



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

## ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2 (COVID-19) ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

11 Νοεμβρίου 2020

Στην παρούσα έκδοση των οδηγιών **Λοίμωξη από τον νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 (COVID-19), Οδηγίες για Δημοτικά Σχολεία** (4 Νοεμβρίου 2020) περιλαμβάνονται οι οδηγίες της προηγούμενης έκδοσης (31 Αυγούστου 2020) με ορισμένες τροποποιήσεις, οι οποίες είτε αποσαφηνίζουν ρητά ορισμένα σημεία που ήδη περιλαμβάνονται στις οδηγίες είτε αποτελούν προσθήκες στις προβλέψεις βάσει της εμπειρίας που αποκτήθηκε με την εφαρμογή των οδηγιών.

Συνοπτικά οι τροποποιήσεις περιλαμβάνουν:

1. **Καθολική χρήση προστατευτικής μάσκας** τόσο κατά τη διάρκεια των μαθημάτων όσο και στα διαλείμματα
2. Οδηγίες για τα «**διαλείμματα μάσκας**»
3. Οδηγίες για τη **διαχείριση ύποπτου κρούσματος** στην εκπαιδευτική μονάδα, σύμφωνα με την επικαιροποίηση των οδηγιών “**Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες και πρωτόκολλο αναστολής λειτουργίας σχολικών τμημάτων ή σχολείων**”
4. Οδηγίες για **τήρηση των μέτρων που ισχύουν στο επίπεδο κινδύνου της περιοχής** σε σχέση με τον περιορισμό αθλητικών δραστηριοτήτων (π.χ. απαγόρευση ομαδικών παιχνιδιών με μπάλα –ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ).
5. Στο Παράρτημα Ι «**Παιδιά για τα οποία δίνεται η γενική σύσταση μακροχρόνιας αποχής από το σχολείο και χρήσης τηλε-εκπαίδευσης λόγω σοβαρού υποκείμενου νοσήματος**» γίνονται ορισμένες τροποποιήσεις και διευκρινίσεις στα σχετικά κριτήρια.
6. Στο Παράρτημα Ι «**Παιδιά για τα οποία δίνεται η γενική σύσταση μακροχρόνιας αποχής από το σχολείο και χρήσης τηλε-εκπαίδευσης λόγω σοβαρού υποκείμενου νοσήματος**» προστίθεται δεύτερη ενότητα που αφορά τα παιδιά για τα οποία συστήνεται μακροχρόνια αποχή από το σχολείο και χρήση τηλε-εκπαίδευσης **λόγω συγκατοίκησης με πρόσωπο που πάσχει από σοβαρό υποκείμενο νόσημα**.
7. Στο Παράρτημα ΙΙ Β. «**Οδηγίες για τη χρήση μάσκας σε ειδικές ομάδες παιδιών**» και ειδικότερα στις **κατηγορίες παιδιών για τα οποία συστήνεται η ΜΗ χρήση μάσκας**, συμπεριλήφθηκαν τα παιδιά τα οποία παρουσιάζουν αναπνευστική δυσχέρεια και ως εκ τούτου η μάσκα δεν είναι ανεκτή.

Σκοπός των παρακάτω οδηγιών είναι η ενημέρωση των εκπαιδευτικών και του άλλου προσωπικού των **Δημοτικών Σχολείων** της χώρας (και μέσω αυτών και των μαθητών) σχετικά με την λειτουργία των σχολείων από τον Σεπτέμβριο του 2020, τη λοίμωξη COVID-19, τα μέτρα πρόληψης της διασποράς του ιού, τις απαραίτητες ενέργειες σε περίπτωση εμφάνισης περιστατικού ύποπτου για λοίμωξη COVID-19 και γενικά την ασφαλή λειτουργία των σχολείων. Οι οδηγίες αφορούν επίσης τη λειτουργία των **Κέντρων Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών Τυπικής Ανάπτυξης (ΚΔΑΠ)**.

Η **συνέχιση της λειτουργίας των σχολείων κατά τη διάρκεια της πανδημίας** –που αναμένεται ότι θα συνεχιστεί κατά τους επόμενους μήνες– είναι εξαιρετικά σημαντική. Η παρουσία των παιδιών στο σχολείο, ιδιαίτερα αυτών που είναι μικρής ηλικίας, είναι απαραίτητη και δεν μπορεί να αντικατασταθεί με την αποκλειστική εξ αποστάσεως ηλεκτρονική διδασκαλία. Η παρουσία στο σχολείο είναι σημαντική για την εκπαιδευτική διαδικασία, την απόκτηση νέων γνώσεων και την ανάπτυξη δεξιοτήτων. Επιπλέον, οι δημιουργικές σχέσεις με τους συμμαθητές και τους διδάσκοντες, η συμμετοχή στο παιχνίδι και τις αθλητικές δραστηριότητες έχουν μεγάλη σημασία για την κοινωνική και συναισθηματική ολοκλήρωση των παιδιών και των εφήβων, τη σωματική και ψυχική τους υγεία. Η πλήρης λειτουργία του σχολείου είναι σημαντική και για τους εργαζόμενους γονείς που έτσι έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν στην παραγωγική διαδικασία.

Η έναρξη της σχολικής χρονιάς έγινε με **πλήρη λειτουργία των σχολείων**. Ωστόσο, άλλες μορφές λειτουργίας (π.χ. εξ αποστάσεως διαδικτυακή διδασκαλία σε συνδυασμό με εναλλάξ παρουσία στο σχολείο μέρους των μαθητών) μπορεί να απαιτηθούν εάν τα επιδημιολογικά δεδομένα μεταβληθούν –είτε στο σύνολο της χώρας είτε σε επιμέρους πιο επιβαρυνμένες περιοχές– και θα πρέπει να υπάρχει ετοιμότητα για αυτό.

Η **ασφαλής λειτουργία** των σχολείων έχει θεμελιώδη σημασία, ώστε να προληφθεί κατά το δυνατόν η διασπορά του ιού στον χώρο των σχολείων. Εξαιρετικά σημαντικό είναι επίσης, στη περίπτωση που υπάρξουν κρούσματα σε μια σχολική μονάδα, να περιχαρακωθεί η διασπορά ώστε να μειώσει τον αριθμό δευτερογενών κρουσμάτων ιδιαίτερα σε άτομα που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού.

Η ασφαλής λειτουργία των σχολείων βασίζεται στη **συστηματική εφαρμογή πολλαπλών μέτρων προφύλαξης που λειτουργούν ως σύνολο**:

- προσπάθεια για τήρηση αποστάσεων μεταξύ μαθητών και μαθητών-εκπαιδευτικών, όσο είναι εφικτό, σε συνδυασμό με τη λειτουργία του σχολείου σε σταθερές ομάδες παιδιών οι οποίες συστηματικά δεν έρχονται σε επαφή μεταξύ τους
- συχνή και ορθή εφαρμογή υγιεινής των χεριών (πλύσιμο με σαπούνι και νερό ή/και εφαρμογή αντισηπτικού χεριών)
- σωστή χρήση κατάλληλης προστατευτικής μάσκας (υφασμάτινης ή απλής χειρουργικής) τόσο από εκπαιδευτικούς όσο και από μαθητές με μέριμνα για τη σχετική εκπαίδευση· στο σχολείο συνιστάται η ευρεία χρήση

υφασμάτινης μάσκας (με ελάχιστες εξαιρέσεις – βλ. Παράρτημα II), αλλά μπορεί να χρησιμοποιείται και απλή χειρουργική μάσκα

- καλός αερισμός των αιθουσών, καθαριότητα χώρων και τακτική εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες
- αποφυγή μεγάλων συναθροίσεων μαθητών και επίσκεψης στο σχολείο άλλων ατόμων όταν αυτό δεν είναι απαραίτητο
- αποχή από το σχολείο όσων εκδηλώνουν πυρετό ή/και άλλα συμπτώματα συμβατά με COVID-19, προστασία μαθητών και εκπαιδευτικών που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες.

Τα μέτρα αυτά επεξηγούνται αναλυτικά παρακάτω.

Είναι σημαντικό **να ορίζονται και να συμφωνούνται σε τοπικό επίπεδο** οι ακριβείς τρόποι εφαρμογής των γενικών αρχών των μέτρων προφύλαξης στα σχολεία, με πρωτοβουλία και επινοητικότητα τόσο σε σχέση με την όλη οργάνωση της σχολικής ζωής όσο και σε σχέση με την αξιοποίηση χώρων και άλλων πόρων που ενδεχομένως διατίθενται στην κάθε σχολική και ευρύτερη κοινότητα.

## **Πληροφορίες για τη λοίμωξη COVID-19 στα παιδιά και το ρόλο των σχολικών μονάδων στη μετάδοση του ιού**

Η λοίμωξη COVID-19 (Corona Virus Disease-2019) οφείλεται στον ιό SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) ο οποίος μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω αναπνευστικών σταγονιδίων που αποβάλλονται μέσω της ομιλίας και ιδιαίτερα μέσω βήχα ή πταρμού, ή με άμεση ή έμμεση επαφή με εκκρίσεις του αναπνευστικού συστήματος (δηλαδή μέσω μολυσμένων χεριών όταν αυτά έρχονται σε επαφή με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια, ή με επιμολυσμένες επιφάνειες). Ο μέσος χρόνος επώασης της νόσου, δηλαδή το χρονικό διάστημα που μεσολαβεί μεταξύ της μόλυνσης και της εκδήλωσης των συμπτωμάτων, είναι 5-6 ημέρες, ενώ κυμαίνεται από 1 έως 14 ημέρες.

Λιγότερο από 5% των καταγεγραμμένων κρουσμάτων στην Ευρωπαϊκή Ένωση αφορά παιδιά, ενώ διεθνώς το ποσοστό των προσβεβλημένων παιδιών κυμαίνεται από 1-7%, σύμφωνα με τα δεδομένα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Η λοίμωξη COVID-19 στα παιδιά συνήθως εκδηλώνεται με ηπιότερα συμπτώματα ή είναι ασυμπτωματική και εμφανίζει σημαντικά μικρότερη θνητότητα. Ειδικότερα, στην Ευρωπαϊκή Ένωση η θνητότητα σε ηλικίες κάτω των 19 ετών υπολογίζεται σε ποσοστό 0,03%.

