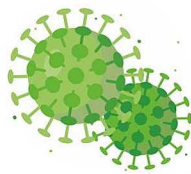


COVID-19

Ασθένεια που προκαλείται από τον ιό SARS-CoV-2

Οδηγίες πρόληψης



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΡΙΣΤΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ(εκδ.06-03-2020)



1. Πως μπορώ να προστατέψω το εαυτό μου;

- Πλένω καλά τα χέρια μου με σαπούνι και νερό, πολλές φορές την ημέρα. Εναλλακτικά χρησιμοποιώ αλκοολούχο διάλυμα (αλκοόλη >70%). Αποφεύγω την επαφή των χεριών με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια.
- Καλύπτω το στόμα και τη μύτη με χαρτομάντηλο κατά το βήχα ή φτέρνισμα.
- Αποφεύγω τη στενή επαφή με ασθενείς που έχουν τα συμπτώματα του ιού.

2. Πότε πρέπει να υποπτευθώ ασθένεια από το νέο κορωνοϊό;

- Όταν εμφανίσω ξαφνικά συμπτώματα από το αναπνευστικό με πυρετό και βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή χωρίς άλλη σαφή αιτιολογία

ΚΑΙ Βρισκόμουν τις τελευταίες 14 ημέρες σε περιοχή ή χώρα όπου υπάρχει συνεχιζόμενη μετάδοση της ασθένειας COVID-19 στην κοινότητα, με βάση τα τρέχοντα επιδημιολογικά δεδομένα (ρωτήστε τον υπεύθυνο του καταλύματος για το ποιες είναι οι περιοχές αυτές).

Ή ήρθα σε στενή επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα τις τελευταίες 14 ημέρες.

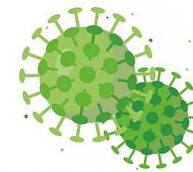
3. Τι πρέπει να κάνω σε αυτήν την περίπτωση;

- Ενημερώνω τον υπεύθυνο του καταλύματος και του ζητώ να καλέσει ιατρική βοήθεια και να με προμηθεύσει με χειρουργικές μάσκες και χαρτομάντηλα.
- Παραμένω στο δωμάτιό μου με την πόρτα του δωματίου κλειστή και αποφεύγω μη απαραίτητες επαφές με οποιονδήποτε. Φοράω τη μάσκα και εφαρμόζω αυστηρά τα μέτρα ατομικής υγιεινής. Απορρίπτω τα χρησιμοποιημένα χαρτομάντηλα στους κάδους απορριμμάτων.
- Εάν διαμένω με συνοδό, τότε και αυτός θα πρέπει να φορά απλή χειρουργική μάσκα, να κρατά απόσταση τουλάχιστον 2 μέτρα αν είναι δυνατό, και να πλένει τα χέρια του κάθε φορά που έρχεται σε επαφή μαζί μου.
- Διατηρώ την ψυχραιμία μου. Ο υπεύθυνος του καταλύματος θα ειδοποιήσει αμέσως τις αρμόδιες αρχές Δημόσιας Υγείας, σύμφωνα με τις οδηγίες που του έχουν δοθεί, ώστε να έρθουν σε επαφή μαζί μου για τις περαιτέρω ενέργειες.

COVID-19

NOVEL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)

INSTRUCTIONS FOR TOURISTS AND VISITORS(ver.05-03-2020)



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ & ΘΡΑΚΗΣ

INSTRUCTIONS FOR TOURISTS AND VISITORS(ver.05-03-2020)



1. How can I protect myself?

- I wash my hands thoroughly with soap and water many times a day. Alternatively I can use an alcoholic solution (with alcohol >70%). I avoid hand contact with my mouth, nose or eyes.
- I cover my mouth and nose with a tissue, when coughing or sneezing.
- I avoid close contact with patients who have symptoms of the disease.

2. When should I suspect illness from the new coronavirus?

- If I experience a sudden onset of respiratory symptoms with fever and cough, or difficulty in breathing with no other etiology that fully explains that AND
- I have visited or stayed in the last 14 days, in an area or country reporting ongoing transmission of COVID-19, based on current epidemiological data (ask accommodation manager about which areas are affected with ongoing transmission of SARS-CoV-2). OR
- I have been in close contact with a suspected or confirmed case in the last 14 days.

3. What should I do in that case?

- I inform the accommodation manager and ask him/her to call for medical assistance and to provide me with surgical masks and tissues.
- I stay in my room with the door closed, avoiding any unnecessary contacts with anyone. I wear the mask and strictly apply personal hygiene measures. I discard used tissues in the trash bin.
- If I am staying with a companion, he/she should wear a surgical mask too, trying to hold at least 2 meters distance away from me if possible, and wash his/her hands every time he/she comes in contact with me.
- I stay calm. The accommodation manager will immediately notify the relevant Public Health Authorities, in accordance with the instructions given to him/her, and I remain in my room waiting for them to contact me for guidance and assistance.

