



ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ &
ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕΕΛΠΝΟ)

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΟΧΙΚΗΣ ΓΡΙΠΗΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΧΩΡΟΥΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ

Οκτώβριος 2015

1. Εισαγωγή

Η γρίπη είναι μία οξεία νόσος του αναπνευστικού συστήματος με ιδιαίτερη σημασία επειδή:

- Προλαμβάνεται με εμβολιασμό
- Προσβάλλει μεγάλο αριθμό ανθρώπων ετησίως
- Επιβαρύνει σημαντικά το ασφαλιστικό σύστημα λόγω απουσίας από την εργασία παρά το γεγονός ότι πρόκειται για μικρής διάρκειας νόσο
- Επιβαρύνει το σύστημα υγείας λόγω νοσηλείας στο νοσοκομείο επιπλέον ασθενών τη χρονική περίοδο που παρατηρείται αύξηση της νοσηρότητας (winter pressure)
- Ευθύνεται για τη σοβαρή νόσηση και σε αρκετές περιπτώσεις το θάνατο ασθενών υψηλού κινδύνου

Προκαλείται από τους ιούς της γρίπης Α και Β, οι οποίοι προσβάλλουν το ανώτερο ή/και το κατώτερο τμήμα του αναπνευστικού συστήματος. Η γρίπη εμφανίζεται με εποχικές εξάρσεις. Στη χώρα μας η περίοδος της γρίπης διαδράμει από Οκτώβριο έως Απρίλιο, με έξαρση της δραστηριότητας μεταξύ Δεκεμβρίου και Φεβρουαρίου. Ειδικότερα, σύμφωνα με τα δεδομένα της επιδημιολογικής επιτήρησης του ΚΕΕΛΠΝΟ, κατά την περίοδο γρίπης 2014-2015 το επιδημικό κύμα της γρίπης διήρκεσε συνολικά 19 εβδομάδες, χωρίς να καταγραφεί η συνήθης κορύφωση του επιδημικού κύματος αλλά μια παρατεταμένη περίοδος αυξημένης δραστηριότητας συνολικά 5 εβδομάδων. Το επικρατές στέλεχος γρίπης ήταν ο ιός γρίπης τύπου Β, σε ποσοστό 59%. Κατά την περίοδο γρίπης 2014-2015 καταγράφηκαν 248 σοβαρά κρούσματα εργαστηριακά επιβεβαιωμένης γρίπης, εκ των οποίων τα 233 νοσηλεύτηκαν σε Μ.Ε.Θ. Καταγράφηκαν συνολικά 111 θάνατοι από εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη. Οι 99 θάνατοι αφορούσαν σε ασθενείς που νοσηλεύτηκαν σε Μ.Ε.Θ και 12 σε ασθενείς χωρίς νοσηλεία σε Μ.Ε.Θ. Τα 99 (89,2%) από τα 111 προαναφερθέντα κρούσματα ανήκαν σε κλινική ομάδα υψηλού κινδύνου για την οποία συστήνεται εμβολιασμός για την εποχική γρίπη, σύμφωνα με την εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας Γ1α/Γ.Π.οικ 81918 (26/10/2015).

Κατά τη διάρκεια επιδημίας γρίπης στην κοινότητα, η νόσος μπορεί να διασπαρεί μέσα σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας μέσα σε λίγο χρονικό διάστημα, με αποτέλεσμα την αύξηση της νοσηρότητας, της νοσηλείας, της θνητότητας και κατ' επέκταση του κόστους νοσηλείας των ασθενών, ιδιαίτερα των ομάδων υψηλού κινδύνου για την εμφάνιση επιπλοκών

όπως ανοσοκατεσταλμένοι, νεογνά και άτομα με χρόνια νοσήματα. Η αύξηση της νοσηρότητας δεν αφορά μόνο άμεσες επιπλοκές από το αναπνευστικό σύστημα (π.χ. πνευμονία) αλλά και επιδείνωση προϋπαρχουσών νόσων (π.χ. καρδιοπάθεια, πνευμονοπάθεια).