Τα συχνότερα συμπτώματα της λοίμωξης COVID-19 στα παιδιά είναι:

- **πυρετός και**
- **βήχας.**

Άλλα συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν είναι:

- Δυσκολία στην αναπνοή
- Μυαλγίες
- Ρίγος
- Πονοκέφαλος

- Δυσκαταποσία
- Ρινική καταρροή/συμφόρηση
- Ναυτία / έμετος
- Κοιλιακός πόνος, διαρροϊκές κενώσεις

Σύμφωνα με τα δεδομένα του Ευρωπαϊκού Κέντρου Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (ECDC) το ποσοστό των νοσηλευόμενων παιδιών είναι υψηλότερο στην ηλικιακή ομάδα 0-4 ετών (10%), ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τα παιδιά ηλικίας 5-11 ετών και 12-18 ετών, έχει βρεθεί 3% και 4% αντίστοιχα. Τα νεογνά και τα βρέφη αποτελούν την πιο ευάλωτη ηλικιακή ομάδα μεταξύ των παιδιών για την εμφάνιση σοβαρής λοίμωξης. Η συνύπαρξη υποκείμενων νοσημάτων σε παιδιά και εφήβους, αποτελεί παράγοντα κινδύνου για την εκδήλωση σοβαρής νόσου και ανάγκης νοσηλείας σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας. Σε κάποιες χώρες έχουν αναφερθεί μεμονωμένα περιστατικά παιδιών με πολυοργανικό φλεγμονώδες σύνδρομο, που εκδηλώνεται έπειτα από έκθεση στον ιό SARS-CoV-2 και αποτελεί συστηματική εκδήλωση της νόσου με επίμονο πυρετό και δυσλειτουργία ζωτικών οργάνων. Σπάνιες επίσης επιπλοκές της νόσου στα παιδιά, είναι η μυοκαρδίτιδα και η νεφρική δυσλειτουργία.

Αποτελέσματα μελετών καταδεικνύουν ότι τα παιδιά δεν αποτελούν τη συνήθη πηγή μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2, σε αντίθεση με το ρόλο που διαδραματίζουν στη διασπορά άλλων αναπνευστικών ιών όπως ο ιός της εποχικής γρίπης.

Σύμφωνα με τα μέχρι στιγμής διαθέσιμα δεδομένα, η πλειονότητα των παιδιών με λοίμωξη COVID-19, έχει καταγραφεί στο πλαίσιο ενδοοικογενειακής μετάδοσης. Από τα αποτελέσματα διερεύνησης περιστατικών που ανιχνεύθηκαν σε σχολικό περιβάλλον, προκύπτει ότι η μετάδοση της νόσου μεταξύ των παιδιών και από παιδιά σε ενήλικες είναι μάλλον ασυνήθης και συνεπώς, με την προϋπόθεση της συστηματικής εφαρμογής των απαραίτητων μέτρων προφύλαξης, οι εκπαιδευτικές μονάδες δεν αποτελούν περιβάλλον με αυξημένη δυναμική διασποράς του ιού σε σχέση με ανάλογους χώρους κοινωνικής δραστηριότητας των παιδιών.

Από τα στοιχεία του ECDC προκύπτει ότι η αναστολή λειτουργίας των σχολικών μονάδων όταν δε συνδυάζεται με άλλα μέτρα, δεν φαίνεται να συμβάλλει αποτελεσματικά στον περιορισμό της διασποράς του ιού στην κοινότητα και δεν προσφέρει επιπλέον προστασία για την υγεία των παιδιών.

## Χρήση μάσκας

Η χρήση μάσκας προτείνεται από τον ΠΟΥ και τη UNICEF ως μέρος ενός συνόλου μέτρων δημόσιας υγείας, όπως η τήρηση κοινωνικών αποστάσεων, η υγιεινή των χεριών, η αναπνευστική υγιεινή και ο επαρκής φυσικός αερισμός των κλειστών χώρων, για την πρόληψη και τον έλεγχο της μετάδοσης συγκεκριμένων αναπνευστικών ιών συμπεριλαμβανομένων των ιών SARS-CoV-2 και γρίπης.

Δεδομένου ότι ο ιός μεταδίδεται μέσω σταγονιδίων που παράγονται από άτομο που έχει μολυνθεί είτε εμφανίζει συμπτώματα είτε όχι, η χρήση της μάσκας προστατεύει το άτομο που τη φορά αλλά ακόμη περισσότερο τους άλλους. Η ευρεία χρήση της μάσκας συμβάλλει σημαντικά στον περιορισμό της μετάδοσης της

λοιμώξης και κατά συνέπεια στη διατήρηση της κοινωνικής δραστηριότητας και τη συνέχιση της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Η σωστή χρήση μάσκας έχει αποδειχθεί ότι είναι **ασφαλής** και μπορεί να προστατεύσει αποτελεσματικά από τη μετάδοση της λοίμωξης. Για τους λόγους αυτούς πολλοί διεθνείς οργανισμοί συστήνουν την καθολική χρήση μάσκας στην κοινότητα αλλά και στο σχολείο. Με την καθολική χρήση της μάσκας στο σχολείο προστατεύονται όχι μόνο τα ίδια τα παιδιά αλλά και οι ενήλικοι της οικογένειας και ιδιαίτερα τα άτομα αυξημένου κινδύνου, όπως οι ηλικιωμένοι και άτομα με υποκείμενα χρόνια νοσήματα.

Η αποτελεσματική εφαρμογή της μάσκας σε διάφορα επίπεδα των εκπαιδευτικών βαθμίδων προϋποθέτει τη συνεκτίμηση των αναπτυξιακών δεξιοτήτων των παιδιών και τη **συστηματική εκπαίδευσή τους στις ορθές διαδικασίες εφαρμογής και απόρριψης** όπως και την καθοδήγηση και **ενεργητική επίβλεψη** της συμμόρφωσης σε αυτές.

**Συνιστάται η χρήση μάσκας στα σχολεία από μαθητές, εκπαιδευτικούς και άλλο προσωπικό τόσο κατά τη διάρκεια των μαθημάτων όσο και στα διαλείμματα.** Πρέπει να υπάρχει ιδιαίτερη προσοχή στη σωστή χρήση της μάσκας από τα παιδιά. **Κατά το μάθημα της γυμναστικής δεν απαιτείται η χρήση μάσκας.** Αυτό αφορά όλες τις περιοχές της χώρας ανεξάρτητα από «επίπεδο κινδύνου».

Με δεδομένη τη σύσταση για επέκταση της χρήσης μάσκας και στα διαλείμματα, γίνεται πιο επιτακτικό να γίνονται **«διαλείμματα μάσκας»**. Ειδικότερα:

Κατά τη διάρκεια της σχολικής ημέρας και σε συνθήκες ηρεμίας των παιδιών στην τάξη και σε χρόνο που οι μαθητές/τριες δεν καλούνται να μιλούν, οι εκπαιδευτικοί μπορούν σε τακτά διαστήματα να δίνουν τη δυνατότητα στα παιδιά για **«διάλειμμα μάσκας»** ώστε να επέρχεται αποφόρτιση των παιδιών και να ενισχύεται η σωστή χρήση της μάσκας. Αυτό μπορεί να γίνεται τόσο μέσα στις αίθουσες διδασκαλίας όσο και σε εξωτερικούς χώρους καθώς και κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε άλλης δραστηριότητας του σχολείου.

Ενδεικτικά, μπορεί να δίνεται οδηγία για ολιγόλεπτη προσεκτική αφαίρεση της μάσκας μέσα στην τάξη κατά τη διάρκεια ανάγνωσης κειμένου από εκπαιδευτικό ή ατομικής εργασίας από τους μαθητές/τριες, έχοντας ανοικτά τα παράθυρα όσο είναι δυνατόν. Στο διάλειμμα σε εξωτερικό χώρο μπορεί να γίνεται ολιγόλεπτη αφαίρεση της μάσκας αφού τα παιδιά τηρήσουν αποστάσεις, παραμένοντας στην ίδια θέση τα λίγα λεπτά που δεν θα φορούν μάσκα· είναι προφανές ότι δεν θα γίνεται χρήση μάσκας όταν τα παιδιά τρώνε ή πίνουν, οπότε πρέπει να τηρούνται οι απαραίτητες αποστάσεις. Χρήση μάσκας δεν πρέπει να γίνεται κατά το μάθημα της γυμναστικής ή όταν τα παιδιά έχουν έντονη σωματική άσκηση, οπότε επίσης πρέπει να τηρούνται οι απαραίτητες αποστάσεις.

Περισσότερες πληροφορίες για την ορθή χρήση μάσκας από τα παιδιά περιλαμβάνονται στο Παράρτημα II.

## **(Α) Γενικά προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς του νέου κορωνοϊού SARS-CoV-2 και άλλων ιών του αναπνευστικού, στις εκπαιδευτικές μονάδες**

### **1. Γενικές οδηγίες**

- Είναι σημαντικό να γίνεται συστηματική εκπαίδευση των παιδιών, με επίδειξη του τρόπου εφαρμογής των μέτρων προφύλαξης, με πρακτική εξοικείωση των παιδιών υπό την επίβλεψη των εκπαιδευτικών, με επεξήγηση της λογικής των μέτρων σε συνδυασμό με τη συζήτηση των χαρακτηριστικών του ιού και της νόσου με τρόπο κατάλληλο για την κάθε ηλικία.
- Είναι, επίσης, σημαντικό να συνεχιστούν ή να διαμορφωθούν οι δυνατότητες για πραγματοποίηση οργανωμένης διαδικτυακής εκπαίδευσης εάν το επιβάλουν οι συνθήκες καθώς και στην περίπτωση παιδιών που δεν θα είναι δυνατή η προσέλευσή τους στο σχολείο λόγω σοβαρού νοσήματος, σύμφωνα με το Παράρτημα Ι.
- Σε κάθε σχολική μονάδα πρέπει να γίνουν οι απαραίτητες ρυθμίσεις ώστε τα άτομα του προσωπικού που ανήκουν σε ομάδες αυξημένου κινδύνου να αναλαμβάνουν εργασίες που έχουν πολύ χαμηλό κίνδυνο έκθεσης ή δεν απαιτούν προσέλευση στο σχολείο (Καθορισμός ομάδων αυξημένου κινδύνου για σοβαρή λοίμωξη COVID-19. (Αριθμ. ΔΙΔΑΔ/Φ.69/420/16446/17.09.2020)
- Τα παιδιά και τα μέλη του προσωπικού που εμφανίζουν πυρετό ή/και άλλα συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 απαγορεύεται να προσέρχονται στο σχολείο. Συστήνεται προς τους γονείς ο έλεγχος των παιδιών για ενδεχόμενη εμφάνιση συμπτωμάτων (πιθανώς και με θερμομέτρηση) πριν την αναχώρησή τους από το σπίτι.
- Κάθε σχολική μονάδα πρέπει να καταγράφει συστηματικά τις αναφορές για συμπτώματα συμβατά με COVID-19 σε παιδιά ή/και μέλη του προσωπικού και να παρακολουθεί την πορεία τους.

