφία μαζί κ.τ.λ.

Συγκεκριμένα για τις σχολικές μονάδες στενή επαφή είναι:

- Οι μαθητές/μαθήτριες που κάθονταν σε απόσταση δύο (2) μέτρων από το κρούσμα προς κάθε κατεύθυνση σε όλα τα μαθήματα που συμμετείχε το κρούσμα κατά την περίοδο ιχνηλάτησης.
- Οι μαθητές/μαθήτριες με τους οποίους αγωνίστηκε σε οποιοδήποτε ομαδικό άθλημα.
- Οι μαθητές/μαθήτριες με τους οποίους συναναστράφηκε ή έπαιξε το διάλειμμα με τρόπο ώστε να ισχύουν τα κριτήρια της στενής επαφής (κάτω από 2 μέτρα για πάνω από 15 λεπτά ή οποιαδήποτε σωματική επαφή).
- Οι μαθητές/μαθήτριες με τους οποίους παρευρέθηκε σε όχημα για τη μεταφορά από και προς το σχολείο (ιδιωτικό αυτοκίνητο ή λεωφορείο) και βρίσκονταν γύρω του σε απόσταση λιγότερη των δύο (2) μέτρων προς κάθε κατεύθυνση σε διαδρομή άνω των δεκαπέντε (15) λεπτών.
- Σε περίπτωση κρούσματος σε εκπαιδευτικό, οι μαθητές/μαθήτριες της πρώτης σειράς αν η απόστασή της από τον χώρο που χρησιμοποιούσε το κρούσμα ήταν κάτω από δύο (2) μέτρα.
- Οι εκπαιδευτικοί που πλησίασαν τον/την μαθητή/μαθήτρια ή συνάδελφο κρούσμα σε απόσταση κάτω από δύο (2) μέτρα για πάνω από δεκαπέντε (15) λεπτά (συνεχόμενα ή αθροιστικά) ή είχαν σωματική επαφή μαζί του (π.χ. αγκαλιά, χειραψία, περίθαλψη τραύματος).

*** Η μάσκα δε διαφοροποιεί την αξιολόγηση μιας επαφής, γιατί δεν μπορούμε να είμαστε σίγουροι για την ορθή χρήση της.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΙΣ ΣΤΕΝΕΣ ΕΠΑΦΕΣ

