

## **Επικαιροποιημένο πρωτόκολλο διαχείρισης και αντιμετώπισης πιθανών ή επιβεβαιωμένων κρουσμάτων covid-19 στο Πάντειο Πανεπιστήμιο**

Το Πρυτανικό Συμβούλιο της 27.09.2021 βάσει της KYA υπ' αρ. 119847/ΓΔ6 «Λειτουργία των Ανώτατων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων (Α.Ε.Ι.) και μέτρα για την αποφυγή διάδοσης του κορωνοϊού COVID-19 κατά το ακαδημαϊκό έτος 2021-2022» (ΦΕΚ Β' 4406/24.9.2021) αποφασίζει τα εξής:

α) Υπεύθυνη Νοσηλεύτρια στην Υγειονομική Υπηρεσία του Πανεπιστημίου είναι η κ. Παρασκευή Μέγα, [p\\_mega@panteion.gr](mailto:p_mega@panteion.gr)

β) Υπεύθυνοι διαχείρισης COVID-19 και οι αναπληρωτές τους ανά Σχολή ή άλλης δομής του Παντείου Πανεπιστημίου (άρθρο 6 της ανωτέρω KYA) ορίστηκαν οι εξής:

Δομή	Υπεύθυνος διαχείρισης COVID-19	Αναπληρωτής Υπεύθυνου διαχείρισης COVID-19
Σχολή Επιστημών Οικονομιάς & Διοίκησης για τα Τμήματα: - Δημόσιας Διοίκησης - Οικονομικής & Περιφερειακής Ανάπτυξης	Θεοδόσιος Παλάσκας Κοσμήτορας <a href="mailto:thpal@panteion.gr">thpal@panteion.gr</a>	Θεόδωρος Μαριόλης Πρόεδρος Τμήματος <a href="mailto:mariolis@panteion.gr">mariolis@panteion.gr</a>
Σχολή Πολιτικών Επιστημών για τα Τμήματα: - Πολιτικής Επιστήμης & Ιστορίας - Κοινωνικής Πολιτικής	Δημήτριος Χριστόπουλος Κοσμήτορας <a href="mailto:christod@panteion.gr">christod@panteion.gr</a>	Δέσποινα Παπαδοπούλου Πρόεδρος Τμήματος <a href="mailto:papadodes@gmail.com">papadodes@gmail.com</a>
Σχολή Κοινωνικών Επιστημών για τα Τμήματα: - Κοινωνιολογίας - Κοινωνικής Ανθρωπολογίας - Ψυχολογίας	Αθηνά Αθανασίου Κοσμήτορας <a href="mailto:athenaathanasiou@panteion.gr">athenaathanasiou@panteion.gr</a>	Ανδρέας Λύτρας Πρόεδρος Τμήματος <a href="mailto:anlytras@gmail.com">anlytras@gmail.com</a>
Σχολή Διεθνών Σπουδών, Επικοινωνίας & Πολιτισμού για τα Τμήματα: - Επικοινωνίας, Μέσων & Πολιτισμού - Διεθνών, Ευρωπαϊκών & Περιφερειακών Σπουδών	Ιωάννης Σκαρπέλος Κοσμήτορας <a href="mailto:gskarp@panteion.gr">gskarp@panteion.gr</a>	Κωνσταντίνος Υφαντής Πρόεδρος Τμήματος <a href="mailto:kifantis@panteion.gr">kifantis@panteion.gr</a>

γ) Το Πρωτόκολλο διαχείρισης πιθανού ή επιβεβαιωμένου περιστατικού COVID-19 (άρθρο 6 της ανωτέρω KYA) ορίζεται ως εξής:

#### **A. Προϋποθέσεις συμμετοχής στη διά ζώσης διδασκαλία**

Οι φοιτητές/τριες και οι διδάσκοντες/ουσες συμμετέχουν στη διά ζώσης εκπαιδευτική διαδικασία των ΑΕΙ μόνο όταν πληρούν μία από τις εξής προϋποθέσεις:

- επιδεικνύουν πιστοποιητικό εμβολιασμού έχοντας ολοκληρώσει προ 14 τουλάχιστον ημερών τον εμβολιασμό για κορωνοϊό COVID-19, ή
- επιδεικνύουν πιστοποιητικό νόσησης τελευταίου εξαμήνου, ή
- επιδεικνύουν βεβαίωση αρνητικού αποτελέσματος σε εργαστηριακό έλεγχο (rapid ή PCR) για κορωνοϊό 2 φορές την εβδομάδα, με δική τους δαπάνη, έως 48 ώρες πριν την προσέλευσή τους στο Πανεπιστήμιο, κάθε Τρίτη και Παρασκευή, ή
- έχουν ολοκληρώσει προ 14 τουλάχιστον ημερών τον εμβολιασμό για κορωνοϊό COVID-19 με μία (1) δόση εμβολίου λόγω νόσησής τους από κορωνοϊό COVID-19, ή
- έχουν νοσήσει από κορωνοϊό COVID-19 και έχει παρέλθει χρονικό διάστημα μεγαλύτερο των 20 ημερών και μικρότερο των 180 ημερών από την ημερομηνία διάγνωσής τους ως θετικού κρούσματος, κατόπιν διεξαγωγής εργαστηριακού ελέγχου, με επίδειξη πιστοποιητικού

Η χρήση προστατευτικής μάσκας (απλής χειρουργικής ή υφασμάτινης με κατάλληλες προδιαγραφές) είναι υποχρεωτική, για όλα τα φυσικά πρόσωπα:

- α) σε όλους τους χώρους που διεξάγεται δια ζώσης εκπαιδευτική διαδικασία
- β) σε όλους τους εσωτερικούς χώρους του Πανεπιστημίου και τους εσωτερικούς κοινόχρηστους χώρους των φοιτητικών εστιών, και
- γ) σε όλους τους εξωτερικούς χώρους του Πανεπιστημίου όπου παρατηρείται συνωστισμός.

Οι φοιτητές που συμμετέχουν σε εκπαιδευτική διαδικασία με φυσική παρουσία, υποχρεούνται να φέρουν σε έντυπη μορφή το απαιτούμενο ανά περίπτωση πιστοποιητικό ή βεβαίωση που αποδεικνύει την πλήρωση στο πρόσωπό του μιας εκ των προϋποθέσεων που αναφέρονται παραπάνω, καθώς και σχετικό έγγραφο ταυτοπροσωπίας (φοιτητική ταυτότητα ή αστυνομική ταυτότητα ή διαβατήριο). Οφείλουν επίσης να τοποθετούν το πιστοποιητικό ή τη βεβαίωση εμβολιασμού ή νόσησης ή αρνητικού εργαστηριακού διαγνωστικού ελέγχου πάνω στο έδρανό τους σε εμφανές σημείο κατά τη διάρκεια της παραμονής τους εντός των αμφιθεάτρων και αιθουσών, όπου πραγματοποιείται η εκπαιδευτική διαδικασία.

Οι φοιτητές οφείλουν να τηρούν τα μέτρα ατομικής υγιεινής και συνιστάται να φέρουν μαζί τους αλκοολούχο διάλυμα για την απολύμανση των χεριών τους.

Για την αποφυγή συνωστισμού, συνιστάται στους φοιτητές να προσέρχονται στο Πανεπιστήμιο τουλάχιστον 15'-30' πριν την έναρξη του μαθήματος.

Μετά το πέρας των μαθημάτων οι φοιτητές πρέπει να αποχωρούν αμέσως από τις αίθουσες διδασκαλίας. Οι αίθουσες θα παραμένουν άδειες για μισή ώρα μεταξύ των μαθημάτων.

Πρέπει να αποφεύγεται ο συνωστισμός σε όλους τους κοινόχρηστους κλειστούς χώρους του Πανεπιστημίου.

## **B. Αντιμετώπιση κρούσματος**

Εάν κάποιο μέλος της Πανεπιστημιακής Κοινότητας (φοιτητές, μέλη ΔΕΠ και λοιπές κατηγορίες διδακτικού προσωπικού, διοικητικό προσωπικό) εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 κατά την παρουσία του στο Πανεπιστήμιο, οφείλει να πράξει ως εξής:

- Ο φοιτητής, που βρίσκεται σε αίθουσα διδασκαλίας, ενημερώνει τον διδάσκοντα, τον υπεύθυνο COVID-19 της Σχολής του και την νοσηλεύτρια. Εάν ο φοιτητής βρίσκεται σε άλλο χώρο του Πανεπιστημίου, ενημερώνει αμέσως τον υπεύθυνο COVID-19 της Σχολής του και την νοσηλεύτρια. Ο Κοσμήτορας ενημερώνει τον Πρόεδρο του Τμήματος.
- Ο διδάσκων ενημερώνει τον υπεύθυνο COVID-19 της Σχολής του και την νοσηλεύτρια. Ο Κοσμήτορας ενημερώνει τον Πρόεδρο του Τμήματος.
- Το μέλος του διοικητικού προσωπικού ενημερώνει τον προϊστάμενο της υπηρεσίας του και τη νοσηλεύτρια του Πανεπιστημίου.