### **2. Οδηγίες ατομικής υγιεινής**

- Παραμονή κατ' οίκον και αποχή από την παρακολούθηση μαθημάτων ή την εργασία οποιουδήποτε ατόμου εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού ή πυρετό.
- Αποφυγή στενής επαφής, εφόσον αυτό είναι δυνατό, με οποιοδήποτε άτομο εμφανίζει πυρετό ή συμπτώματα από το αναπνευστικό, όπως βήχα ή πταρμό.
- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης.
- Αποφυγή κοινής χρήσης των μολυβιών, των στυλό, των μαρκαδόρων και άλλων προσωπικών αντικειμένων. Το κάθε παιδί θα πρέπει να χρησιμοποιεί μόνο τα δικά του αντικείμενα.

- Σε βήχα ή φτέρνισμα, κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντιλου στους κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών.
- Τα παιδιά δεν πρέπει να πίνουν νερό απευθείας από τη βρύση με το στόμα, καθώς και να χρησιμοποιούν κοινά σκεύη όπως ποτήρια και μπουκάλια. Συστήνεται η χρήση ατομικού μπουκαλιού ή παγουριού από το κάθε παιδί.
- Τακτικό και επιμελές πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα όταν είναι εμφανώς λερωμένα, και οπωσδήποτε πριν τη λήψη τροφής και υγρών, μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα και μετά από πιθανή επαφή με εκκρίσεις ή άλλα σωματικά υγρά. Θα ακολουθεί προσεκτικό στέγνωμα χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης και απόρριψή τους στους κάδους απορριμμάτων.
- Η υγιεινή των χεριών για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα με χρήση αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος, που θα βρίσκεται κοντά στην είσοδο κάθε αίθουσας διδασκαλίας, θα πρέπει να εφαρμόζεται συχνά και σε κάθε περίπτωση που αυτό κρίνεται απαραίτητο, κατά προτίμηση υπό την εποπτεία εκπαιδευτικού της τάξης, ιδιαίτερα για τα μικρότερα παιδιά.
- Συστήνεται η εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος πριν και μετά τη χρήση εξοπλισμού, όπως πληκτρολόγιο υπολογιστή, σε περίπτωση που αυτός είναι κοινόχρηστος.
- Ευαισθητοποίηση και εγρήγορση για την πρώιμη αναγνώριση συμπτωμάτων. Σε περίπτωση εμφάνισης ακόμα και ήπιων συμπτωμάτων συμβατών με λοίμωξη COVID-19 (π.χ. βήχας, πυρετός, πονόλαιμος, γαστρεντερικά συμπτώματα) παραμονή στο σπίτι και ενημέρωση των υπευθύνων. Η ένδειξη για διενέργεια εργαστηριακού ελέγχου θα τίθεται κατά περίπτωση ανάλογα με την κρίση του θεράποντος ιατρού και τα επιδημιολογικά δεδομένα σε επίπεδο τμήματος, σχολείου ή/και γεωγραφικής περιοχής.
- Για την καλύτερη εκπαίδευση των παιδιών, μπορεί να τοποθετούνται σε διάφορους χώρους του σχολείου αφίσες ή εικόνες με τον ενδεδειγμένο τρόπο εφαρμογής των μέτρων ατομικής υγιεινής.

### 3. Τήρηση κοινωνικών αποστάσεων και περιβαλλοντικά μέτρα

- Διασφάλιση ασφαλούς τρόπου μεταφοράς των μαθητών από και προς το σχολείο. Σε περίπτωση που η μεταφορά γίνεται με σχολικά λεωφορεία, συστήνεται η τοποθέτηση του μαθητή σε προκαθορισμένη θέση η οποία δε θα αλλάζει. Παιδιά ίδιας οικογένειας και παιδιά που ανήκουν στο ίδιο σχολικό τμήμα προτιμάται να κάθονται σε διπλανές θέσεις. Η συστηματική χρήση μάσκας καθ' όλη τη διάρκεια της διαδρομής από όλους τους επιβάτες, είναι απαραίτητη. Εάν υπάρχει δυνατότητα, να παραμένουν κενές θέσεις ανάμεσα στους επιβάτες. Στα σχολικά λεωφορεία συνιστάται να υπάρχουν ανοικτά παράθυρα όσο επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες. Εάν δεν μπορεί να αποφευχθεί η χρήση πούλμαν με παράθυρα που δεν ανοίγουν,

ρύθμιση εξαερισμού σε εισαγωγή αέρα (όχι ανακύκλωση), εάν είναι δυνατόν από σημεία της οροφής.

- Αποφυγή του συνωστισμού και περιορισμός των επαφών μεταξύ παιδιών-γονέων-προσωπικού κατά την προσέλευση και αποχώρηση από το σχολείο. Εφαρμογή πρακτικών μέτρων για τήρηση αποστάσεων(π.χ. γραμμές στο δάπεδο).
- Τήρηση της μέγιστης δυνατής απόστασης μεταξύ των θέσεων των μαθητών στην τάξη σύμφωνα με τις εκάστοτε χωροταξικές δυνατότητες. Θα πρέπει να καταβάλλεται κάθε δυνατή προσπάθεια για την αξιοποίηση των διαθέσιμων χώρων, ώστε να τηρείται η μέγιστη απόσταση μεταξύ των θρανίων των μαθητών δεδομένων των συνθηκών που υπάρχουν.
- Προσανατολισμός των θρανίων προς την ίδια κατεύθυνση ώστε να μειώνεται η έκθεση των μαθητών σε σταγονίδια από βήχα ή φτάρνισμα
- Η καθολική χρήση προστατευτικής μάσκας από τους μαθητές, το εκπαιδευτικό και το λοιπό προσωπικό των σχολείων είναι απαραίτητη. Η μάσκα θα πρέπει να εφαρμόζεται αμέσως με την προσέλευση στο σχολείο. Η μάσκα συνιστάται να εφαρμόζεται **τόσο κατά τη διάρκεια των μαθημάτων όσο και στα διαλείμματα**. Η σωστή χρήση της μάσκας είναι πολύ σημαντική (<https://eody.gov.gr/covid-19-odigies-gia-ti-chrisi-maskas-apo-to-koino/> και Παράρτημα II)
- Οι αίθουσες διδασκαλίας να χρησιμοποιούνται όσο είναι δυνατό, αποκλειστικά από συγκεκριμένο τμήμα μαθητών, ώστε να είναι μειωμένες οι πιθανότητες μετάδοσης του ιού μεταξύ τμημάτων. Ενθάρρυνση για διενέργεια του μαθήματος σε εξωτερικό χώρο εάν και όταν αυτό είναι εφικτό
- Σύσταση για μη μετακίνηση των μαθητών σε άλλες αίθουσες από την προκαθορισμένη του τμήματος τους, αλλά εναλλαγή των διδασκόντων εφόσον αυτό είναι εφικτό.
- Εάν δεν μπορεί να αποφευχθεί η χρήση κάποιας αίθουσας από περισσότερα τμήματα, θα πρέπει να μεσολαβεί καλός καθαρισμός του χώρου και των επιφανειών σύμφωνα με τις οδηγίες του Παραρτήματος III και αρκετός χρόνος (τουλάχιστον 15 min) ώστε να αεριστεί επαρκώς η αίθουσα. Σε χώρους εργαστηρίων όπως πληροφορικής, συστήνεται σχολαστικός καθαρισμός του εξοπλισμού μετά από κάθε χρήση
- Συστηματική αποφυγή ανάμιξης των μαθητών που δεν ανήκουν στο ίδιο τμήμα ή στην ίδια σταθερή ομάδα παιδιών σε όλες τις εκδηλώσεις της σχολικής ζωής, περιλαμβανομένων ιδιαίτερα των διαλειμάτων και της διδασκαλίας. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ειδική διαγράμμιση στο προαύλιο για την οριοθέτηση του «χώρου» κάθε τμήματος ή σταθερής ομάδας παιδιών. Εάν υπάρχει η δυνατότητα, προαυλισμός σε διαφορετικό χρόνο ή/και χώρο.
- Μέριμνα για την αποφυγή δημιουργίας συνωστισμού στους διαδρόμους του σχολείου και χάραξη (βελάκια) της κατεύθυνσης προς την οποία θα πρέπει να κινούνται οι μαθητές