- Οι στενές επαφές μένουν για δεκατέσσερις (14) ημέρες σε καραντίνα. Η ημέρα επαφής θεωρείται ημέρα μηδέν, άρα οι δεκατέσσερις (14) ημέρες ξεκινούν από την επόμενη. Καραντίνα σημαίνει απομόνωση στο σπίτι σε ξεχωριστό δωμάτιο. Αυτό σημαίνει ότι ούτε βγαίνουν από το σπίτι, ούτε συναναστρέφονται με τους γείτονες στην αυλή, ούτε πάνε στα γρήγορα για ψώνια, ούτε δέχονται επισκέψεις.
- Η καραντίνα ξεκινά από την τελευταία ημέρα επαφής με το κρούσμα και όχι από την ημέρα ενημέρωσης.
- Η καραντίνα των δεκατεσσάρων (14) ημερών ισχύει ακόμα και αν κάνουν το τεστ και βγει αρνητικό. Αυτό γιατί η περίοδος επώασης του ιού είναι δεκατέσσερις (14) ημέρες και ενδέχεται κάποιος να αναπτύξει συμπτώματα μέσα σε αυτό το διάστημα και να θετικοποιηθεί στην πορεία.
- Σε περίπτωση που μια **στενή επαφή** δεν κάνει το τεστ για οποιοδήποτε λόγο, αποδεσμεύεται εφόσον παρέλθει η περίοδος καραντίνας και δεν έχει αναπτύξει συμπτώματα. Βασικό μέτρο για την προστασία της δημόσιας υγείας είναι η καραντίνα και όχι το τεστ. Δεν απαιτείται οποιαδήποτε ιατρική βεβαίωση για την επιστροφή στενής επαφής στο σχολείο ή στην εργασία μετά την πάροδο των δεκατεσσάρων (14) ημερών.
- Σε περίπτωση που στενές επαφές αποφασίσουν να συνεχίσουν να ζουν με το κρούσμα (αυτό συμβαίνει σε κάποιες περιπτώσεις οικογενειών κυρίως λόγω πρακτικών δυσκολιών) οι 14 ημέρες καραντίνας της κάθε στενής επαφής ξεκινούν να μετρούν από την ημέρα αποδέσμευσης του θετικού. Κι αυτό γιατί: Ο θετικός είναι μολυσματικός μέχρι την ημέρα αποδέσμευσής του (είτε με 2 αρνητικά τεστ είτε με την πάροδο 21 ημερών). Άρα υπάρχει πιθανότητα η στενή επαφή να κόλλησε ακριβώς την προηγούμενη μέρα και να εκδηλώσει τον ιό μέχρι και 14 μέρες μετά. Σε περίπτωση παιδιών, αν γίνει τις αμέσως επόμενες μέρες το τεστ ιχνηλάτησης και βγει αρνητικό, υπάρχει πιθανότητα να θετικοποιηθούν αργότερα και να χρειαστεί να επαναλάβουν το τεστ αρκετές φορές μέχρι να διαγνωστούν και στη συνέχεια να αρνητικοποιηθούν. Αν αφήσουμε το τεστ να γίνει λίγο πριν την έξοδο από την καραντίνα, υπάρχει το ενδεχόμενο να βρεθούν τότε θετικά, οπότε υποχρεωτικά θα ξεκινήσει το δικό τους πρωτόκολλο που θα τους αφήσει σε καραντίνα για άλλες 14 μέχρι 21 μέρες, μέχρι να αποδεσμευτούν.
- Αν οι επαφές είναι ασυμπτωματικές, σε περίπτωση που αναπτύξουν συμπτώματα, να επικοινωνούν με τον προσωπικό τους γιατρό, για να κρίνει αυτός αν θα κάνουν πιο νωρίς ή αν θα επαναλάβουν το τεστ. Δε χρειάζεται να ενημερώσουν τον προσωπικό τους γιατρό ότι είναι επαφή κρούσματος, παρά ΜΟΝΟ στην περίπτωση ανάπτυξης συμπτωμάτων.
- Θα επικοινωνήσει μαζί τους λειτουργός του Υπουργείου Υγείας, για να τους διευθετήσει ραντεβού και να τους δώσει οδηγίες για τον τόπο και τον τρόπο μετάβασης.
- Υπάρχει δυνατότητα εξασφάλισης άδειας για απουσία από την εργασία ή απουσία από το σχολείο από το Υπουργείο Υγείας, την οποία μπορούν να εξασφαλίσουν με τον πιο κάτω τρόπο:

1. Θα μπουκ στο **PIO CORONAVIRUS**, θα πάνε στο **Πληροφορίες / Οδηγίες** και μετά στο **Πληροφορίες για το κοινό** και θα βρουν το τελευταίο word αρχείο με τίτλο *Αίτημα για έκδοση πιστοποιητικού απουσίας από την εργασία για λόγους Δημόσιας Υγείας*.

2. Θα συμπληρώσουν το έντυπο, θα το στείλουν με fax ή με email όπως αναγράφεται στο έντυπο και θα λάβουν το πιστοποιητικό με τον ίδιο τρόπο.

- Εφόσον το παιδί – στενή επαφή απομονωθεί από τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας, οι υπόλοιποι συνεχίζουν κανονικά τις καθημερινές τους δραστηριότητες (σχολείο, εργασία κ.λπ.).