Η νοσηλεύτρια (ή ο διδάσκων) καταγράφει τα πλήρη στοιχεία επικοινωνίας του ατόμου και στη συνέχεια αυτό αποχωρεί άμεσα από τους χώρους του Πανεπιστημίου.

Ακολούθως, θα πρέπει να απευθυνθεί σε υγειονομική μονάδα προκειμένου να διενεργηθεί έλεγχος, εφόσον ο γιατρός που το εξετάσει κρίνει αναγκαίο, προκειμένου να επιβεβαιωθεί ή να απορριφθεί η περίπτωση νόσησης.

Εφόσον γίνει το τεστ και δεν χρήζει νοσηλείας, εν αναμονή του αποτελέσματος, η/ο φοιτήτρια/ής, μέλος του διδακτικού, ερευνητικού και διοικητικού προσωπικού παραμένει σε απομόνωση κατ' οίκον, σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο και το Πανεπιστήμιο συνεχίζει τη λειτουργία του.

Εάν η κατάσταση του ατόμου δεν επιτρέπει την αποχώρησή του, η υπεύθυνη νοσηλεύτρια του Πανεπιστημίου προχωρά σε απομόνωσή του σε προκαθορισμένο καλά αεριζόμενο χώρο, όπου εφαρμόζονται υγιεινή χεριών και αναπνευστική υγιεινή και υπάρχει ο εξοπλισμός ατομικής προστασίας για το προσωπικό που διαχειρίζεται το κρούσμα. Στη συνέχεια καλείται το ΕΚΑΒ για μεταφορά του ατόμου σε υγειονομική μονάδα.

Μετά την αποχώρηση του ύποπτου κρούσματος από τις εγκαταστάσεις του πανεπιστημίου, διενεργείται επιμελής καθαρισμός του χώρου και εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες με τις οποίες ήρθε σε επαφή, με χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας.

**Ενέργειες εάν κάποιος φοιτητής, ή άλλο μέλος της Πανεπιστημιακής Κοινότητας, ενημερώσει καθηγητή/υπεύθυνο σχολής/ υπεύθυνο υγειονομικής υπηρεσίας, ότι εμφάνισε συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 ενώ βρισκόταν στο σπίτι.**

- Σύσταση για ιατρική αξιολόγηση σε υγειονομική μονάδα, με πιθανότητα διενέργειας μοριακού ελέγχου (οι ιατροί που τον εξετάζουν το αποφασίζουν) για τον αποκλεισμό ή την επιβεβαίωση της διάγνωσης.

- Λαμβάνονται από τον υγειονομικά υπεύθυνο τα πλήρη στοιχεία επικοινωνίας μαζί του.
- Εφόσον γίνει το τεστ και δεν χρήζει νοσηλείας, εν αναμονή του αποτελέσματος, ο φοιτητής ή το μέλος του διδακτικού και διοικητικού προσωπικού παραμένει σε απομόνωση και κατ' οίκον νοσηλεία, σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο, και το Πανεπιστήμιο συνεχίζει τη λειτουργία του.