- Μέριμνα για την αποφυγή ανάμιξης και αλληλεπίδρασης παιδιών από διαφορετικά τμήματα κατά τη λήψη γεύματος στο σχολείο (π.χ. ολοήμερο σχολείο). Προτείνεται η λήψη των γευμάτων στο θρανίο των παιδιών στην τάξη τους ή και σε άλλο χώρο με την τήρηση των απαραίτητων αποστάσεων (π.χ. τραπεζαρία, προαύλιο). Μπορεί, επίσης, το φαγητό που παρέχεται στο σχολείο να μεταφέρεται και να καταναλώνεται στο σπίτι.
- Χρήση σκευών μιας χρήσης, αν είναι εφικτό, ή αυστηρά ατομικών σκευών. Ενημέρωση των μαθητών να μη μοιράζονται μεταξύ τους το φαγητό και το νερό τους
- Τήρηση της κοινωνικής απόστασης και των κανόνων ατομικής υγιεινής όσο είναι δυνατό κατά τη διάρκεια αθλητικών δραστηριοτήτων.
- Μέριμνα για την αποφυγή ανάμιξης παιδιών διαφορετικών τμημάτων σε οργανωμένες ή μη αθλητικές δραστηριότητες
- Τα παιδιά ΔΕΝ πρέπει να φέρουν μαζί τους παιχνίδια στο σχολείο (π.χ. μπάλες, κούκλες κλπ.).
- Σχετικά με τις μπάλες και λοιπά όργανα γυμναστικής/αθλοπαιδιών, τα παιδιά κάθε τμήματος πρέπει να παίζουν μόνο μεταξύ τους χρησιμοποιώντας συγκεκριμένη μπάλα (ή μπάλες), με την έγκριση ή/και επίβλεψη εκπαιδευτικού.
- Πρέπει να τηρούνται τα μέτρα που ανακοινώνονται και κάθε φορά ισχύουν για το επίπεδο κινδύνου της περιοχής όπου βρίσκεται το σχολείο (π.χ. επίπεδο κινδύνου Α–«κόκκινο») σε σχέση με τον περιορισμό των αθλητικών δραστηριοτήτων. Οι περιορισμοί (π.χ. απαγόρευση ομαδικών παιχνιδιών με μπάλα, όπως ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ) πρέπει να εφαρμόζονται τόσο στο μάθημα της γυμναστικής όσο και σε προαιρετικές απογευματινές δραστηριότητες καθώς και στα διαλείμματα.
- Οι μπάλες πρέπει να πλένονται με σαπούνι/ απορρυπαντικό και νερό και να εφαρμόζεται σ' αυτές απολυμαντικό στο τέλος κάθε ημέρας (ή και κατά τη διάρκειά της εάν εναλλάσσονται τα τμήματα που παίζουν με αυτές).Ως απολυμαντικό μπορεί να χρησιμοποιείται αλκοολούχο διάλυμα 70-90% ή αραιωμένη οικιακή χλωρίνη (βλ. Παράρτημα ΙΙΙ για λεπτομέρειες).
- Τήρηση απόστασης στη σειρά αναμονής στην τουαλέτα και κατά την είσοδο-έξοδο από την αίθουσα
- Σύσταση για αποφυγή διοργάνωσης εκπαιδευτικών εκδρομών. Επιλεκτικές επισκέψεις ή περίπατοι μεμονωμένων τμημάτων και με τήρηση όλων των μέτρων κοινωνικής απόστασης και ατομικής υγιεινής μπορούν να πραγματοποιούνται στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας, ύστερα από συνεκτίμηση των τρεχόντων επιδημιολογικών δεδομένων
- Σύσταση για αποφυγή διοργάνωσης ενδοσχολικών εκδηλώσεων ή συναθροίσεων που συνδέονται με ευρεία προσέλευση γονέων. Εκδηλώσεις (π.χ. εορτές αποφοίτησης) μπορεί να γίνονται μόνο με την παρουσία μαθητών και εκπαιδευτικών, ενδεχομένως κατά τμήματα ή με μέρος των τμημάτων, αναλόγως του διαθέσιμου χώρου ώστε να τηρούνται κοινωνικές αποστάσεις.

- Αποσυμφόρηση του γραφείου των εκπαιδευτικών και τήρηση των μέτρων κοινωνικής απόστασης, χρήσης προστατευτικής μάσκας και ατομικής υγιεινής
- Διασφάλιση επάρκειας ειδών ατομικής υγιεινής (π.χ. σαπούνι, χειροπετσέτες, αντισηπτικό κ.ά.) σε τάξεις και τουαλέτες
- Δημιουργία και προώθηση ενημερωτικού υλικού (πόστερ, video, κ.ά.) για την εκπαίδευση των μαθητών σχετικά με τις πρακτικές πλυσίματος των χεριών και αναπνευστικής υγιεινής.
- Μέριμνα για την **προστασία των εργαζομένων** στο σχολικό περιβάλλον. Διατήρηση αποστάσεων σε όλους τους χώρους του σχολείου, συστηματική εφαρμογή προστατευτικής μάσκας, τήρηση των κανόνων ατομικής υγιεινής, παραμονή στο σπίτι σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19. Εφαρμογή της εξ αποστάσεως ενημέρωσης και συζήτησης με τους γονείς, η οποία πρέπει να προτιμάται εκτός αν συντρέχουν ειδικοί λόγοι.
- **Οδηγίες για τη λειτουργία των σχολικών κυλικείων**
  1. Το προσωπικό των κυλικείων πρέπει να εφαρμόζει σχολαστικά τους γενικούς κανόνες καθαριότητας, απολύμανσης χώρων και ατομικής υγιεινής (π.χ. καλό και συχνό πλύσιμο χεριών με σαπούνι και νερό ή/και εφαρμογή αντισηπτικού χεριών, ιδιαίτερα πριν και μετά τον χειρισμό τροφίμων, εφαρμογή απολύμανσης επιφανειών κλπ.).
  2. Το προσωπικό των κυλικείων πρέπει επίσης να εφαρμόζει τα γενικά μέτρα προφύλαξης για πρόληψη της μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2, ο οποίος είναι υπεύθυνος για τη νόσο COVID-19 (π.χ. αποχή από την εργασία σε περίπτωση εμφάνισης πυρετού ή άλλων συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19, χρήση προστατευτικής μάσκας σε εσωτερικούς χώρους και σε εξωτερικούς χώρους όταν υπάρχει συνωστισμός κλπ.).
  3. Η χρήση προστατευτικής μάσκας από το προσωπικό κατά τη διάρκεια της εργασίας στο κυλικείο (προετοιμασία ή διανομή προϊόντων) είναι υποχρεωτική.
  4. Τα κυλικεία των σχολείων πρέπει να διαθέτουν μόνο τρόφιμα και υγρά που είναι συσκευασμένα ή έχουν ετοιμαστεί από το κυλικείο πριν την ώρα διάθεσής τους σε ατομικές συσκευασίες που προστατεύονται από κατάλληλο υλικό.
  5. Τα παιδιά πρέπει να τηρούν τις απαραίτητες αποστάσεις κατά την αναμονή για εξυπηρέτηση από το κυλικείο (προτείνεται σήμανση στο έδαφος με τις προβλεπόμενες αποστάσεις).
  6. Στις ειδικές περιπτώσεις που η τήρηση αποστάσεων μεταξύ των παιδιών κατά την αναμονή δεν είναι δυνατή, η χρήση προστατευτικής μάσκας είναι απαραίτητη. Στα κυλικεία εσωτερικού χώρου πρέπει κατά την αναμονή να γίνεται πάντα χρήση μάσκας.
  7. Συνιστάται τα παιδιά να χρησιμοποιούν αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα χεριών μετά τη συναλλαγή με το κυλικείο και πριν τη λήψη του γεύματος.

#### 4. Οδηγίες καθαρισμού και εφαρμογής απολυμαντικών σε επιφάνειες

Στο Παράρτημα III περιλαμβάνονται λεπτομερείς οδηγίες για τη διαδικασία καθαρισμού και εφαρμογής απολυμαντικών σε επιφάνειες και εξοπλισμό.

Επισημαίνεται ότι ΔΕΝ ενδείκνυται η απολύμανση με ψεκασμό ή εκνέφωση των εσωτερικών ή εξωτερικών χώρων, σύμφωνα και με τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (<https://www.who.int/publications-detail/cleaning-and-disinfection-of-environmental-surfaces-inthe-context-of-covid-19>).

## **(B) Διαχείριση ύποπτου κρούσματος στην εκπαιδευτική μονάδα**

- Σε κάθε σχολική μονάδα, από το προσωπικό του σχολείου ορίζεται **υπεύθυνος διαχείρισης COVID-19** και ο αναπληρωτής του.
- Ο υπεύθυνος διαχείρισης COVID-19 κάθε σχολικής μονάδας:
  - ο ενημερώνει και εκπαιδεύει το προσωπικό σχετικά με την έγκαιρη αναγνώριση και τη διαχείριση υπόπτων κρουσμάτων λοίμωξης COVID-19,
  - ο έχει την ευθύνη επικοινωνίας με τις οικογένειες των παιδιών, την οικεία Διεύθυνση Εκπαίδευσης, τη Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας της οικείας Περιφερειακής Ενότητας, την Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας και τον ΕΟΔΥ εάν χρειαστεί,
  - ο ενημερώνεται για τις τρέχουσες οδηγίες σχετικά με θέματα COVID-19 σε εκπαιδευτικές μονάδες και την αντιμετώπιση τους,
  - ο έχει την ευθύνη για την τήρηση αρχείου καταγραφής απουσιών που σχετίζονται με συμπτώματα τα οποία μπορεί να εμφανιστούν σε άτομο με COVID-19, για μαθητές και προσωπικό, και την παρακολούθηση της πραγματοποίησης από αυτούς διαγνωστικού τεστ για COVID-19 (εφόσον συστηθεί από ιατρό) και του αποτελέσματός του,
  - ο διαμορφώνει λίστες ατόμων που ήρθαν σε επαφή με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο περιστατικό COVID-19, για την ιχνηλάτηση επαφών και την επιδημιολογική διερεύνηση,
  - ο έχει την ευθύνη διαμόρφωσης, εξοπλισμού και λειτουργίας του προκαθορισμένου χώρου απομόνωσης περιστατικού που εμφανίζει συμπτώματα συμβατά με COVID-19 στο σχολείο.

**1.Β Εάν κάποιος μαθητής εκδηλώσει συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν σε παιδί με λοίμωξη COVID-19, όταν βρίσκεται στη σχολική μονάδα,** γίνονται τα παρακάτω εκ μέρους του υπευθύνου COVID-19:

- ο **Επικοινωνία με την οικογένεια** για παραλαβή του παιδιού.
- ο **Απομόνωση** του παιδιού σε προκαθορισμένο καλά αεριζόμενο χώρο, με επίβλεψη, μακριά από τα υπόλοιπα παιδιά και εφαρμογή απλής χειρουργικής μάσκας.
- ο Εφαρμογή **υγιεινής χεριών** και **αναπνευστικής υγιεινής** από το παιδί και το/τα άτομο/α που το φροντίζουν.
- ο **Χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας από το προσωπικό** (μάσκα, γάντια, και –σε περίπτωση κινδύνου εκτίναξης βιολογικών υγρών ή αναπνευστικών εκκρίσεων– ποδιά αδιάβροχη και οφθαλμική προστασία με γυαλιά ή ασπίδα προσώπου).

- Επιμελής **καθαρισμός** του χώρου και εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες μετά την αναχώρηση του παιδιού με χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας.
- Γίνεται ιατρική αξιολόγηση με πρωτοβουλία των γονέων/κηδεμόνων και σε συνεργασία με αυτούς. Εφόσον, σύμφωνα με την αξιολόγηση αυτή, το παιδί χαρακτηριστεί ως ύποπτο κρούσμα COVID-19 χωρίς να υπάρχει εναλλακτική διάγνωση (βλ. «Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες και πρωτόκολλο αναστολής λειτουργίας σχολικών τμημάτων ή σχολείων», 11 Νοεμβρίου 2020), πρέπει να γίνει κατά προτεραιότητα διαγνωστικός έλεγχος για COVID-19 (μοριακό διαγνωστικό τεστ (PCR) ή αξιόπιστο ταχύ τεστ ανίχνευσης αντιγόνου).