Η σχολαστική εφαρμογή των μέτρων προφύλαξης για τη γρίπη σε συνδυασμό με τον ετήσιο εμβολιασμό των εργαζομένων αποτελεί τον πιο αποτελεσματικό τρόπο για τον περιορισμό της μετάδοσης της γρίπης στους χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας. Το παρόν φυλλάδιο περιέχει οδηγίες για τη διαχείριση περιστατικών με επιβεβαιωμένη ή πιθανή γρίπη μέσα σε χώρους παροχής πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Οι οδηγίες αυτές διαμορφώθηκαν λαμβάνοντας υπόψη τα επιστημονικά δεδομένα και τις οδηγίες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) και άλλων διεθνών οργανισμών.

2. Εμβολιασμός των εργαζομένων κατά της εποχικής γρίπης

Το Υπουργείο Υγείας συστήνει τον **ετήσιο αντιγριπικό εμβολιασμό των εργαζομένων σε χώρους παροχής Υπηρεσιών Υγείας που έρχονται σε επαφή με ασθενείς** (όχι μόνο το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό αλλά και άτομα άλλων υπηρεσιών, π.χ. διοικητικοί υπάλληλοι, προσωπικό καθαριότητας, που πιθανόν να έρθουν σε επαφή με ασθενείς). Ο εμβολιασμός κατά της γρίπης συστήνεται να γίνεται τον Οκτώβριο – Νοέμβριο κάθε έτους, σε περίπτωση όμως που δεν γίνει στο διάστημα αυτό, μπορεί να γίνεται καθ' όλο το διάστημα που υπάρχουν κρούσματα γρίπης στην κοινότητα. Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί ώστε οι εργαζόμενοι σε τμήματα με ασθενείς αυξημένου κινδύνου για σοβαρή νόσηση ή επιπλοκές από τη γρίπη, όπως το προσωπικό των Μονάδων Εντατικής Θεραπείας συμπεριλαμβανομένων των Μονάδων Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών, των Μονάδων Αυξημένης Φροντίδας, των Μονάδων Ειδικών Λοιμώξεων αλλά και όλων των κλινικών και τμημάτων που νοσηλεύουν ογκολογικούς ή/και ανοσοκατασταλμένους ασθενείς, να είναι στο σύνολό του εμβολιασμένο.

Ο αντιγριπικός εμβολιασμός στοχεύει στην προστασία των εργαζομένων και των ασθενών από τα στελέχη του ιού της εποχικής γρίπης που κυκλοφορούν στην κοινότητα. Η διεθνής βιβλιογραφία δείχνει ότι η αποτελεσματικότητα του αντιγριπικού εμβολιασμού είναι υψηλή σε όλες τις ηλικιακές ομάδες όσον αφορά την πρόληψη της γρίπης, την ανάγκη εισαγωγής στο νοσοκομείο, τη θνητότητα, τη μείωση του κόστους νοσηλείας και των απουσιών λόγω ασθένειας του προσωπικού.

3. Κλινική εικόνα εποχικής γρίπης

Η γρίπη μεταδίδεται από άτομο σε άτομο μέσω των αναπνευστικών εκκρίσεων κατά τη διάρκεια πταρμού ή βήχα, είτε άμεσα είτε μέσω επαφής με μολυσμένη επιφάνεια. Η περίοδος επώασης της γρίπης είναι 1-4 ημέρες με μέσο όρο τις δύο ημέρες. Οι ενήλικες μπορεί να μεταδίδουν τη γρίπη από μία ημέρα πριν την έναρξη των συμπτωμάτων μέχρι και επτά ημέρες μετά. Τα παιδιά μπορεί να μεταδίδουν τη νόσο για περισσότερες από 10 ημέρες. Τα ανοσοκατεσταλμένα άτομα μεταδίδουν τον ιό για εβδομάδες ή μήνες.