Εάν ο μοριακός έλεγχος βγει θετικός:

- Ο ασθενής ενημερώνει τον υπεύθυνο της Σχολής όπου φοιτά, ή τον προϊστάμενο της υπηρεσίας όπου εργάζεται, αναφέροντας τις πιθανές επαφές που είχε στον χώρο του Πανεπιστημίου.
- Στη συνέχεια, ο υπεύθυνος της Σχολής ή ο προϊστάμενος της υπηρεσίας ενημερώνει σχετικά την υπεύθυνη νοσηλεύτρια της υγειονομικής υπηρεσίας προκειμένου να γίνει η επιδημιολογική διερεύνηση και ιχνηλάτηση όλων των πιθανών επαφών του κρούσματος, σε συνεργασία με τον ΕΟΔΥ και την Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας.
- Η υπεύθυνη νοσηλεύτρια σε συνεργασία με τον ΕΟΔΥ κάνει εκτίμηση κινδύνου και αποφασίζει τα επιδημιολογικά μέτρα πρόληψης της διασποράς, ανά περίπτωση, που μπορεί να περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων: κλείσιμο αιθουσών ή κτιρίων και απολύμανσή τους από ειδικά συνεργεία του Δήμου ή της Περιφέρειας, περιορισμό στο σπίτι (καραντίνα) όλων των στενών επαφών.

**Πότε θα επιστρέψει στο Πανεπιστήμιο φοιτητής ή άλλο μέλος της Πανεπιστημιακής Κοινότητας που έχει διάγνωση COVID-19 ή που έχει έκθεση υψηλού κινδύνου (στενή επαφή) με επιβεβαιωμένο κρούσμα**

Ο φοιτητής ή άλλο μέλος της Πανεπιστημιακής Κοινότητας με θετικό μοριακό τεστ μπορεί να επιστρέψει μετά την παρέλευση τουλάχιστον 14ημέρου, εφόσον δεν είναι εμβολιασμένος και 10ημέρου (ανάλογα με τα συμπτώματα), εφόσον είναι εμβολιασμένος, από την έναρξη των συμπτωμάτων και την πάροδο τριών 24ώρων από την πλήρη υποχώρηση του πυρετού (χωρίς τη λήψη αντιπυρετικών) και πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων του.

Οι στενές επαφές του κρούσματος θα απομακρυνθούν από τον χώρο όπου κινήθηκε το κρούσμα, με οδηγίες για στενή παρακολούθηση της υγείας τους και απομόνωση στο σπίτι και εφόσον δεν εκδηλώσουν κάποιο ύποπτο σύμπτωμα, θα επιστρέψουν μετά από 14 ημέρες οι ανεμβολιαστοί και αμέσως όσοι είναι εμβολιασμένοι και δεν έχουν συμπτώματα.

Επιπρόσθετα, η απομάκρυνση φοιτητών ή προσωπικού της ίδιας ή άλλης Σχολής, Τμήματος, Εργαστηρίου, γραφείου κ.λπ. θα εξετάζεται κατά περίπτωση, ανάλογα με την εκτίμηση κινδύνου που θα προκύπτει κατά την ιχνηλάτηση των επαφών.

#### **Γ. Καταγραφή επιβεβαιωμένου κρούσματος του διδάσκοντος**

Σε περίπτωση καταγραφής επιβεβαιωμένου κρούσματος του διδάσκοντος ενός μαθήματος, η διδασκαλία όλων των μαθημάτων που του έχουν ανατεθεί αναστέλλεται για τουλάχιστον δέκα (10) ημέρες και για όσο διαρκεί η απουσία του, σύμφωνα με τα υγειονομικά πρωτόκολλα. Εάν υπάρχουν διδάσκοντες με συναφή γνωστικά αντικείμενα,

και εφόσον αυτό θεωρηθεί αναγκαίο λόγω της διάρκειας της απουσίας, με απόφαση της Συνέλευσης του Τμήματος είναι δυνατό να τροποποιούνται οι αναθέσεις των μαθημάτων των οποίων η διδασκαλία αναστέλλεται εξαιτίας των παραπάνω λόγων. Στις περιπτώσεις αυτές, η αναστολή της διδασκαλίας πραγματοποιείται με ευθύνη και απόφαση του Προέδρου του οικείου Τμήματος.

## ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

### **Δ. Χρόνος επώασης, καραντίνα στενών επαφών και απομόνωση κρουσμάτων**

Ως **καραντίνα** ορίζουμε τη διαδικασία κοινωνικής απομόνωσης με ταυτόχρονο περιορισμό των μετακινήσεων ατόμων οι οποίοι ενδεχομένως έχουν εκτεθεί στον νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 αλλά προς το παρόν παραμένουν υγιείς και δεν εμφανίζουν συμπτώματα της νόσου. Με βάση τη γνωστή περίοδο επώασης 1-14 ημερών, συνιστάται καραντίνα διάρκειας 14 ημερών για τα άτομα που ήρθαν σε επαφή με επιβεβαιωμένα κρούσματα COVID-19. Τα άτομα που τίθενται σε καραντίνα αποτελούν στενές επαφές (όπως αυτή ορίζεται με τα επικαιροποιημένα κριτήρια του ΕΟΔΥ) επιβεβαιωμένου κρούσματος COVID-19 και η επαφή τους με το κρούσμα εντοπίζεται μέχρι και δύο 24ωρα πριν την έναρξη των συμπτωμάτων του ή τη διάγνωσή του με εργαστηριακό έλεγχο.

Οι ασθενείς με COVID-19 μπορούν να βγουν από την απομόνωση βάσει των εξής κριτηρίων: α) την κλινική βελτίωση των συμπτωμάτων, β) τον χρόνο από την έναρξη των συμπτωμάτων, γ) τη σοβαρότητα της νόσου, δ) την ανοσολογική κατάσταση του ασθενή και ε) την ένδειξη κάθαρσης του ιού (ϊκού RNA) από τις εκκρίσεις του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος.

Ειδικότερα:

Η πλειονότητα των κρουσμάτων COVID-19 είναι **ασθενείς με ήπια νόσο**. Σε αυτές τις περιπτώσεις βασικό κριτήριο άρσης της απομόνωσης είναι η πλήρης ύφεση του πυρετού και η βελτίωση των κλινικών συμπτωμάτων κυρίως από το αναπνευστικό σύστημα. Η συμπλήρωση 10 ημερών απομόνωσης και 3 ημερών απυρεξίας και ύφεσης και των υπόλοιπων κλινικών συμπτωμάτων εκτός του πυρετού μειώνει κατά πολύ την πιθανότητα μετάδοσης του ιού.

**Ασθενής με σοβαρή νόσηση**, που πρέπει να εξέλθει από το νοσοκομείο πριν από την εκπλήρωση των κριτηρίων λήξης της απομόνωσής του και χωρίς αρνητικό αποτέλεσμα εργαστηριακού ελέγχου (SARS-CoV-2 RT-PCR), θα πρέπει να απομονωθεί στο σπίτι ή σε ασφαλές μέρος για τουλάχιστον 14 έως και 20 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων και βάσει εκτίμησης κινδύνου ανά περίπτωση.

Τα **ασυμπτωματικά άτομα** που είχαν θετικό εργαστηριακό έλεγχο για SARS-CoV-2 θα πρέπει να απομονωθούν για 10 ημέρες από την ημερομηνία λήψης του δείγματος και της εργαστηριακής διάγνωσης της νόσου.

Σχετικά με την **επαναφορά θετικού κρούσματος στην εργασία** πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η παρουσία ανοσοκαταστολής, η συχνότητα επαφής του κρούσματος με ευπαθή άτομα για σοβαρή νόσηση από COVID-19 καθώς και το εάν η εργασία του σχετίζεται με χώρους που χαρακτηρίζονται από υψηλό κίνδυνο μετάδοσης και δημιουργία συρροών.

**α) Καραντίνα στενών επαφών χωρίς ιστορικό εμβολιασμού ή προηγηθείσας νόσησης**

Άτομα, που αποτελούν στενές επαφές κρουσμάτων COVID-19 και δεν εμφανίζουν συμπτώματα γίνεται άρση της καραντίνας τους:

- στις 14 ημέρες από την τελευταία τους επαφή με το κρούσμα χωρίς εργαστηριακό έλεγχο ή
- στις 10 ημέρες από την τελευταία τους επαφή με το κρούσμα με αρνητικό εργαστηριακό έλεγχο, μοριακό τεστ (RT-PCR), ή άμεσο τεστ αντιγόνου (RAT) για τον ιό SARSCoV. Εάν το τεστ είναι αρνητικό γίνεται άρση της καραντίνας, αλλά τα άτομα οφείλουν να τηρούν αυστηρά τα μέτρα ατομικής προστασίας και να παρακολουθούν την υγεία τους για εμφάνιση συμπτωμάτων μέχρι και την ολοκλήρωση των 14 ημερών. Εάν το τεστ είναι θετικό ακολουθείται το ισχύον πρωτόκολλο για την απομόνωση των κρουσμάτων COVID-19 χωρίς να απαιτείται επανάληψη του τεστ.