Εν αναμονή του αποτελέσματος, το παιδί παραμένει σε απομόνωση κατ' οίκον (εφόσον κρίνεται από τον ιατρό ότι η κατάστασή του δεν απαιτεί νοσηλεία σε νοσοκομείο), σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο, ενώ το σχολείο συνεχίζει κανονικά τη λειτουργία του (<https://eody.gov.gr/neos-koronoios-covid-19-odigies-gia-frontida-ypoptoy-kroysmatos-sto-spiti/>

## **2.B Εάν κάποιος εκπαιδευτικός ή άλλο μέλος του προσωπικού εκδηλώσει συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν σε άτομο με λοίμωξη COVID-19:**

- Εάν ένα μέλος του προσωπικού εμφανίσει συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν σε άτομο με λοίμωξη COVID-19, όταν είναι στο σχολείο, αποχωρεί από το χώρο του σχολείου μετά από συνεννόηση με τους υπεύθυνους. Αν χρειαστεί να περιμένει στο σχολείο για ένα μικρό χρονικό διάστημα, παραμένει σε απομόνωση στον καθορισμένο χώρο φορώντας απλή χειρουργική μάσκα και τηρώντας τις διαδικασίες που περιγράφονται στην ενότητα 1.B για τους μαθητές.
- Γίνεται ιατρική αξιολόγηση με πρωτοβουλία του ίδιου και εφόσον, σύμφωνα με την κρίση του θεράποντος ιατρού, το μέλος του προσωπικού χαρακτηριστεί ως ύποπτο κρούσμα COVID-19, χωρίς να υπάρχει εναλλακτική διάγνωση (βλ. «Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες και πρωτόκολλο αναστολής λειτουργίας σχολικών τμημάτων ή σχολείων», 11 Νοεμβρίου 2020), θα πρέπει να γίνει κατά προτεραιότητα διαγνωστικός έλεγχος για COVID-19 (μοριακό διαγνωστικό τεστ (PCR) ή αξιόπιστο ταχύ τεστ ανίχνευσης αντιγόνου).
- Εν αναμονή του αποτελέσματος, το μέλος του προσωπικού παραμένει σε απομόνωση κατ' οίκον (εφόσον κρίνεται από τον ιατρό ότι η κατάστασή του δεν απαιτεί νοσηλεία σε νοσοκομείο), σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο, ενώ το σχολείο συνεχίζει κανονικά τη λειτουργία του (<https://eody.gov.gr/neos-koronoios-covid-19-odigies-gia-frontida-ypoptoy-kroysmatos-sto-spiti/>).

Αναλυτικές πληροφορίες για την περαιτέρω διαχείριση ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών βρίσκονται στις επικαιροποιημένες οδηγίες **“Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες και πρωτόκολλο αναστολής λειτουργίας σχολικών τμημάτων ή σχολείων»**, 11 Νοεμβρίου 2020, (<https://eody.gov.gr/neos-koronaivos-covid-19/>)

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

### ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΙ

**Παιδιά για τα οποία μπορεί να δοθεί σύσταση μακροχρόνιας αποχής από το σχολείο και χρήση τηλε-εκπαίδευσης μετά από προσεκτική στάθμιση των δεδομένων**

Η παρουσία των παιδιών στο σχολείο είναι απαραίτητη και δεν μπορεί να αντικατασταθεί με την αποκλειστική εξ αποστάσεως ηλεκτρονική διδασκαλία. Η παρουσία στο σχολείο είναι σημαντική όχι μόνο για την εκπαιδευτική διαδικασία αλλά και για τη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων. Η απόφαση για μακροχρόνια αποχή ενός παιδιού από το σχολείο είναι μια απόφαση με μεγάλες συνέπειες για το παιδί και πρέπει να λαμβάνεται **μόνο με προσεκτική στάθμιση όλων των δεδομένων** που αφορούν τον μαθητή, το πάσχον άτομο, την οικογένεια και τις ειδικές κοινωνικές συνθήκες.

#### **Α) Παιδιά με σοβαρό υποκείμενο νόσημα**

Τα δεδομένα από τη βιβλιογραφία σχετικά με τον κίνδυνο που διατρέχουν παιδιά με υποκείμενα νοσήματα από τη λοίμωξη με SARS-CoV-2 είναι περιορισμένα καθώς πρόκειται για ένα νέο ιό. Ο παρακάτω πίνακας ενδέχεται να τροποποιηθεί στο μέλλον καθώς αυξάνονται οι γνώσεις μας σχετικά με τη λοίμωξη από SARS-CoV-2 και ανάλογα με τα επιδημιολογικά δεδομένα. Σε κάθε περίπτωση, η απόφαση για μακροχρόνια αποχή από το σχολείο πρέπει να λαμβάνεται εξατομικευμένα με προσεκτική στάθμιση της κατάστασης υγείας κάθε παιδιού από τον θεράποντα ιατρό σε συνεργασία με την οικογένεια.

1. Παιδιά με αιμοδυναμικά σημαντική συγγενή καρδιοπάθεια ή γνωστή μυοκαρδιοπάθεια
2. Παιδιά με χρόνια, σοβαρή πνευμονοπάθεια, όπως κυστική ίνωση με αναπνευστική ανεπάρκεια ή παιδιά με σοβαρό και μη ελεγχόμενο άσθμα, σύμφωνα με τη γνωμάτευση εξειδικευμένου κέντρου.
3. Παιδιά με σύνθετα μεταβολικά νοσήματα
4. Παιδιά με βαριές νευρολογικές/νευρομυικές παθήσεις (πχ. Νωτιαία μυϊκή ατροφία κλπ.)
5. Παιδιά με σοβαρή χρόνια νεφρική νόσο ή νεφρική ανεπάρκεια
6. Παιδιά που παρουσιάζουν σοβαρή ανοσοκαταστολή (συγγενή ή επίκτητη), HIV λοίμωξη και  $CD4 < 500$
7. Παιδιά υπό χρόνια κορτιζονοθεραπεία ( $\text{prednisolone} > 20\text{mg/μέρα}$ )
8. Παιδιά που λαμβάνουν χημειοθεραπεία για κακοήθεια ή μετά από ομόλογη μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων εάν έχουν παρέλθει λιγότερο από 6 μήνες από την ολοκλήρωσή της
9. Παιδιά μετά από αλλογενή μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων εάν έχουν παρέλθει λιγότεροι από 12 μήνες
10. Παιδιά μετά από μεταμόσχευση συμπαγούς οργάνου εάν έχουν παρέλθει λιγότεροι από 24 μήνες.
11. Παιδιά με δρεπανοκυτταρική αναιμία και ιστορικό εμφάνισης επιπλοκών καθώς και πολυμεταγγιζόμενα παιδιά που έχουν συννοσηρότητες

## **Β) Παιδιά που συγκατοικούν με άτομο που έχει σοβαρό υποκείμενο νόσημα**

Στην εποχή της πανδημίας, εύλογα τίθεται το ερώτημα αν παιδιά που **συγκατοικούν** με άτομο με σοβαρό υποκείμενο νόσημα θα πρέπει να απέχουν από το σχολείο και να κάνουν χρήση της τηλε-εκπαίδευσης. Στις περιπτώσεις αυτές **πρέπει να αναζητούνται πρώτα όλες οι δυνατές εναλλακτικές λύσεις** (π.χ. προσωρινή αλλαγή διαμονής πάσχοντος ή μαθητή κλπ.) και μόνο ως τελευταία καταφυγή μπορεί να γίνεται **προσεκτική στάθμιση** του ενδεχομένου μακροχρόνιας αποχής του παιδιού από το σχολείο.

Η απόφαση θα πρέπει να ληφθεί σε συνεννόηση με τους γονείς/κηδεμόνες και τον θεράποντα του ατόμου που πάσχει, συνυπολογίζοντας τη βαρύτητα του νοσήματος και την αναμενόμενη διάρκεια αυτού καθώς και τις μαθησιακές και ψυχολογικές συνέπειες στην ανάπτυξη του μαθητή.<sup>1</sup>

Πριν την οριστική απόφαση πρέπει να ενημερωθούν οι εκπαιδευτικοί που είναι υπεύθυνοι για το μαθητή/τρια και να συνεκτιμηθεί το αναπτυξιακό επίπεδο του παιδιού και τυχόν μαθησιακές δυσκολίες.

Σε κάθε περίπτωση, η απόφαση για μακροχρόνια αποχή από το σχολείο πρέπει να λαμβάνεται εξατομικευμένα σε συνεργασία με την οικογένεια και με προσεκτική στάθμιση των ιδιαίτερων συνθηκών. Πρέπει να γίνεται περιοδική επανεξέταση των δεδομένων κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς.

Ο θεράπων ιατρός του πάσχοντα εκδίδει αιτιολογημένη ιατρική βεβαίωση η οποία θα πρέπει να υποβάλλεται από γονέα/κηδεμόνα μέσω του σχολείου του μαθητή στην οικεία Διεύθυνση Εκπαίδευσης, η οποία θα αποφασίζει σχετικά, μετά από γνωμοδότηση της αρμόδιας ειδικής επιτροπής του Υπουργείου Υγείας.