A. Ήπια κλινική εικόνα

Η νόσος παρουσιάζει αιφνίδια έναρξη με ήπια συστηματικά ή συμπτώματα από το ανώτερο ή κατώτερο αναπνευστικό όπως:

- Πυρετό ή πυρέτιο
- Κεφαλαλγία
- Μυαλγίες
- Ρινική καταρροή

- Κυνάγχη
- Μη παραγωγικό βήχα και/ή
- Αίσθημα κακουχίας, καταβολής

B. Σοβαρή κλινική εικόνα και επιπλοκές

Η νόσος σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να παρουσιάσει βαρύτερη κλινική εικόνα λόγω ιαιμίας ή δευτεροπαθούς βακτηριακής επιμόλυνσης συνήθως από *Streptococcus pneumoniae*, *Staphylococcus aureus* ή *Haemophilus influenzae*. Η εξέλιξη τέτοιων περιστατικών είναι η σοβαρή πνευμονία ή ακόμα και ο θάνατος. Οι παραπάνω επιπλοκές αφορούν δυνητικά τον οποιοδήποτε ασθενή, ιδιαίτερα όμως τους ηλικιωμένους (>65 ετών), τα παιδιά και εκείνους με χρόνια νόσημα.

Ασθενείς υψηλού κινδύνου θεωρούνται εκείνοι με:

- Μεταβολικό νόσημα (π.χ. σακχαρώδης διαβήτης)
- Χρόνια αναπνευστική νόσο (π.χ. χρόνια βρογχίτιδα, αποφρακτική πνευμονοπάθεια κλπ)
- Καρδιαγγειακή νόσο (π.χ. στεφανιαία νόσος)*
- Νεφρική νόσο (π.χ. χρόνια νεφρική ανεπάρκεια)
- Νευρομυϊκά νοσήματα(π.χ. εγκεφαλική παράλυση)

*οι ασθενείς με αρτηριακή υπέρταση δεν αποτελούν ομάδα υψηλού κινδύνου

Τα παιδιά μπορεί να παρουσιάσουν και συμπτώματα από το γαστρεντερικό, όπως ναυτία, εμετός, διάρροια, ενώ στους ενήλικες τα συμπτώματα αυτά είναι σπάνια. Τα συμπτώματα διαρκούν 2–7 ημέρες, ο βήχας όμως μπορεί να επιμείνει για αρκετό χρονικό διάστημα. Οι περισσότεροι ασθενείς αναρρώνουν πλήρως μέσα σε 1–2 εβδομάδες.

4. Ορισμός κρούσματος εποχικής γρίπης

Ενδεχόμενο κρούσμα:

Στην κατηγορία του ενδεχόμενου κρούσματος εμπίπτουν οι περιπτώσεις που εμφανίζουν κλινική εικόνα που είναι συμβατή με γρίπη (π.χ. αιφνίδια έναρξη της νόσου, βήχας, πυρετός >38° C, μυαλγία και/ή κεφαλαλγία) και έχουν επιδημιολογική σύνδεση με κρούσμα που έχει επιβεβαιωθεί εργαστηριακά.

Επιβεβαιωμένο κρούσμα:

Στη κατηγορία αυτή εμπίπτουν τα περιστατικά που συμφωνούν με την παραπάνω κλινική περιγραφή και έχουν επιβεβαιωθεί εργαστηριακά με μία από τις παρακάτω μεθόδους:

- Ανίχνευση αντιγόνου του ιού της γρίπης
- Ανίχνευση νουκλεϊνικού οξέος (RNA) του ιού της γρίπης
- Απομόνωση του ιού της γρίπης
- Αύξηση του τίτλου ειδικών αντισωμάτων έναντι του ιού γρίπης A και B

5. Προετοιμασία του χώρου και του προσωπικού για την αντιμετώπιση κρουσμάτων εποχικής γρίπης

Με ευθύνη της Διοίκησης του χώρου παροχής πρωτοβάθμιας περίθαλψης είναι απαραίτητο να ενημερωθεί και εκπαιδευτεί όλο το προσωπικό για τους τρόπους μετάδοσης της εποχικής γρίπης, τα μέτρα πρόληψης μετάδοσης της νόσου και τη σωστή χρήση του απαραίτητου υλικοτεχνικού εξοπλισμού για την αντιμετώπιση κρουσμάτων γρίπης. Συνιστάται στην περίθαλψη του ασθενή με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη να εμπλέκεται ο μικρότερος δυνατός αριθμός εργαζομένων συνολικά και ανά ειδικότητα.