**β) Καραντίνα στενών επαφών με ιστορικό εμβολιασμού ή προηγηθείσας νόσησης**

Άτομα, που αποτελούν στενές επαφές κρουσμάτων COVID-19 και είτε έχουν εμβολιαστεί για τον ιό SARSCoV2 είτε μέσα στο προηγούμενο εξάμηνο έχουν νοσήσει από τον ιό και **παραμένουν ασυμπτωματικοί**, δεν μπαίνουν σε καραντίνα αλλά οφείλουν να τηρούν αυστηρά τα μέτρα ατομικής προστασίας και να παρακολουθούν την υγεία τους για εμφάνιση συμπτωμάτων μέχρι και την ολοκλήρωση των 14 ημερών.

Στην ίδια κατηγορία για αυξημένο εργαστηριακό έλεγχο εντάσσονται τα **άτομα που συνεχίζουν να έρχονται σε επαφή με το κρούσμα**, όπως είναι άτομα, που συμβιώνουν στον ίδιο χώρο και δεν υπάρχει η δυνατότητα απομόνωσης των κρουσμάτων ή άτομα, που έχουν αναλάβει την φροντίδα των κρουσμάτων (παιδιών, ηλικιωμένων ή ατόμων με ειδικές ανάγκες).

**E. Νεότερες οδηγίες του CDC (Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών)**

Σε περίπτωση που κάποιος πλήρως εμβολιασμένος αναπτύξει συμπτώματα όπως πυρετός, βήχας ή κόπωση, τότε πρέπει να υποβληθεί σε τεστ και να μπει σε καραντίνα. Οι περισσότεροι πλήρως εμβολιασμένοι δεν χρειάζεται να μπουν σε καραντίνα, να απομονωθούν από την εργασία τους, ή να κάνουν τεστ μετά την έκθεση σε κάποιο επιβεβαιωμένο κρούσμα, καθώς η πιθανότητα να αναπτύξουν λοίμωξη είναι μικρή, αλλά πρέπει να παρακολουθούνται για πιθανή ανάπτυξη συμπτωμάτων 14 μέρες μετά την έκθεση σε επιβεβαιωμένο κρούσμα. Οι πλήρως εμβολιασμένοι έχουν πολύ μικρό κίνδυνο να νοσήσουν και να μεταδώσουν τον ιό, ενώ έχουν συνήθως ήπια ή καθόλου συμπτώματα. Οποιοσδήποτε βγει θετικός σε τεστ COVID-19 πρέπει να απομονωθεί για 10 ημέρες.

**α) Εμβολιασμός ατόμων με προηγούμενη νόσηση COVID-19 (όπως πιστοποιείται από το Εθνικό Μητρώο ασθενών COVID-19)**

**1η περίπτωση:** Εάν έχετε νοσήσει με ή χωρίς συμπτώματα, πριν την έναρξη του εμβολιασμού σας, συνιστάται να εμβολιαστείτε με μία μόνο δόση αφού παρέλθει διάστημα 6 μηνών από την ημερομηνία διάγνωσης της νόσου. Στην περίπτωση αυτή ο εμβολιασμός σας θα θεωρείται ολοκληρωμένος και μπορείτε να εκδώσετε πιστοποιητικό εμβολιασμού.

**2η περίπτωση:** Εάν έχετε ήδη εμβολιαστεί με την 1η δόση και νοσήσετε πριν από τη 2η δόση, συνιστάται να προγραμματίσετε εκ νέου τη 2η δόση σε διάστημα 6 μηνών από

την ημερομηνία διάγνωσης της νόσου. Ο εμβολιασμός σας θα θεωρείται ολοκληρωμένος μετά από την πραγματοποίηση της επαναληπτικής δόσης και μπορείτε να εκδώσετε πιστοποιητικό εμβολιασμού.

**3η περίπτωση:** Εάν έχετε νοσήσει από COVID-19 και έχετε ήδη εμβολιαστεί με μία ή δύο δόσεις οποτεδήποτε μετά τη διάγνωση της νόσου, ο εμβολιασμός σας θεωρείται ολοκληρωμένος και μπορείτε να εκδώσετε πιστοποιητικό εμβολιασμού.

