

COVID-19

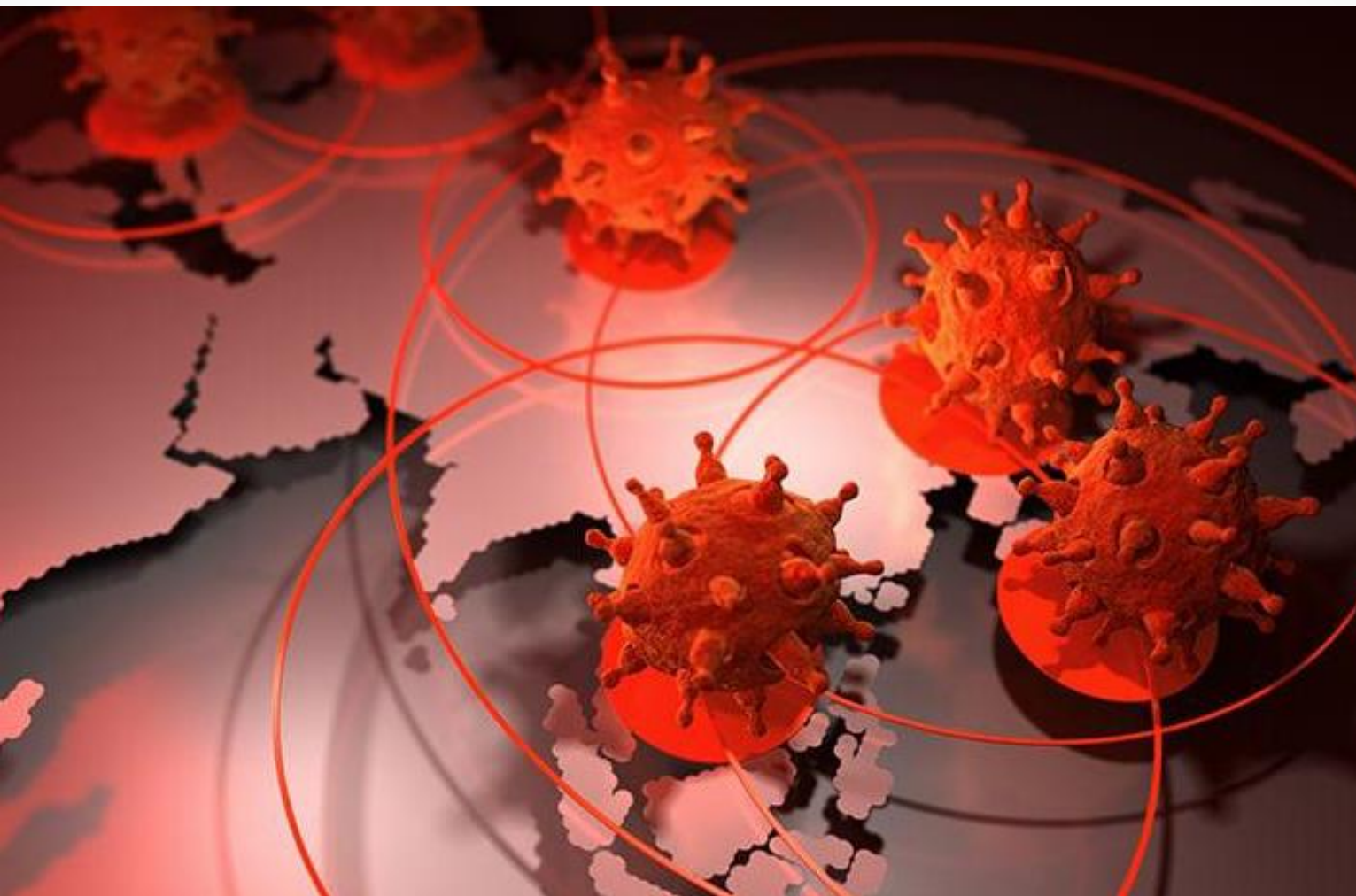
ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΜΑΡΙΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ Καθηγήτρια Οικιακής Οικονομίας

2019 - 2020

Ο ιός SARS-CoV-2

- Οι κορωνοϊοί είναι μία ομάδα ιών που βρίσκονται στο περιβάλλον και συνήθως προκαλούν αναπνευστικές λοιμώξεις με ποικίλη σοβαρότητα στον άνθρωπο
 - Εκτιμάται ότι είναι υπεύθυνοι για ένα σημαντικό ποσοστό των κοινών κρυολογημάτων στους ενήλικες και στα παιδιά.
 - Είναι ιοί που επιδημιολογικά μπορεί να προκαλέσουν επιδημίες ανα 10 περίπου χρόνια
 - Ο SARS-2019- ή CoV φαίνεται να προέκυψε με τη συνένωση δύο προηγούμενων ιών και αποτελεί νέο στέλεχος για τη παγκόσμια κοινότητα
 - Η νόσος από τον ιό: **Corona Virus Disease (COVID 19)**
-



Προέλευση του ιού

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) ακόμη αναζητά την ακριβή προέλευση του ιού. Η πρώτη εστία μόλυνσης από τον νέο κορωνοϊό φαίνεται να εμφανίστηκε σε μια αγορά τροφίμων και ζώντων ζώων στην πόλη Γουχάν. Από εκεί προήλθαν και τα πρώτα επιβεβαιωμένα περιστατικά.