Στην υποδοχή του χώρου παροχής πρωτοβάθμιας περίθαλψης και σε εμφανή σημεία συνιστάται να υπάρχει ενημερωτικό υλικό με βασικές οδηγίες πρόληψης της μετάδοσης και αναπνευστικής υγιεινής για τους προσερχόμενους ασθενείς. Στο χώρο αναμονής πρέπει να υπάρχει επαρκής ποσότητα χαρτομάντηλων και ποδοκίνητοι κάδοι απορριμμάτων για την απόρριψή τους. Ανάλογα με τη διαθεσιμότητα του χώρου υποδοχής συνιστάται να υπάρχει ειδικός χώρος αναμονής ασθενών με συμπτώματα από το αναπνευστικό, ιδιαίτερα βήχα και φτάρνισμα, ή τουλάχιστον η δυνατότητα να κάθονται σε απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου και κατά προτίμηση 2 μέτρων όπου αυτό είναι εφικτό, από άλλα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αναμονής.

Στο χώρο εξέτασης των ασθενών πρέπει να υπάρχουν: εξεταστικό κρεβάτι, ένας ποδοκίνητος κάδος δίπλα στο εξεταστικό κρεβάτι για την απόρριψη των χαρτομάντηλων του ασθενή, ένα τροχήλατο με τον απαραίτητο εξοπλισμό για την εξέταση του ασθενή (χειρουργικές μάσκες, γάντια μιας χρήσης, αλκοολούχο διάλυμα, γλωσσοπίεστρα, θερμόμετρα, πιεσόμετρα, περιχειρίδες και στηθοσκόπια) και ένας ποδοκίνητος κάδος για την απόρριψη του εξοπλισμού προστασίας (βλέπε παράγραφο 5) δίπλα στην πόρτα εξόδου. Ο χώρος αυτός συνιστάται να διαθέτει νιπτήρα με τρεχούμενο νερό για πλύσιμο χεριών με σαπούνι και αλκοολούχο αντισηπτικό. Η εξέταση του ασθενή πρέπει να γίνεται με συνθήκες που εξασφαλίζεται η προφύλαξη των υπόλοιπων ασθενών στο χώρο αναμονής και εξέτασης.

6. Οδηγίες πρόληψης μετάδοσης της εποχικής γρίπης

Σε όλους τους ασθενείς που προσέρχονται σε χώρους παροχής πρωτοβάθμιας περίθαλψης με πυρετό και συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα (βήχας, αναπνευστική δυσχέρεια, κ.α.) πρέπει να χορηγείται χειρουργική μάσκα. Οι ασθενείς αυτοί πρέπει να οδηγούνται σε ειδικό χώρο αναμονής, αν υπάρχει. Αν δεν υπάρχει ειδικός χώρος, συνιστάται να κάθονται σε απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου και κατά προτίμηση 2 μέτρων, όπου αυτό είναι δυνατό, από άλλα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αναμονής.

6α. Βασικές προφυλάξεις

Κατά τη διάρκεια της φροντίδας κάθε ασθενή, οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να εφαρμόζουν τους κανόνες των βασικών προφυλάξεων. Ειδικότερα, για ασθενείς που εμφανίζουν συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα τα μέτρα πρέπει να περιλαμβάνουν:

- Τη χρήση γαντιών μιας χρήσης εάν είναι πιθανή από την επαφή με τον ασθενή, η έκθεση των χεριών του προσωπικού στις αναπνευστικές εκκρίσεις του ασθενούς ή η άμεση επαφή με επιφάνειες που έχουν μολυνθεί από τις αναπνευστικές εκκρίσεις.
- Τη χρήση προστατευτικής μπλούζας εάν είναι πιθανή η επαφή του ρουχισμού του επαγγελματία υγείας με τις αναπνευστικές εκκρίσεις του ασθενούς.
- Αλλαγή των γαντιών και της προστατευτικής μπλούζας μετά από την επαφή με κάθε ασθενή και εφαρμογή υγιεινής των χεριών. Απαιτείται **ιδιαίτερη προσοχή στην υγιεινή των χεριών** πριν και μετά από όλες τις επαφές με τον ασθενή ή την επαφή με

αντικείμενα που πιθανώς έχουν μολυνθεί με εκκρίσεις του ασθενή, καθώς και πριν την εφαρμογή και μετά την αφαίρεση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας. Αν δεν υπάρχει δυνατότητα πλυσίματος των χεριών με σαπούνι και νερό, ο επαγγελματίας υγείας θα πρέπει να εφαρμόζει αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα. Σε περίπτωση που τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα πρέπει να πλένονται με σαπούνι και νερό και όχι με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.

