

Προς τα μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας του ΕΚΠΑ

Οδηγίες για την έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση κρουσμάτων COVID-19 στο περιβάλλον του ΕΚΠΑ, μετά την λήξη των περιοριστικών μέτρων και την επανάληψη των εκπαιδευτικών διαδικασιών

Σύντομα η Πολιτεία θα ανακοινώσει τη σταδιακή άρση των περιοριστικών μέτρων που επιβλήθηκαν για την αντιμετώπιση της επιδημίας του νέου κορωνοϊού SARS-CoV-2. Στο πλαίσιο αυτό αναμένεται και η επανάληψη της εκπαιδευτικής διαδικασίας στο ΕΚΠΑ, με κανόνες ασφαλούς λειτουργίας που θα διατυπωθούν σε συνεργασία με το Υπουργείο Υγείας και τον ΕΟΔΥ.

Το αμέσως επόμενο διάστημα ο ιός θα συνεχίσει να προκαλεί σποραδικά κρούσματα στην κοινότητα. Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα μπορεί να αποτελέσουν εστίες διασποράς του ιού και επομένως αναζωπύρωση της επιδημίας. Ένας βασικός πυλώνας των μέτρων αντιμετώπισης της επιδημίας είναι η έγκαιρη διάγνωση και απομόνωση των κρουσμάτων και η ιχνηλάτηση των επαφών τους.

Οι παρακάτω οδηγίες στοχεύουν να ευαισθητοποιήσουν το προσωπικό του ΕΚΠΑ να αναγνωρίζουν έγκαιρα τα συμπτώματα του COVID-19 και να ενημερώσει για τις ενέργειες που πρέπει να γίνουν στην περίπτωση αυτή

Ποια συμπτώματα πρέπει να με ανησυχήσουν;

- Πυρετός
- Βήχας (συνήθως ξηρός αλλά μπορεί και με απόχρεμψη)
- Λαχάνιασμα ή δυσκολία στην αναπνοή
- Κρυάδες
- Ρίγος (τρέμουλο)
- Μυαλγίες
- Κεφαλαλγία
- Πονόλαιμος
- Ξαφνική απώλεια γεύσης ή όσφρησης

Τα συμπτώματα εμφανίζονται 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό, (συνήθως 3-7 ημέρες).

Τι πρέπει να κάνω σε περίπτωση που έχω συμπτώματα του COVID-19;

- Εφόσον βρίσκομαι σε χώρους του ΕΚΠΑ, φοράω μάσκα και αποχωρώ, αφού πρώτα ενημερώσω την υπηρεσία μου/το τμήμα μου.
- Ζητώ άμεσα ιατρική συμβουλή, κατά προτίμηση στα επείγοντα δημόσιου νοσοκομείου, όπου προσέρχομαι φορώντας μάσκα.
- Σύμφωνα με τις αναθεωρημένες οδηγίες του ΕΟΔΥ, και επειδή εργάζεστε/φοιτάτε σε εκπαιδευτικό ίδρυμα, εφόσον ο ιατρός σας κρίνει ύποπτο για COVID-19, θα πρέπει να κάνετε κατά προτεραιότητα το μοριακό διαγνωστικό τεστ.

- Μέχρι να βγει το αποτέλεσμα παραμένω στο σπίτι μου (εφόσον το συστήσει ο ιατρός), με μάσκα, σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο, σε απόσταση από τους συγκατοίκους μου.
- Αν το τεστ βγει θετικό:
 - ο Ενημερώνετε το ΕΚΠΑ
 - ο Ενημερώνετε τον ΕΟΔΥ, αναφέροντας και τις πιθανές επαφές σας (συνάδελφοι στον ίδιο χώρο, φοιτητές σε αμφιθέατρο ή εργαστήριο, διάβασμα στο αναγνωστήριο/βιβλιοθήκη, κ.λπ.).

Εάν έχω COVID-19 και παραμένω σπίτι, θα πρέπει να πάρω θεραπεία και ποια;

- Την θεραπεία την αποφασίζει ο ιατρός σας, ανάλογα με τα συμπτώματα. Σύμφωνα με τον αλγόριθμο του ΕΟΔΥ μπορεί να σας χορηγηθεί ο συνδυασμός χλωροκίνης με το αντιβιοτικό αζιθρομυκίνη. ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΡΕΤΕ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΑΥΤΑ ΧΩΡΙΣ ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΠΙΒΛΕΨΗ.

Εάν έχω COVID-19 και παραμένω σπίτι, πότε θα ανησυχήσω και θα πάω στο νοσοκομείο;

- Εάν έχετε δύσπνοια / δεν μπορείτε να πάρετε ανάσα
 - Εάν έχετε πόνο / βάρος στο στήθος
 - Εάν ο υψηλός πυρετός επιμένει
 - Εάν, γενικά δεν αισθάνεστε καθόλου καλά
- ΠΑΡΑΜΕΝΩ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΜΟΝΟ ΥΠΟ ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

Έχω νοσήσει από COVID-19. Πότε μπορώ να επιστρέψω στην εργασία μου / σπουδές μου;

- Πρέπει να συντρέχουν σωρευτικά οι παρακάτω προϋποθέσεις:
 - ο Να έχουν περάσει τουλάχιστον 14 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων
 - ο Να είσαι τουλάχιστον 3 ημέρες ελεύθερος συμπτωμάτων
 - ο Να έχεις ένα αρνητικό μοριακό τεστ

Δεν έχω κανένα σύμπτωμα, πρέπει να κάνω προληπτικά το μοριακό τεστ για τον κορωνοϊό;

- Η ενεργητική διαδικασία ανίχνευσης ασυμπτωματικών περιπτώσεων λοίμωξης COVID-19 γίνεται μόνο σε προσωπικό ή φοιτητές, **μετά την ανίχνευση επιβεβαιωμένου κρούσματος** στον ίδιο χώρο.
- Στόχος είναι η έγκαιρη αναγνώριση των ασυμπτωματικών/προσυμπτωματικών φορέων και η απομόνωση τους για μείωση της διασποράς του ιού σε μέλη της κοινότητας του ΕΚΠΑ

Δεν έχω κανένα σύμπτωμα, πρέπει να κάνω το τεστ αντισωμάτων;

- Το τεστ αντισωμάτων μας λέει αν έχουμε νοσήσει **στο παρελθόν**
- Δεν υπάρχει ακόμα τεστ με ικανοποιητική ειδικότητα και ευαισθησία

- Δεν γνωρίζουμε ακόμα την σημασία και τη διάρκεια των αντισωμάτων στον SARS-CoV-2
- Πιθανόν η ύπαρξη ενός σημαντικού τίτλου αντισωμάτων σημαίνει παλαιά νόσηση και ύπαρξη σχετικής ανοσίας έναντι του ιού.

Καθηγητής Νικόλαος Σύψας
Παθολόγος-Λοιμωξιολόγος
Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ
Μέλος της Εθνικής Επιτροπής για τον κορωνοϊό