

# Οδηγίες για τη Μείωση Μετάδοσης Λοιμώξεων του Αναπνευστικού στο Σχολικό Περιβάλλον

Για να μειωθεί ο κίνδυνος μετάδοσης των λοιμώξεων του αναπνευστικού (λοιμώξεις από τον ιό SARS-CoV-2, γρίπη κ.α.) στο σχολικό περιβάλλον συστήνεται η τήρηση βασικών μέτρων από καθηγητές, μαθητές και λοιπό προσωπικό:

- Τακτικό πλύσιμο των χεριών
  - - Όταν τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα (σαπούνι και νερό)
    - Πριν και μετά: ▪Την προετοιμασία ή χορήγηση γεύματος ▪ Το γεύμα ▪ Τη χρήση της τουαλέτας
    - Το πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, θα ακολουθείται από προσεκτικό στέγνωμα με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης και απόρριψή τους στους κάδους απορριμμάτων.
    - Εναλλακτικά, συστήνεται η εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος.
- Καλός αερισμός των εσωτερικών χώρων διδασκαλίας. Συστήνεται να ανοίγονται τα παράθυρα τακτικά για τη βελτίωση του αερισμού.
- Αποφυγή ανεπαρκώς αεριζόμενων χώρων με συνωστισμό ατόμων (π.χ. διάδρομοι, σκάλες, χρήση ασανσέρ)
- Αποφυγή συγκεντρώσεων πολλών ατόμων – τήρηση φυσικών αποστάσεων
- Αποφυγή αγγίγματος προσώπου, μύτης, ματιών και στόματος και πλύσιμο των χεριών καλά πριν και μετά από αυτό
- Βήχας ή φτέρνισμα στον αγκώνα ή σε χαρτομάντιλο. Αν χρησιμοποιηθεί χαρτομάντιλο, θα πρέπει να πεταχτεί προσεκτικά μετά από μία μόνο χρήση και να ακολουθήσει πλύσιμο των χεριών.
- Εάν κάποιος/α μαθητής/τρια παρουσιάζει συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού (πονόλαιμο, βήχα, καταρροή) ή έχει θετικό αποτέλεσμα εργαστηριακού ελέγχου για αναπνευστικό παθογόνο όπως SARS-CoV-2, ιό γρίπης ή RSV, συστήνεται να παραμένει στο σπίτι και να περιορίσει τις επαφές του με άλλα άτομα.

- Η παραμονή στο σπίτι συστήνεται μέχρι την υποχώρηση ή βελτίωση των συμπτωμάτων και την ολοκλήρωση τουλάχιστον 24 ωρών από την πλήρη υποχώρηση του πυρετού (χωρίς τη λήψη αντιπυρετικών σκευασμάτων).