- **Η χρήση γαντιών σε καμία περίπτωση δεν υποκαθιστά την υγιεινή των χεριών.** Τα γάντια εφαρμόζονται σε κάθε πιθανή επαφή με μολυσματικό υλικό και αφαιρούνται μετά την επαφή. Μετά την αφαίρεση των γαντιών ακολουθεί υγιεινή των χεριών. Τα γάντια είναι μιας χρήσης και σε καμία περίπτωση δεν πλένονται για να ξαναχρησιμοποιηθούν.

6β. Προφυλάξεις σταγονιδίων

Σε συνδυασμό με τις βασικές προφυλάξεις είναι απαραίτητη και η εφαρμογή των μέτρων για τις προφυλάξεις σταγονιδίων κατά τη διάρκεια της φροντίδας ασθενών με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη για 7 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων τους ή για 24 ώρες μετά την αποδρομή του πυρετού και των αναπνευστικών συμπτωμάτων.

Τοποθετείστε τον ασθενή σε ιδιαίτερο δωμάτιο. Εάν δεν υπάρχει τέτοια δυνατότητα, οι ασθενείς που παρουσιάζουν συμπτώματα συμβατά με γρίπη μπορούν να τοποθετηθούν σε κοινό θάλαμο (cohorting), ενώ και οι ασθενείς που πάσχουν από επιβεβαιωμένη γρίπη τοποθετούνται επίσης σε άλλο ξεχωριστό θάλαμο.

Είναι απαραίτητη η χρήση απλής χειρουργικής μάσκας αμέσως πριν από την είσοδο στα δωμάτια των ασθενών. Η μάσκα αφαιρείται αμέσως πριν από την έξοδο από το δωμάτιο του ασθενούς και απορρίπτεται σε κάδο απορριμμάτων. Στις περιπτώσεις που κρίνεται αναγκαία η μετακίνηση του ασθενή πρέπει να του χορηγείται και να εφαρμόζεται απλή χειρουργική μάσκα.

Σημειώνεται ότι το προσωπικό που εισήλθε στο χώρο εξέτασης του ασθενή δεν πρέπει να πιάνει τα μάτια, τη μύτη και το στόμα του πριν εξέλθει από αυτόν, απορρίψει τη μάσκα και όποιο άλλο μέρος από τον απαιτούμενο εξοπλισμό προστασίας έχει χρησιμοποιήσει και πλύνει τα χέρια του.

Κατά τη διάρκεια της εξέτασης του ασθενή ο ιατρικός εξοπλισμός (π.χ. στηθοσκόπια, περιχειρίδες, θερμομέτρα) πρέπει να χρησιμοποιείται **αποκλειστικά** για το συγκεκριμένο ασθενή.

7. Εξοπλισμός προστασίας για την εποχική γρίπη

Ο πλήρης εξοπλισμός προστασίας περιλαμβάνει:

- **Απλή Χειρουργική μάσκα**
- Γάντια μιας χρήσης, τα οποία αλλάζουν κατά τη διάρκεια των διαφόρων χειρισμών στον ασθενή (μετά από εκτίμηση κινδύνου έκθεσης στις αναπνευστικές εκκρίσεις)
- Προστατευτική μπλούζα μιας χρήσης (μετά από εκτίμηση κινδύνου έκθεσης στις αναπνευστικές εκκρίσεις)
- Ειδικά προστατευτικά γυαλιά ευρέος οπτικού πεδίου ή ασπίδα προσώπου: χρησιμοποιούνται μόνο σε παρεμβατικές πράξεις που είναι πιθανή η επαφή με βιολογικά υγρά του ασθενή (π.χ. βρογχοσκόπηση, αναρρόφηση).