- Αν έχουμε στενή επαφή ανήλικο, ο ένας από τους γονείς να μείνει μαζί του στην καραντίνα και να ζητήσει πιστοποιητικό από το Υπουργείο Υγείας, όπως πιο πάνω. Μόνο για τον έναν γονέα μπορεί να γίνει αυτό. Για το παιδί που είναι στενή επαφή και για τον γονέα που θα το συνοδεύσει, ισχύουν οι ίδιες οδηγίες. Αν οι γονείς κρίνουν ότι το παιδί τους μπορεί να μείνει μόνο του στην καραντίνα και να αυτοεξυπηρετείται, μπορεί να γίνει δεδομένου ότι τηρείται το νομικό πλαίσιο, αλλά ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΜΙΑ ΕΠΑΦΗ ΜΑΖΙ ΤΟΥ για οποιαδήποτε φροντίδα του. Για τεστ θα προγραμματιστεί σε πρώτο στάδιο μόνο το παιδί και – σε περίπτωση που βγει θετικό – τότε θα εξεταστεί και ο ενήλικος που θα είναι μαζί του στην καραντίνα.
- Αν μια στενή επαφή έχει προγραμματισμένο ταξίδι πριν τη λήξη της καραντίνας της, δε δικαιούται να ταξιδέψει, εκτός αν πρόκειται για επαναπατρισμό (π.χ. Κύπριος με μόνιμη διαμονή στο εξωτερικό).
- Αν μια επαφή έχει προγραμματισμένη εξέταση πριν τη λήξη της καραντίνας της, μπορεί να την πραγματοποιήσει ΜΟΝΟ ΥΠΟ ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ. Καλύτερα είναι να γίνει διαδικτυακά. Αν απαιτείται φυσική παρουσία, τότε θα πρέπει το άτομο να εξεταστεί ατομικά, με απόσταση πέραν των δύο (2) μέτρων από τον εξεταστή/επιτηρητή και με τη χρήση μάσκας εκατέρωθεν.
- Αν μια στενή επαφή είναι αθλητής, προτρέπεται να πάρει σχετικές οδηγίες για τις προπονήσεις της από τους προπονητές, με βάση στα πρωτόκολλα της Κ.Ο.Π. και του Κ.Ο.Α.
- Εάν ένα ήδη διαγνωσμένο θετικό κρούσμα βρεθεί στενή επαφή ξαναμπαίνει καραντίνα μόνο μετά την πάροδο τριών (3) μηνών από την αρχική του διάγνωση. Αλλιώς θεωρούμε ότι έχει ανοσία και δε χρειάζεται να περιοριστεί. Πρέπει όμως να φοράει μάσκα και να τηρεί τους κανόνες προσωπικής υγιεινής και κοινωνικής αποστασιοποίησης, όπως όλοι οι υπόλοιποι.
- **Οι στενές επαφές θα πρέπει να περιμένουν τη σειρά τους για διευθέτηση του προγραμματισμένου τεστ από τη διαδικασία της ιχνηλάτησης ή από τον προσωπικό ιατρό.** Σε διαφορετική περίπτωση θα θεωρείται παραβίαση της καραντίνας.
- Με την καταχώρηση της στενής επαφής στη βάση του Υπουργείου Υγείας για διευθέτηση ραντεβού δειγματοληψίας, η επαφή θα λαμβάνει αυτόματα sms με το link των οδηγιών (<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/o2.pdf>, <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/en/pdf/iso1.pdf>).

Περιστασιακές επαφές

- Οι περιστασιακές επαφές δεν μπαίνουν σε κατ' οίκον περιορισμό και δε τους γίνεται το τεστ μέσω της διαδικασίας της ιχνηλάτησης.
- Παρακολουθούν την υγεία τους και σε περίπτωση που εμφανίσουν συμπτώματα, πρέπει να επικοινωνήσουν με τον προσωπικό τους ιατρό.
- Εάν θέλουν να κάνουν το τεστ μπορούν να το κάνουν ιδιωτικά με προσωπική επιβάρυνση του ποσού.
- Είναι ελεύθεροι να επιστρέψουν στην εργασία και στις δραστηριότητές τους. ΔΕΝ ενδείκνυται να μείνουν σε καραντίνα και ΔΕΝ μπορεί να τους δικαιολογηθεί κάτι τέτοιο από το Υπουργείο Υγείας.
- **Οι επαφές της επαφής δεν αξιολογούνται**, ανεξαρτήτως υποκείμενων νοσημάτων ή συμπτωμάτων. Σε τέτοιες περιπτώσεις παραπέμπονται τα άτομα στον προσωπικό τους ιατρό για αξιολόγηση της κατάστασης.