Πως κολλάμε τον ιό SARS-CoV-2



1. Με την εισπνοή σταγονιδίων από ομιλία, βήχα ή φτάρνισμα από μολυσμένο άτομο.
2. Με επαφή μολυσμένων επιφανειών
3. Με την προσωπική επαφή (π.χ. άγγιγμα χεριών, αγκαλιά)

**Με την εισπνοή σταγονιδίων από ομιλία,
βήχα ή φτάρνισμα από μολυσμένο άτομο**

<https://www.youtube.com/watch?v=-DG-9bPCu-U&feature=youtu.be>

Με επαφή μολυσμένων επιφανειών και με την προσωπική επαφή (π.χ. άγγιγμα χεριών, αγκαλιά)

<https://www.youtube.com/watch?v=-DG-9bPCu-U&feature=youtu.be>

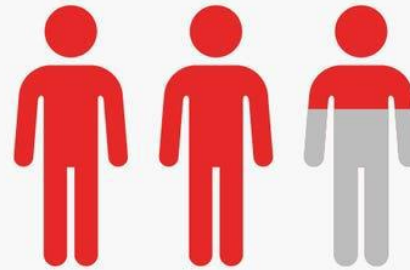
Ο Βασικός αναπαραγωγικός Ρυθμός R_0

The average number of people that one person with COVID-19 infects: 2–2.5

Infected person



Average people infected



Ποια είναι τα συμπτώματα του νέου ιού

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ



Πυρετός



Βήχας



Πονόλαιμος



Καταρροή

- Οι ασθενείς μπορεί να παρουσιάσουν ήπια, μέτρια ή σοβαρή λοίμωξη συμπεριλαμβανομένης σοβαρής πνευμονίας, σύνδρομο οξείας αναπνευστικής δυσχέρειας, σηψαιμία και σηπτικό σοκ. Τα συμπτώματα που μπορεί να παρουσιάσει κάποιος μοιάζουν πολύ με αυτά του κοινού κρυολογήματος, τα οποία περιλαμβάνουν: πυρετό, ρινική καταρροή, βήχα, πονόλαιμο, αναπνευστική δυσχέρεια και πιθανώς πονοκέφαλο.
- Ο ιός έχει χρόνο επώασης 14 μέρες.



Πόσο σοβαρές είναι οι λοιμώξεις που προκαλούνται από τον 2019-nCoV;

Ο νέος αυτός ιός φαίνεται να σχετίζεται με τον ιό SARS του 2003 και φαίνεται να έχει παρόμοια χαρακτηριστικά. Μέχρι στιγμής ο ιός φαίνεται να προκαλεί από ήπια συμπτώματα γρίπης μέχρι βαριά ιογενή πνευμονία και θάνατο.

Ασθενείς με χρόνιες παθήσεις (υπέρταση, καρδιακά νοσήματα, διαβήτη και ηπατικές ή αναπνευστικές ασθένειες) φαίνεται να είναι πιο ευάλωτοι σε πιο σοβαρές λοιμώξεις από τον ιό αυτόν.

Πόσο συχνή και σοβαρή είναι η νόσος COVID-19 στα παιδιά

Συχνότητα στην Κύπρο 6.1%



Σοβαρότητα

- Συνήθως ήπια συμπτώματα, ασυμπτωματική
- Με την αύξηση της ηλικίας αυξάνει η θνητότητα
- Στα παιδιά 9 ετών και κάτω κανένας θάνατος
- Σε 10-19 ετών 0.2%



Θνητότητα της νόσου COVID-19

- Ποικίλει από χώρα σε χώρα
- Στην Ευρώπη ανέρχεται περίπου στο 7%
- Στην Κίνα 6%
- Στην Κύπρο 2.2% (για τα επιβεβαιωμένα περιστατικά)

Μέτρα πρόληψης/προφύλαξης

- Φροντίζουμε επιμελώς την ατομική υγιεινή μας.
 - Καλό και τακτικό πλύσιμο των χεριών και του προσώπου με υγρό σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα και προσεκτικό στέγνωμα με χάρτινες χαρτοπετσέτες.
 - Χρησιμοποιούμε αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα (60%).
 - Χρησιμοποιούμε χαρτομάντηλα και μαντηλάκια μίας χρήσης για κάλυψη στόματος και μύτης στο βήχα/ φτάρνισμα και ακολούθως τα πετάμε.
 - Κρατάμε απόσταση επαφής τουλάχιστο 2 μέτρα από τους άλλους.
 - Καθαρίζουμε και απολυμαίνουμε τακτικά επιφάνειες και πάγκους εργασίας
 - Αερίζουμε καλά και συχνά το σπίτι και τον χώρο εργασίας μας
 - Ακολουθούμε ισορροπημένη διατροφή, πλούσια σε φρούτα και λαχανικά
 - Αποφεύγουμε την στενή επαφή με άτομα που φαίνεται να έχουν συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού
 - Αποφεύγουμε χώρους που υπάρχει συνωστισμός
-

<https://www.youtube.com/watch?v=-DG-9bPCu-U&feature=youtu.be>



Ορθός τρόπος αφαίρεσης γαντιών

<https://www.youtube.com/watch?v=-DG-9bPCu-U&feature=youtu.be>

Ορθός τρόπος αφαίρεσης της μάσκας

<https://www.youtube.com/watch?v=-DG-9bPCu-U&feature=youtu.be>

Πηγές:

- **Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας**
Υπουργείο Υγείας – Κυπριακή Δημοκρατία
 - **Εκπαίδευση Ασφάλειας και Υγείας για αντιμετώπιση του COVID-19 στα Σχολεία**
Επιτροπή εμπειρογνομόνων COVID-19, Μονάδα Επιδημιολογικής Επιτήρησης – Υπουργείο Υγείας
Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας
 - **Πώς να πλένετε σωστά τα χέρια σας – βίντεο**
Ελληνική Δημοκρατία – Υπουργείο Υγείας
 - **Ορθός τρόπος αφαίρεσης γαντιών - βίντεο**
Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός
 - **Ορθός τρόπος αφαίρεσης της μάσκας – βίντεο**
Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός
-