Ο επαγγελματίας υγείας πρέπει να φορά τον εξοπλισμό προστασίας πριν εισέλθει στον ειδικό χώρο εξέτασης του ασθενή, με την ακόλουθη σειρά και διαδικασία:

- Πλύσιμο χεριών
- Χειρουργική μάσκα
- Γυαλιά ή ασπίδα προσώπου (αν χρειάζεται)
- Προστατευτική μπλούζα μιας χρήσης (αν χρειάζεται)
- Αντισηψία χεριών
- Γάντια μιας χρήσεως
- Είσοδος στο χώρο

Ο εξοπλισμός προστασίας αφαιρείται στην πόρτα του δωματίου πριν την έξοδο από το χώρο εξέτασης με την ακόλουθη διαδικασία:

- Αντισηψία χεριών
- Επανατοποθέτηση γαντιών μιας χρήσεως
- Γυαλιά ή ασπίδα προσώπου
- Μπλούζα μιας χρήσεως
- Αφαίρεση χειρουργικής μάσκας
- Αφαίρεση γαντιών
- Αντισηψία χεριών με αλκοολούχα αντισηπτικά

Τα ενδύματα αφαιρούνται με φορά από μέσα προς τα έξω.

8. Διαχείριση ιατρικού εξοπλισμού και συσκευών

Α. Συνιστάται τα υλικά που χρησιμοποιούνται για την εξέταση ασθενών με γρίπη να είναι μιας χρήσης, αν είναι δυνατόν. Τα υλικά αυτά απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση τους σε κάδο απορριμμάτων (ποδοκίνητο με καπάκι) που υπάρχει μέσα στο θάλαμο νοσηλείας.

Β. Στο θάλαμο νοσηλείας του ασθενή πρέπει να υπάρχουν μόνο τα απαραίτητα αναλώσιμα υλικά. Συνιστάται να αποφεύγεται η αποθήκευση μεγάλων ποσοτήτων αναλώσιμων υλικών. Τα υλικά που δε χρησιμοποιήθηκαν δε μεταφέρονται σε άλλους θαλάμους ή στο τμήμα.

Γ. Ο διαθέσιμος ιατρικός εξοπλισμός (π.χ. στηθοσκόπια, περιχειρίδες, συσκευές αναρρόφησης) πρέπει να χρησιμοποιείται **αποκλειστικά** για τη φροντίδα του ασθενή με γρίπη και να μη χρησιμοποιείται σε άλλους ασθενείς ταυτόχρονα.

Δ. Υλικά πολλαπλών χρήσεων (π.χ. πιεσόμετρα, θερμομέτρα) που χρησιμοποιούνται για την εξέταση ασθενών με γρίπη μετά το πέρας της εξέτασης του ασθενή, αν το επιτρέπει το υλικό κατασκευής τους, απολυμαίνονται με μετρίου βαθμού απολύμανση με απολυμαντικό ευρέος φάσματος, σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΝΛ. Αν το υλικό κατασκευής τους το επιτρέπει αποστειρώνονται (αφού έχει προηγηθεί απολύμανση).

Ε. Υλικά πολλαπλών χρήσεων (π.χ. βρογχοσκόπια) που μετά τη χρήση τους σε ασθενή με γρίπη πρέπει να χρησιμοποιηθούν σε άλλους ασθενείς, απολυμαίνονται με υψηλού βαθμού απολύμανση με απολυμαντικό ευρέος φάσματος, σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΝΛ.

ΣΤ. Για τα μηχανήματα και τα αντικείμενα που δε μπορούν να απολυμανθούν με εμβάπτιση, ακολουθείται η διαδικασία της απολύμανσης επιφανειών. Η απολύμανση πρέπει να γίνεται με απολυμαντικό ευρέος φάσματος.