---

<sup>1</sup>Υποκείμενα νοσήματα ατόμων που συγκατοικούν με μαθητή σχολείου (π.χ. αδέρφια ή γονείς) τα οποία μπορεί να συνιστούν αιτία για προσεκτική στάθμιση του ενδεχομένου μακρόχρονης αποχής του παιδιού από το σχολείο είναι: 1) Παιδί ή ενήλικας με μεταμόσχευση συμπαγούς οργάνου που λαμβάνει δύο ή περισσότερα ανοσοκατασταλτικά φάρμακα, 2) Παιδί ή ενήλικας με μεταμόσχευση μυελού των οστών το τελευταίο έτος ή που λαμβάνει δύο ή περισσότερα ανοσοκατασταλτικά φάρμακα, 3) Παιδί ή ενήλικας με διάγνωση νεοπλασίας ή αιματολογικής κακοήθειας που βρίσκεται υπό χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία ή ανοσοθεραπεία, 4) Άτομα με βαριά πνευμονοπάθεια (κυστική ίνωση, σοβαρού βαθμού άσθμα, σοβαρού βαθμού χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, ασθενείς σε μόνιμη οξυγονοθεραπεία για άλλες αναπνευστικές παθήσεις), 5) Άτομα με κληρονομικές ανοσοανεπάρκειες ή δρεπανοκυτταρική αναιμία ή πολυμεταγγιζόμενα (μία ή περισσότερες μεταγγίσεις ανά μήνα), 6) Άτομα που λαμβάνουν υψηλές δόσεις κορτικοειδών ή δύο ή περισσότερα ανοσοκατασταλτικά φάρμακα, 7) Άτομα με βαριές νευρολογικές/ νευρομυϊκές παθήσεις (π.χ. νωτιαία μυϊκή ατροφία), 8) Άτομα με HIV λοίμωξη και CD4≤200/μL, 9) Άτομα με βαριά καρδιοπάθεια ή και άτομα με χρόνια καρδιαγγειακά νοσήματα, που εμφανίζουν την ακόλουθη συμπτωματολογία: κλάσμα εξώθησης αριστερής κοιλίας: <40%, ενεργό ισχαιμία του μυοκαρδίου, άνω του μετρίου βαθμού στένωση ή ανεπάρκεια μιτροειδούς ή αορτικής βαλβίδας, πνευμονική υπέρταση, ιστορικό πρόσφατης καρδιοχειρουργικής επέμβασης (προ τριμήνου), καθώς και οι μυοκαρδιοπάθειες ή και ισάξιας βαρύτητας συμπτωματολογία άλλης καρδιαγγειακής πάθησης.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ II

### A. ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΗΣ ΜΑΣΚΑΣ

#### **Γιατί οι άνθρωποι φορούν μάσκες αυτήν την περίοδο;**

- Γιατί ο νέος κορωνοϊός ή αλλιώς SARS-CoV-2 μπορεί να προκαλέσει λοίμωξη του αναπνευστικού και άλλες εκδηλώσεις της νόσου COVID-19.
- Γιατί η λοίμωξη αυτή μπορεί να μην προκαλέσει συμπτώματα ή τα συμπτώματα να είναι πολύ ήπια. Μερικοί όμως άνθρωποι, όπως αυτοί που έχουν αυξημένο κίνδυνο (π.χ. μεγάλης ηλικίας), μπορεί να νοσήσουν πολύ σοβαρά, να χρειαστούν μακρόχρονη νοσηλεία στο νοσοκομείο ή να κινδυνεύσει και η ζωή τους.
- Γιατί, παρά το γεγονός ότι οι ομάδες ατόμων που νοσούν σοβαρά είναι συνήθως άτομα που έχουν και άλλα προβλήματα υγείας ή είναι μεγάλης ηλικίας, καμιά φορά μπορεί να νοσήσουν σοβαρά ακόμη και νεαρά σε ηλικία άτομα ή παιδιά που δεν έχουν πρόβλημα υγείας
- Γιατί ακόμη και άτομα που δεν έχουν συμπτώματα μπορούν να μεταδώσουν τον ιό μέσω των σταγονιδίων που εκπέμπονται όταν μιλούν, τραγουδούν και ιδιαίτερα όταν φτερνίζονται ή βήχουν.
- Γιατί η μετάδοση του ιού είναι πολύ εύκολη όταν η απόστασή μας είναι μικρότερη από ενάμιση μέτρο.

#### **Γιατί η μάσκα είναι ένα δυνατό όπλο για να περιορίσουμε τη διασπορά του νέου κορωνοϊού;**

- Γιατί περιορίζει την έκθεση μας στα σταγονίδια των άλλων που «φιλοξενούν» τον ιό στο φάρυγγα τους και έτσι μπορεί να μας προφυλάξει από το να κολλήσουμε κι εμείς τον ιό.
- Γιατί προστατεύει τους γύρω μας από τον ιό που πιθανόν έχουμε εμείς στο φάρυγγα μας, ακόμη και χωρίς να έχουμε συμπτώματα.
- Γιατί η χρήση μάσκας από όλους μας θα αποτρέψει νέο μεγάλο κύμα πανδημίας και την ανάγκη για τη λήψη αυστηρών περιοριστικών μέτρων στην περιοχή όπου ζούμε.
- **Γιατί η μάσκα, η διατήρηση απόστασης από τους άλλους και η υγιεινή των χεριών είναι το χρυσό τρίπτυχο για να συνεχίσουμε ήρεμα τη ζωή μας.**

#### **Οδηγίες για τη σωστή χρήση της μάσκας**

##### **α. Πώς φοράω τη μάσκα**

- Πριν εφαρμόσω τη μάσκα στο πρόσωπό μου:
  - ✓ Πλένω προσεκτικά τα χέρια μου με νερό και σαπούνι για τουλάχιστον ½ λεπτό. Ξεπλένω με τρεχούμενο νερό, σκουπίζω τα χέρια με χειροπετσέτα μιας χρήσης, κλείνω με αυτήν την βρύση και την πετάω στον κάδο απορριμμάτων.
  - ή
  - ✓ Τρίβω καλά τα χέρια με αλκοολούχο αντισηπτικό υγρό μέχρι αυτό να στεγνώσει. ΔΕΝ ξεχνώ κανένα σημείο των χεριών και επιμένω ανάμεσα στα δάκτυλα.

- Με στεγνά και καθαρά χέρια αφαιρώ τη καθαρή μάσκα μου από το σακουλάκι που τη φυλάω, πιάνοντάς τη από το λαστιχάκι.
- Φέρνω τη μάσκα προσεκτικά στο πρόσωπό μου ώστε η ανοιχτόχρωμη πλευρά (εσωτερική) να ακουμπήσει τη μύτη και το στόμα μου κρατώντας το λαστιχάκι ακόμη με το χέρι.
- Με το άλλο χέρι εφαρμόζω το ένα λάστιχο στο αυτί μου και με αργή και προσεκτική κίνηση περνάω το δεύτερο λάστιχο και στο άλλο αυτί.
- Όταν τοποθετήσω και τα δύο λαστιχάκια στα αυτιά μου, φέρνω τα δάκτυλά μου στις δύο πλευρές της μύτης και πιέζω το έλασμα που έχει η μάσκα ώστε να αγκαλιάσει τη μύτη μου και συνεχίζω την απαλή κίνηση προς και πάνω στα ζυγωματικά μου.
- Τραβώ με ήπιες κινήσεις τη μάσκα από την κάτω πλευρά ώστε να ξεδιπλώσει και να αγκαλιάσει το πηγούνι μου.
- Ελέγχω ότι η μάσκα έχει εφαρμόσει καλά στο πρόσωπό μου και την νιώθω άνετα. Δοκιμάζω να μιλήσω για να καταλάβω ότι όταν χρειαστεί να το κάνω, αυτή δεν θα πέσει από τη μύτη μου.
- Θυμάμαι πάντα ότι εάν η μάσκα δεν εφαρμόζει απόλυτα στο στόμα και την μύτη μου και αφήνει κενά στο πρόσωπο μου δεν προσφέρει προστασία, αντιθέτως απλά με δυσκολεύει.
- **Tip!!** Κάντε εφαρμογή μπροστά στον καθρέπτη τις πρώτες φορές ώστε να είστε σίγουροι για τις κινήσεις όταν δεν θα έχετε αυτήν την δυνατότητα.

#### **β. Πως χειρίζομαι τη μάσκα – τα ΠΡΕΠΕΙ...**

- Φορώ μάσκα σε εσωτερικούς χώρους και σε εξωτερικούς χώρους όταν υπάρχει συνωστισμός.
- Φορώ μάσκα που δεν είναι χαλαρή στο πρόσωπό μου.
- Χρησιμοποιώ πάντα καθαρή και χωρίς φθορές μάσκα.
- Φυλάω τη μάσκα σε καθαρό σακουλάκι πριν την φορέσω.
- Τοποθετώ τη μάσκα μέσα στο σακουλάκι κρατώντας την από το ένα λάστιχο.
- Τοποθετώ την κάθε μάσκα σε ξεχωριστό σακουλάκι.
- Έχω πάντα μαζί μου στο σχολείο τουλάχιστον δύο μάσκες (σε ξεχωριστά σακουλάκια η καθεμιά).
- Αφαιρώ τη μάσκα από το πρόσωπό μου τραβώντας ταυτόχρονα και τα δύο λαστιχάκια.
- Τρίβω τα χέρια μου με αντισηπτικό διάλυμα μετά την αφαίρεση της μάσκας.
- Χειρίζομαι σωστά τη μάσκα που θέλω να αφαιρέσω για λίγο: αφαιρώ τη μάσκα όπως περιγράφηκε παραπάνω, την κρατώ από τα λαστιχάκια και την διπλώνω με την εσωτερική πλευρά προς τα μέσα, την τοποθετώ στο σακουλάκι της.
- Πλένω κάθε μέρα τις μάσκες που έχω χρησιμοποιήσει την ίδια μέρα
- Πλένω τη μάσκα καλά, στο χέρι ή σε πλυντήριο, χρησιμοποιώ νερό σε υψηλή θερμοκρασία τουλάχιστον 60°C, και όταν στεγνώσει τη σιδερώνω καλά και την τοποθετώ σε καθαρό σακουλάκι.
- **Η μάσκα είναι το πιο προσωπικό μου αντικείμενο.**

- **Tip!!** Χρησιμοποιείτε σακουλάκια μεγαλύτερων διαστάσεων από τη μάσκα για να διευκολύνονται οι κινήσεις σας. Τα σακουλάκια τροφίμων είναι μια εύκολη λύση.