**4η περίπτωση:** Εάν έχετε νοσήσει από COVID-19 και ανήκετε σε ευπαθή ομάδα (είστε άτομο με ανοσοκαταστολή λόγω νόσου ή φαρμακευτικής αγωγής), εξαιρείστε από τα παραπάνω και μπορείτε να εμβολιαστείτε μετά την υποχώρηση των συμπτωμάτων και αφού λήξει η περίοδος της απομόνωσης, εντός διαστήματος όχι μεγαλύτερου των τριών μηνών από την ημερομηνία διάγνωσης της νόσου. Ο εμβολιασμός σας θα ολοκληρωθεί με δύο δόσεις. ▪ Ως ημερομηνία διάγνωσης της νόσου θεωρείται η ημερομηνία της πρώτης θετικής διαγνωστικής εξέτασης με επίσημη καταγραφή στο μητρώο κρουσμάτων της νόσου. Τα self-tests και τα tests αντισωμάτων δεν αποτελούν επίσημη διάγνωση για καταγραφή της νόσου στο Εθνικό Μητρώο ασθενών COVID19.

#### Μέτρα προφύλαξης :

- **Πλένουμε τα χέρια μας** τακτικά και σχολαστικά με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα και αποφεύγουμε την επαφή των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).
- **Καλύπτουμε τον βήχα ή το φτέρνισμα** με χαρτομάντηλο το οποίο πετάμε αμέσως στα απορρίμματα. Άλλιώς, καλύπτουμε με το εσωτερικό του αγκώνα.
- **Εάν εμφανίσουμε ήπια συμπτώματα** λοίμωξης του αναπνευστικού (βήχας, καταρροή, πυρετός, πονόλαιμος) **παραμένουμε στο σπίτι** σε απομόνωση.
- **Σε περίπτωση επιδείνωσης των συμπτωμάτων ή εάν ανήκουμε σε ευπαθή ομάδα** (ηλικιωμένα άτομα, άτομα οποιασδήποτε ηλικίας με χρόνια υποκείμενα νοσήματα π.χ. σακχαρώδης διαβήτης, καρδιαγγειακά και χρόνια αναπνευστικά νοσήματα, αρτηριακή υπέρταση), επικοινωνούμε άμεσα με τον θεράποντα ιατρό για ιατρική αξιολόγηση.
- Εάν λαμβάνουμε φαρμακευτική αγωγή συμμορφωνόμαστε στις οδηγίες των θεραπόντων ιατρών.
- **Δεν προσερχόμαστε σε ιατρό ή σε μονάδα υγείας σε περίπτωση εμφάνισης ήπιων συμπτωμάτων λοίμωξης του αναπνευστικού (βήχα, καταρροή, πυρετό, πονόλαιμο).**
- **Δεν ερχόμαστε σε επαφή με άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος** (βήχα, καταρροή, πυρετό, πονόλαιμο).
- **Αποφεύγουμε χώρους συνωστισμού**, κοινωνικές εκδηλώσεις, επισκέψεις σε οικίες και **παραμονή σε ανοικτούς χώρους** υπό συνθήκες συνωστισμού.
- **Αποφεύγουμε όλα τα μη απαραίτητα ταξίδια τόσο στο εσωτερικό όσο και στο εξωτερικό.**
- Αποφεύγουμε αυστηρά τις επισκέψεις σε νοσηλευόμενους ασθενείς.
- **Αποφεύγουμε αυστηρά την επαφή με άτομα που ανήκουν σε ευπαθή ομάδα.** Εάν αυτό δεν είναι εφικτό, ακολουθούμε αυστηρά όλα τα μέτρα ατομικής υγιεινής (πολύ καλό και σχολαστικό πλύσιμο των χεριών, χρήση μάσκας ή τήρηση απόστασης τουλάχιστον 2 μέτρων).
- Φοράμε μάσκα σε όλους τους κλειστούς χώρους και σε όλους τους ανοικτούς χώρους όπου υπάρχει συνάθροιση.

**Οι οδηγίες που αναφέρθηκαν βασίζονται στις πρόσφατες κατευθυντήριες οδηγίες του Ευρωπαϊκού Κέντρου Ελέγχου & Πρόληψης Νοσημάτων.**

**Οι συστάσεις θα επικαιροποιούνται ανάλογα με τις συνθήκες και τα επιστημονικά δεδομένα.**