9. Διαχείριση ιματισμού

Για τον ιματισμό πρέπει να ακολουθούνται οι βασικές αρχές που τηρούνται σε όλες τις περιπτώσεις μεταδιδόμενων νοσημάτων. Το προσωπικό που χειρίζεται τον ιματισμό θα πρέπει να φορά το σχετικό εξοπλισμό προστασίας. Πρέπει να αποφεύγεται η εκτίναξη του ιματισμού. Ο ιματισμός πρέπει να συλλέγεται με τη ρυπαρή επιφάνεια προς τα μέσα. Ο ιματισμός θα πρέπει να απορρίπτεται σε σάκο ιματισμού που υπάρχει στο θάλαμο νοσηλείας του ασθενή. Σε περίπτωση χρήσης κάδων μεταφοράς ακάθαρτου ιματισμού, οι επιφάνειες των κάδων πρέπει να απολυμαίνονται πριν την έξοδο από το χώρο νοσηλείας.

10. Απολύμανση του χώρου αναμονής και εξέτασης

Για την καθαριότητα του χώρου αναμονής και εξέτασης πρέπει να ακολουθούνται οι βασικές αρχές που τηρούνται σε όλες τις περιπτώσεις μεταδιδόμενων νοσημάτων. Το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει να έχει εκπαιδευτεί στη διαδικασία καθαρισμού - απολύμανσης του χώρου αναμονής και εξέτασης ασθενών με πιθανή ή επιβεβαιωμένη εποχική γρίπη. Κατά τη διάρκεια καθαρισμού θα πρέπει να φορά τον απαιτούμενο εξοπλισμό προστασίας. Απαιτείται σχολαστικός καθαρισμός και απολύμανση μετά την έξοδο του ασθενή από το χώρο αναμονής και εξέτασης. Για την απολύμανση του χώρου πρέπει να χρησιμοποιείται απολυμαντικό ευρέος φάσματος. Συνιστάται ο εξοπλισμός καθαριότητας (κάδος σφουγγαρίσματος, τροχήλατο καθαριότητας κ.λ.π.) να χρησιμοποιείται μόνο για την καθαριότητα του χώρου αναμονής και εξέτασης ασθενών με γρίπη και να φυλάσσεται σε ειδικό χώρο.

11. Διαχείριση απορριμμάτων και αιχμηρών αντικειμένων

Τα απορρίμματα που προέρχονται από ασθενή με πιθανή ή επιβεβαιωμένη λοίμωξη από ιούς εποχικής γρίπης χαρακτηρίζονται ως «Επικίνδυνα Απόβλητα Αμιγώς Μολυσματικά (ΕΑΑΜ)». Για τη διαχείριση αυτών των απορριμμάτων ακολουθούνται οι οδηγίες που περιλαμβάνονται στο ΦΕΚ 1537/8-5-2012 «Μέτρα και όροι για τη διαχείριση αποβλήτων ιατρικών μονάδων» καθώς και στον εσωτερικό κανονισμό διαχείρισης απορριμμάτων κάθε μονάδας υγείας.

12. Αντιμέτωπιση εργαζομένων με πιθανή έκθεση σε ιό της εποχικής γρίπης

Οι εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας που πιθανόν να ήρθαν σε επαφή με τον ιό της εποχικής γρίπης χωρίς να έχουν λάβει τα απαραίτητα μέτρα προφύλαξης, πρέπει να είναι σε εγρήγορση για την πιθανότητα εμφάνισης πυρετού και συμπτωμάτων από το αναπνευστικό σύστημα για πέντε ημέρες μετά την τελευταία πιθανή έκθεσή τους στον ιό.

Στις περιπτώσεις που κάποιος επαγγελματίας υγείας παρουσιάσει συμπτώματα συμβατά με γρίπη συστήνεται η απομάκρυνσή του από δραστηριότητες που τον φέρνουν σε στενή επαφή με τους ασθενείς για τουλάχιστον 24 ώρες μετά την υποχώρηση του πυρετού (χωρίς χρήση αντιπυρετικών παραγόντων). Τονίζεται ότι μετά την επιστροφή τους στην εργασία, οι επαγγελματίες υγείας θα πρέπει να εφαρμόζουν τα μέτρα αναπνευστικής υγιεινής και υγιεινής των χεριών και να φορούν απλή χειρουργική μάσκα κατά τη διάρκεια της φροντίδας ασθενών, στην περίπτωση που εξακολουθούν να παρουσιάζουν συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα όπως βήχα και φτάρνισμα.

