

Προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς της γρίπης

Τα προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς της γρίπης περιλαμβάνουν αφενός οδηγίες ατομικής υγιεινής και αφετέρου οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης χώρων, επιφανειών και αντικειμένων.

Οι οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης απευθύνονται σε όλο το προσωπικό, αλλά ιδιαίτερα στο βοηθητικό προσωπικό (π.χ. καθαρίστριες).

Το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει, καθ' όλη τη διάρκεια της λειτουργίας της εκπαιδευτικής μονάδας, να εξασφαλίζει την τήρηση των κανόνων υγιεινής .

1. Οδηγίες ατομικής υγιεινής:

- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης από τον ιό.
- Αποφυγή κοινής χρήσης των μολυβιών, των στυλό, των μαρκαδόρων και άλλων προσωπικών αντικειμένων.
- Αποφυγή των χειραψιών και των φιλιών.
- Κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντηλο (ή με άλλο τρόπο) σε βήχα ή φτέρνισμα. Το χρησιμοποιημένο χαρτομάντηλο πρέπει να απορρίπτεται αμέσως μετά τη χρήση μέσα στους κάδους απορριμμάτων.
- Τακτικό πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, ιδίως μετά από βήχα ή φτέρνισμα. Το πλύσιμο πρέπει να διαρκεί 15-20 δευτερόλεπτα τουλάχιστον. Ακολουθεί προσεκτικό στέγνωμα των χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης οι οποίες θα απορρίπτονται στους κάδους απορριμμάτων.

Εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα ή χαρτομάντηλα με αντισηπτικό . Συνιστάται καλό τρίψιμο των χεριών, για 30 δευτερόλεπτα τουλάχιστον, μέχρι το αντισηπτικό να στεγνώσει τελείως. Το μπουκάλι με το αλκοολούχο διάλυμα (με αντλία έγχυσης και βάση) πρέπει να βρίσκεται σε κάθε αίθουσα διδασκαλίας και εάν είναι δυνατό κοντά στην έξοδο.

Τα χέρια πρέπει να πλένονται καλά οπωσδήποτε πριν τη λήψη τροφής.

Οι παραπάνω οδηγίες πρέπει να τηρούνται αυστηρά και από το προσωπικό των κυλικείων.

2. Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης:

1. Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων.
2. Πέρα από τις συνήθεις εργασίες καθαρισμού, συνιστάται προσεκτικός και συχνός καθαρισμός λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, βρύσες κλπ) με κοινά καθαριστικά, δηλαδή υγρό

- σαπουνι και νερό, ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης 10% (1 μέρος οικιακής χλωρίνης αραιωμένο σε 10 μέρη νερό) ή αλκοολούχο αντισηπτικό. Σημειώνεται ότι οι εργασίες καθαρισμού πρέπει να γίνονται με χρήση γαντιών. Ειδικότερα θα χρησιμοποιείται μάσκα μιας χρήσης κατά τον καθαρισμό με διάλυμα οικιακής χλωρίνης.
3. Ο καθαρισμός των αντικειμένων που δεν είναι εμφανώς λερωμένα μπορεί να γίνει με ένα απολυμαντικό, όπως οινόπνευμα. Τα αντικείμενα που είναι εμφανώς λερωμένα καθαρίζονται πρώτα με υγρό σαπουνι και νερό και κατόπιν με απολυμαντικό.
 4. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται στο καθαρισμό των αντικειμένων και των επιφανειών με τις οποίες ήρθε σε επαφή άτομο που εμφάνισε συμπτώματα γρίπης.
 5. Οι πλαστικές σακούλες των κάδων, όταν γεμίζουν, πρέπει να δένονται σφικτά και να απομακρύνονται αμέσως. Τονίζεται ότι, το προσωπικό όταν καθαρίζει θα πρέπει να φοράει γάντια και ποδιά μιας χρήσης.
 6. Τα μέσα ατομικής προστασίας μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων. Δεν πρέπει να γίνονται προσπάθειες καθαρισμού τους, πχ. πλύσιμο των γαντιών μιας χρήσης και επαναχρησιμοποίησή τους.
 7. **Επισημαίνεται ότι, η χρήση γαντιών μια χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το σχολαστικό πλύσιμο των χεριών.**

ΙΑΤΡΕΙΟ ΠΑΔΑ

210 5385128, 2105381254