#### **γ. Πώς χειρίζομαι τη μάσκα – τα ΔΕΝ ...**

- Δεν αφαιρώ τη μάσκα μου όταν βρίσκομαι σε εσωτερικούς χώρους ή σε εξωτερικούς χώρους όταν η απόσταση είναι μικρότερη του ενάμισι μέτρου από άλλο άτομο  
*Αυτές ακριβώς είναι οι καταστάσεις που χρειάζεται να προστατευτώ με τη μάσκα.*
- Δεν κατεβάζω την μάσκα όταν θέλω να μιλήσω σε κάποιον  
*Όταν μιλάω απελευθερώνονται σταγονίδια, αυτή τη διαδικασία θέλω να σταματήσω με τη χρήση της μάσκας.*
- Δεν αγγίζω το μπροστινό μέρος της μάσκας  
*Η μάσκα συγκρατεί σταγονίδια που φέρουν τον ιό, έτσι ο ιός μπορεί να περάσει στα χέρια μου και στη συνέχεια να αγγίξω και να μολύνω το πρόσωπό μου και άλλα αντικείμενα και επιφάνειες.*
- Δεν αφήνω την μάσκα να πέσει από τη μύτη μου  
*Εάν κατέβει η μάσκα και θέλω να τη διορθώσω, πιέζω ξανά το έλασμα και τραβώ σε καλύτερη θέση τα λαστιχάκια. Εφαρμόζω υγιεινή των χεριών αμέσως μετά από αυτήν την κίνηση.*
- Δεν κατεβάζω τη μάσκα στο πηγούνι μου ούτε αφήνω έξω μύτη ή στόμα  
*Με αυτόν τον τρόπο ακυρώνω την προστασία που δίνει η μάσκα, ενώ η εξωτερική πλευρά της μάσκας βρίσκεται πολύ κοντά στο στόμα μου και υγραίνεται. Επιπλέον όταν την ανεβάσω θα επιμολύνω τα χέρια μου και το πρόσωπό μου.*
- Δεν φοράω μάσκα που νιώθω υγρή  
*Η υγρή μάσκα δυσκολεύει την αναπνοή και παύει να προσφέρει προστασία.*
- Δεν φοράω μάσκα που είναι βρώμικη ή έχει φθορές (σχισίματα ή οπές)  
*Η βρώμικη μάσκα είναι περισσότερο επικίνδυνη παρά προστατευτική, ενώ η φθαρμένη δεν προστατεύει και δίνει ψευδές αίσθημα ασφάλειας.*
- Δεν μοιράζομαι τη μάσκα μου με κανέναν άλλο, ακόμη και εάν αυτός είναι το πιο κοντινό μου άτομο, και δεν την αφήνω εκτεθειμένη στα αγγίγματα άλλων  
*Η κοινή χρήση ή η ανταλλαγή μάσκας δεν επιτρέπεται. Αν γίνει, σημαίνει αυτόματα ότι μοιράζομαι με άλλον τα μικρόβια που αυτή έχει συγκρατήσει.*
- Δεν αφήνω τη μάσκα μου σε επιφάνειες (καρέκλες, θρανία, τραπεζάκια κλπ.)  
*Η μάσκα επιμολύνεται και ταυτόχρονα μολύνει τις επιφάνειες.*
- Δεν χρησιμοποιώ ποτέ το ίδιο σακουλάκι για διαφορετικές μάσκες, η κάθε μάσκα έχει το δικό τους σακουλάκι  
*Τα μικρόβια από τις βρώμικες μάσκες μολύνουν το σακουλάκι, επιβιώνουν μέσα σε αυτό για πολλές ώρες και θα μολύνουν και άλλη μάσκα εάν τοποθετηθεί εκεί.*

## **B. ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ ΣΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ**

Τα δεδομένα από τη βιβλιογραφία σχετικά με τον κίνδυνο που διατρέχουν παιδιά με υποκείμενα νοσήματα από τη λοίμωξη με SARS-CoV-2 είναι περιορισμένα καθώς πρόκειται για ένα νέο ιό. Οι παρακάτω πίνακες ενδέχεται να τροποποιηθούν στο μέλλον καθώς αυξάνονται οι γνώσεις μας σχετικά με τη λοίμωξη από SARS-CoV-2 και ανάλογα με τα επιδημιολογικά δεδομένα.

### **Παιδιά για τα οποία θα πρέπει να εξετάζεται το ενδεχόμενο χρήσης χειρουργικής μάσκας**

Η χρήση της χειρουργικής μάσκας έναντι της απλής υφασμάτινης θα πρέπει να συζητηθεί με τον θεράποντα ιατρό για παιδιά με υποκείμενα νοσήματα όπως φαίνονται στον παρακάτω πίνακα:

1. Παιδιά με προηγούμενο ιστορικό σοβαρής ανοσοκαταστολής (χημειοθεραπεία, μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων ή συμπαγούς οργάνου)
2. Παιδιά με ινοκυστική νόσο
3. Παιδιά που λαμβάνουν βιολογικούς παράγοντες, όπως είναι τα παιδιά με ρευματολογικά νοσήματα ή φλεγμονώδη νόσο του εντέρου
4. Παιδιά με μεσογειακή αναιμία
5. Παιδιά με σακχαρώδη διαβήτη

### **Παιδιά για τα οποία συστήνεται η ΜΗ χρήση μάσκας**

1. Παιδιά με γνωσιακή, αναπτυξιακή, ψυχική διαταραχή ή διαταραχή συμπεριφοράς
2. Παιδιά με σοβαρό νευρολογικό ή μυϊκό ή άλλο νόσημα που τα εμποδίζει να χειριστούν τη μάσκα τους
3. Παιδιά τα οποία παρουσιάζουν αναπνευστική δυσχέρεια και ως εκ τούτου η μάσκα δεν είναι ανεκτή

### **Υγιή παιδιά που αντιδρούν στη χρήση μάσκας**

Τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να κατανοήσουν ότι η πανδημία ανατρέποντας την καθημερινότητα όλων μας, εύλογα δημιουργεί αναστάτωση και ανασφάλεια στα παιδιά.

Παιδιά τα οποία έχουν πολλές απορίες ή παρουσιάζουν αντίδραση στη χρήση μάσκας δεν σημαίνει υποχρεωτικά ότι εμφανίζουν αγχώδη διαταραχή ή φοβία. Αντίθετα, ενδέχεται τα παιδιά αυτά να έχουν ανάγκη για περισσότερη πληροφορία.

Τονίζεται ότι τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί, πριν μιλήσουν στα παιδιά θα πρέπει πρώτα οι ίδιοι να έχουν ενημερωθεί και πειστεί για την αναγκαιότητα και ασφάλεια της χρήσης της μάσκας. Ιδιαίτερη σημασία έχει το παιδί να μη λαμβάνει αντικρουόμενα μηνύματα από τους ενήλικες του περιβάλλοντος. Η πληροφορία θα πρέπει να προσφέρεται με τρόπο κατάλληλο ανάλογα με το αναπτυξιακό επίπεδο του παιδιού.

Η Παιδοψυχιατρική Εταιρεία Ελλάδος ([www.hscap.gr](http://www.hscap.gr)) έχει ετοιμάσει οδηγίες για γονείς και εκπαιδευτικούς αναφορικά με την αντιμετώπιση φόβου και άγχους των παιδιών για τη νόσο COVID-19.

Τέλος, προτείνεται, σε ειδικές περιπτώσεις παιδιών που μπορεί να εμφανίζουν φοβία, αγχώδεις διαταραχές ή ανασφάλεια, σχετικά με τη χρήση μάσκας ή και τη νόσο COVID-19, η εξατομικευμένη προσέγγιση με τη συνδρομή τόσο των αρμόδιων εκπαιδευτικών όσο και ειδικών επιστημόνων ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

#### **Καταστάσεις κατά τις οποίες η χειλεοανάγνωση είναι σημαντική**

Σε περιπτώσεις που η χειλεοανάγνωση είναι σημαντική για την επικοινωνία ή/και την εκπαίδευση των παιδιών (π.χ. λογοθεραπεία, κωφά παιδιά κλπ.), αντί για συνήθη μάσκα, μπορεί τα παιδιά ή/και οι εκπαιδευτικοί να χρησιμοποιούν διαφανή ολοπρόσωπη προστατευτική προσωπίδα ή ειδική υφασμάτινη μάσκα με διαφανές πρόσθιο τμήμα στο μέρος του στόματος.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΙΔΡΥΜΑΤΑ: ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΩΝ ΣΕ ΕΠΙΦΑΝΕΙΕΣ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ ΕΟΔΥ, Αύγουστος 2020

Ο καθαρισμός και η εφαρμογή απολυμαντικών μειώνουν τον κίνδυνο διασποράς λοιμώξεων, απομακρύνοντας και σκοτώνοντας, αντίστοιχα, τους μικροοργανισμούς από τις επιφάνειες. Συνεπώς, η συχνή, καθημερινή και συστηματική καθαριότητα και εφαρμογή απολυμαντικών στις επιφάνειες και τον εξοπλισμό των σχολικών μονάδων κρίνεται κομβικής σημασίας για τη διαχείριση της πανδημίας COVID-19.

#### 1. Διαδικασία καθημερινής καθαριότητας και εφαρμογής απολυμαντικών

- Οι χώροι των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων θα πρέπει να αερίζονται καλά α/ στα διαλείμματα και κατά τη διάρκεια των μαθημάτων εφόσον το επιτρέπουν οι κλιματικές συνθήκες, και β/ πριν και κατά τη διάρκεια του καθαρισμού τους.
- Οι συχνά αγγιζόμενες επιφάνειες θα πρέπει να καθαρίζονται συχνότερα από ότι συνήθως και κυρίως μεταξύ της χρήσης από διαφορετικούς μαθητές. Θα πρέπει να περιορίζεται η κοινή χρήση επιφανειών ή/και αντικειμένων, εφόσον είναι εφικτό, ή αυτές/αυτά θα πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται μεταξύ διαφορετικών χρηστών.
- Οι επιφάνειες καθαρίζονται με σαπούνι και νερό ή απορρυπαντικό και νερό, σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία. Το καλό τρίψιμο είναι απαραίτητο για την απομάκρυνση των ρύπων και των μικροοργανισμών.
- Στις επιφάνειες που χρησιμοποιούνται ή αγγίζονται συχνά ακολουθεί, μετά τον καθαρισμό, εφαρμογή απολυμαντικού. Συνήθεις επιφάνειες που χρησιμοποιούνται ή αγγίζονται συχνά είναι: τουαλέτες, βρύσες, πόμολα, τραπέζια ή πάγκοι εργασίας κοινής χρήσης, κουπαστή σκάλας, κουμπιά σε ασανσέρ ή κουδούνια, διακόπτες ηλεκτρικού, πληκτρολόγια ή συσκευές τηλεφώνου κοινής χρήσης, έδρες εκπαιδευτικών ή θρανία όταν οι χρήστες τους εναλλάσσονται κ.ά..
- Για την εφαρμογή απολυμαντικού πρέπει να έχει προηγηθεί καθαρισμός της επιφάνειας, ξέβγαλμά της με νερό και στέγνωμα. Το καλό τρίψιμο και ο σωστός χρόνος εφαρμογής του απολυμαντικού είναι απαραίτητα για την καταστροφή των μικροοργανισμών.
- Γνωστές απολυμαντικές ουσίες είναι το υποχλωριώδες νάτριο (χλωρίνη) και η αιθυλική αλκοόλη (καθαρό οινόπνευμα, προσοχή όχι μπλε φωτιστικό οινόπνευμα). Στο εμπόριο κυκλοφορούν και άλλα απολυμαντικά με βακτηριοκτόνο και ιοκτόνο δράση εγκεκριμένα από τον Εθνικό Οργανισμό

Φαρμάκων (ΕΟΦ). Επίσης στο εμπόριο κυκλοφορούν εγκεκριμένα από τον ΕΟΦ προϊόντα με καθαριστικές και απολυμαντικές ιδιότητες ταυτόχρονα.