Οι εργαζόμενοι με ιστορικό πιθανής απροστάτευτης έκθεσης στον ιό της εποχικής γρίπης που εμφάνισαν συμπτώματα, με εξαίρεση την επίσκεψη στον ιατρό ή την ανάγκη νοσηλείας στο νοσοκομείο, πρέπει να παραμένουν στο σπίτι τους μέχρι να αναρρώσουν. Κατά την

παραμονή τους στο σπίτι, πρέπει να τηρούνται τα μέτρα υγιεινής των χεριών και τα μέτρα πρόληψης λοιμώξεων, για την πρόληψη της μετάδοσης της λοίμωξης σε άλλα άτομα.

Για την προστασία των επαγγελματιών υγείας που ανήκουν σε κάποια από τις ομάδες υψηλού κινδύνου για σοβαρή νόσηση και επιπλοκές από τη γρίπη, εκτός από τον επιβεβλημένο αντιγριπικό εμβολιασμό, συστήνεται και η έγκαιρη έναρξη χορήγησης αντι-ιικής αγωγής, σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με γρίπη, με στόχο τη μείωση της πιθανότητας ανάγκης νοσηλείας και τη βελτίωση της έκβασης της λοίμωξης.

13. Οδηγίες για ασθενείς με εποχική γρίπη που δε χρειάζονται νοσηλεία σε νοσοκομείο

Η εκτίμηση των ασθενών για να κριθεί εάν χρειάζονται ή όχι νοσηλεία σε νοσοκομείο, βασίζεται κυρίως στην κλινική εικόνα.

A. Ο ασθενής που δε χρειάζεται νοσηλεία σε νοσοκομείο πρέπει να παραμένει στο σπίτι του για 7 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων ή για 24 ώρες από την υποχώρηση του πυρετού και των συμπτωμάτων του αναπνευστικού συστήματος. Δεν πρέπει να πηγαίνει σε χώρο εργασίας, σχολείο, παιδικό σταθμό ή άλλους δημόσιους χώρους. Στο σπίτι πρέπει να μένει σε δωμάτιο που αερίζεται καλά. Στο διάστημα αυτό πρέπει να λαμβάνονται όλες οι προφυλάξεις για την πρόληψη της μετάδοσης. Ο ασθενής πρέπει να περιορίσει στο ελάχιστο την επαφή του με τα άλλα άτομα του σπιτιού, ιδιαίτερα δε να αποφεύγεται η επαφή με ανοσοκατεσταλμένα άτομα, ηλικιωμένους, βρέφη και άτομα με χρόνια καρδιακά ή αναπνευστικά νοσήματα.

B. Αν τα συμπτώματα επιδεινωθούν, υποτροπιάσουν ή παραταθούν, ο ασθενής πρέπει να ζητήσει αμέσως ιατρική βοήθεια.

Γ. Όλα τα μέλη της οικογένειας που συγκατοικούν με τον ασθενή πρέπει να ακολουθούν σχολαστικά τις προφυλάξεις μετάδοσης σταγονιδίων. Έμφαση πρέπει να δίνεται στο καλό και συχνό πλύσιμο των χεριών (ή αντισηψία με αλκοολούχο διάλυμα εάν δεν είναι εμφανώς λερωμένα), ιδιαίτερα δε, πριν και μετά την επαφή (φροντίδα) με τον ασθενή.

Δ. Ο ασθενής πρέπει να βήχει πάντα μέσα σε χαρτομάντηλα, που στη συνέχεια απορρίπτονται σε σάκο απορριμμάτων.

Ε. Εάν τα άτομα που έρχονται σε επαφή με ασθενή με γρίπη εμφανίσουν πυρετό ή συμπτώματα λοίμωξης από το αναπνευστικό, πρέπει να συμβουλευτούν ιατρό, αφού πρώτα τον ενημερώσουν για τη στενή επαφή τους με ασθενή με το συγκεκριμένο σύνδρομο. Για τα άτομα αυτά ισχύει ότι ισχύει και για τον ασθενή ως προς την παραμονή στο σπίτι, τον περιορισμό των επαφών και τη λήψη προστατευτικών μέτρων.