- Συστήνεται η εφαρμογή απολυμαντικού διαλύματος υποχλωριώδους νατρίου (οικιακή χλωρίνη) σε συγκέντρωση 0.1% (=1000 ppm διαθέσιμου χλωρίου), δηλαδή αραιώση 1:50 (20ml:1000ml) όταν η αρχική συγκέντρωση της χλωρίνης είναι 5%, για τουλάχιστον 1 λεπτό, η οποία είναι αποτελεσματική για την καταστροφή των μικροοργανισμών. Το διάλυμα υποχλωριώδους νατρίου πρέπει να ετοιμάζεται πριν από τη χρήση του και να χρησιμοποιείται εντός 24 ωρών. Εναλλακτικά, μπορούν να χρησιμοποιηθούν αλκοολούχα διαλύματα με 70%-90% συγκέντρωση αιθυλικής αλκοόλης για τουλάχιστον 1 λεπτό.
- Ο καθαρισμός ή/και η εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες ή εξοπλισμό που χαρακτηρίζονται ως ευαίσθητες/οι θα πρέπει να γίνονται σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.
- Οι επιφάνειες δεν θα πρέπει να αγγίζονται μέχρι να στεγνώσουν από τον καθαρισμό ή/και την εφαρμογή του απολυμαντικού.
- Καθαρισμός και εφαρμογή απολυμαντικού θα πρέπει να γίνεται και στον εξοπλισμό καθαριότητας πολλαπλών χρήσεων (π.χ. κάδοι σφουγγαρίσματος, σφουγγαρίστρες) μετά από κάθε χρήση. Συνιστάται η χρήση ξεχωριστού εξοπλισμού καθαριότητας μεταξύ των τουαλετών και των υπόλοιπων χώρων (γραφεία, τάξεις, κ.ά.).
- Τα προϊόντα καθαρισμού και απολύμανσης δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται από ή κοντά σε μαθητές και η χρήση τους πρέπει να γίνεται πάντα σε χώρο που αερίζεται επαρκώς, έτσι ώστε να αποφεύγεται η εισπνοή τυχόν αναθυμιάσεων από το προσωπικό ή/και τους μαθητές.
- Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια της εργασίας του πρέπει να φορά στολή/ρόμπα εργασίας και γάντια μιας χρήσεως, τα οποία θα πρέπει να αλλάζει τακτικά. Μετά την αφαίρεση των γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20 δευτερόλεπτα) και, αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών. Πρόσθετος εξοπλισμός ατομικής προστασίας, όπως μάσκα, προστατευτικά γυαλιά και αδιάβροχη ποδιά, μπορεί να χρειάζεται κατά την παρασκευή διαλυμάτων, ανάλογα με το καθαριστικό/απολυμαντικό που χρησιμοποιείται και τη διαδικασία καθαρισμού, για την προστασία του προσωπικού καθαριότητας, ιδιαίτερα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλίσματος.
- Κατά τη διάρκεια του καθαρισμού πρέπει να αποφεύγεται ο ψεκασμός, η πρόκληση πιτσιλίσματος και το σήκωμα ή η ανάδευση σκόνης (π.χ. σκούπισμα, τίναγμα μοκέτας, χαλιού ή άλλων μαλακών υλικών).
- Η στολή/ρόμπα εργασίας θα πρέπει να πλένεται τακτικά και να μην τινάζεται πριν το πλύσιμό της.

## 2. Οδηγίες καθαρισμού και εφαρμογής απολυμαντικού μετά από επιβεβαιωμένο περιστατικό COVID-19

- Ο χώρος ή οι χώροι (π.χ. γραφεία, τουαλέτα, κοινόχρηστοι χώροι, αίθουσες, τραπεζαρία) που χρησιμοποιήθηκαν από το επιβεβαιωμένο περιστατικό με COVID-19, θα πρέπει να αερίζονται με φρέσκο αέρα για τουλάχιστον 1 ώρα και μετά να ακολουθεί καθαρισμός και εφαρμογή απολυμαντικού σε όλες τις επιφάνειες και τον εξοπλισμό.
- Οι επιφάνειες καθαρίζονται με σαπούνι και νερό ή απορρυπαντικό και νερό, σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία. Το καλό τρίψιμο είναι απαραίτητο για την απομάκρυνση των ρύπων και των μικροοργανισμών.
- Στις επιφάνειες, μετά τον καθαρισμό, το ξέβγαλμα με νερό και το στέγνωμα, ακολουθεί εφαρμογή απολυμαντικού. Το καλό τρίψιμο και ο σωστός χρόνος εφαρμογής του απολυμαντικού είναι απαραίτητα για την καταστροφή των μικροοργανισμών.
- Γνωστές απολυμαντικές ουσίες είναι το υποχλωριώδες νάτριο (χλωρίνη) και η αιθυλική αλκόολη (καθαρό οινόπνευμα, προσοχή όχι μπλε φωτιστικό οινόπνευμα). Στο εμπόριο κυκλοφορούν και άλλα απολυμαντικά με εγκεκριμένα από τον Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων (ΕΟΦ) βακτηριοκτόνο και ιοκτόνο δράση.
- Συνιστάται η εφαρμογή απολυμαντικού διαλύματος υποχλωριώδους νατρίου (οικιακή χλωρίνη) σε συγκέντρωση 0.1% (=1000 ppm διαθέσιμου χλωρίου), δηλαδή αραιώση 1:50 (20ml:1000ml) όταν η αρχική συγκέντρωση της χλωρίνης είναι 5%, για τουλάχιστον 1 λεπτό, η οποία είναι αποτελεσματική για την καταστροφή των μικροοργανισμών. Το διάλυμα υποχλωριώδους νατρίου πρέπει να ετοιμάζεται πριν από τη χρήση του και να χρησιμοποιείται εντός 24 ωρών. Εναλλακτικά, μπορούν να χρησιμοποιηθούν αλκοολούχα διαλύματα με 70%-90% συγκέντρωση αιθυλικής αλκοόλης για τουλάχιστον 1 λεπτό.
- Ο καθαρισμός ή/και η εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες ή εξοπλισμό που χαρακτηρίζονται ως ευαίσθητες/οι θα πρέπει να γίνονται σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.
- Οι επιφάνειες δεν θα πρέπει να αγγίζονται μέχρι να στεγνώσουν από τον καθαρισμό και την εφαρμογή του απολυμαντικού.
- Ο εξοπλισμός καθαρισμού, όπου αυτό είναι εφικτό, συνιστάται να είναι μίας χρήσεως (π.χ. πανιά καθαριότητας). Ο εξοπλισμός καθαριότητας που είναι πολλαπλών χρήσεων (π.χ. κάδοι σφουγγαρίσματος, σφουγγαρίστρες) πρέπει να καθαρίζεται και να γίνεται εφαρμογή απολυμαντικού μετά από κάθε χρήση. Συνιστάται η χρήση ξεχωριστού εξοπλισμού καθαριότητας μεταξύ των τουαλετών και των υπόλοιπων χώρων (γραφεία, τάξεις, κ.ά.).
- Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια της εργασίας του πρέπει να φορά τον απαραίτητο εξοπλισμό ατομικής προστασίας πάνω από τη στολή/ρόμπα, ο οποίος αποτελείται από:
  - Χειρουργική μάσκα
  - Αδιάβροχη ρόμπα με μακριά μανίκια, μίας χρήσης (ή υγροαπωθητική ρόμπα με μακριά μανίκια και επιπρόσθετα πλαστική ποδιά)

- Γάντια μίας χρήσης
- Προστατευτικά γυαλιά
- Το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει να αλλάζει τακτικά τα γάντια. Μετά την αφαίρεση των γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με σαπούνι και νερό ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20 δευτερόλεπτα) και αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών.
- Πρέπει να ακολουθείται ο σωστός και ασφαλής τρόπος εφαρμογής, αφαίρεσης και απόρριψης του εξοπλισμού ατομικής προστασίας με συχνή υγιεινή χεριών, σύμφωνα με τις οδηγίες: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/PPE-donning-doffing.pdf>, <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/covid-19-mask.pdf>

### Γενικές επισημάνσεις

- Ο **καθαρισμός** των επιφανειών με σαπούνι και νερό ή απορρυπαντικό και νερό απομακρύνει τους ρύπους και τους μικροοργανισμούς από τις επιφάνειες. Η εφαρμογή **απολυμαντικών** καταστρέφει τους εναπομείναντες μικροοργανισμούς που έχουν επιμολύνει επιφάνειες και αντικείμενα, μειώνοντας ακόμα περαιτέρω τον κίνδυνο διασποράς του ιού .
- Η χλωρίνη δεν πρέπει να αναμειγνύεται με αμμωνία και άλλου είδους απορρυπαντικά/ καθαριστικά.
- Θα πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή σχετικά με την αραίωση των απολυμαντικών με νερό, το χρόνο εφαρμογής τους, το χρόνο αερισμού του χώρου, την αποθήκευσή τους καθώς και τον συνιστώμενο εξοπλισμό προστασίας του προσωπικού καθαριότητας.
- Τα προϊόντα καθαρισμού και απολύμανσης πρέπει να φυλάσσονται πάντα μακριά από τα παιδιά.
- Κατά τη χρήση καθαριστικών και απολυμαντικών το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει να αποφεύγει την εισπνοή τους και την άμεση επαφή με το δέρμα με τη χρήση γαντιών και το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.
- Η παρασκευή των απολυμαντικών (π.χ. αραίωση χλωρίνης κλπ.) πρέπει να γίνεται σε χώρο που αερίζεται καλά, και κατ' αυτήν το προσωπικό θα πρέπει να φορά ελαστικά γάντια, αδιάβροχη ποδιά και κλειστά παπούτσια για προστασία από τα χημικά που περιέχονται. Η χρήση προστατευτικών γυαλιών και μάσκας μπορεί να είναι επίσης απαραίτητα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλίσματος.
- Ο προαύλιος χώρος καθαρίζεται με σαπούνι και νερό ή κοινά απορρυπαντικά και νερό