



Κορονοϊός (COVID-19): Τι πρέπει να ξέρω

Ερωτήσεις – Απαντήσεις

Τί είναι οι κορονοϊοί; - Οι κορονοϊοί είναι μία μεγάλη οικογένεια ιών που μπορεί να προκαλέσουν νόσο, τόσο στα ζώα όσο και στον άνθρωπο. Εάν ένα άτομο μολυνθεί από τον ιό, μπορεί να εμφανίσει συμπτώματα τα οποία ποικίλλουν. Από ήπια, όπως αυτά του κοινού κρυολογήματος, έως και πολύ σοβαρά.

Τί είναι ο νέος κορονοϊός; - Ο νέος κορονοϊός (Covid-19) αποτελεί ένα καινούριο στέλεχος κορονοϊού, που δεν είχε ανιχνευθεί πριν από την πρόσφατη επιδημία στην περιοχή Γιουχάν της Κίνας το Δεκέμβριο του 2019.

Είναι ο καινούριος ιός ίδιος με τον ιό του SARS; - Όχι. Ο κορονοϊός ανήκει στην ίδια οικογένεια ιών όπως ο ιός που προκαλεί Σοβαρό Οξύ Αναπνευστικό Σύνδρομο (SARS-nCoV), αλλά δεν είναι ο ίδιος ιός.

Πόσο επικίνδυνος είναι ο νέος κορονοϊός Covid-19; - Όπως και με τις άλλες αναπνευστικές λοιμώξεις, η λοίμωξη από το νέο κορονοϊό μπορεί να προκαλέσει ήπια συμπτώματα, όπως καταρροή, πονόλαιμο, πυρετό και βήχα. Ορισμένοι άνθρωποι μπορεί να εμφανίσουν σοβαρές εκδηλώσεις, όπως πνευμονία ή δυσκολία στην αναπνοή. Σπάνια, μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο. Ηλικιωμένοι και άτομα με υποκείμενα νοσήματα (όπως σακχαρώδη διαβήτη και καρδιαγγειακά νοσήματα) είναι περισσότερο ευάλωτοι στην εμφάνιση σοβαρής νόσου.

Μπορεί να μεταδοθεί ο νέος κορονοϊός από ζώο σε άνθρωπο; - Όσον αφορά στο νέο κορονοϊό δεν έχει εντοπισθεί ακόμα η πηγή προέλευσής του στα ζώα. Αυτό δε σημαίνει ότι μεταδίδεται από οποιοδήποτε ζώο ή το κατοικίδιο σας. Το πιο πιθανό είναι ότι η μετάδοση στον άνθρωπο προήλθε από κάποιο ζώο σε αγορά ζωντανών ζώων στην Κίνα. Για να προστατεύσετε τον εαυτό σας, αποφύγετε την άμεση επαφή με ζωντανά ζώα ή με επιφάνειες που έχουν έρθει σε επαφή με ζώα. Επίσης, θα πρέπει να αποφεύγετε την κατανάλωση ωμών ή ατελώς μαγειρεμένων ζωικών προϊόντων. Κατά τη διαχείριση ωμού κρέατος, γάλακτος και ζωικών εντοσθίων, θα πρέπει να λαμβάνονται όλα τα απαραίτητα

μέτρα, όπως ορίζονται από τους κανόνες ασφαλούς διαχείρισης τροφίμων, προκειμένου να αποφεύγεται η επιμόλυνση.

Σε ποιες χώρες έχουν παρουσιαστεί κρούσματα κορονοϊού; - Σε Ταϊλάνδη (35), Ταϊβάν (26), Βιετνάμ (16), Σιγκαπούρη (89), Μαλαισία (22), Ιαπωνία (132)/ Ιαπωνία κρουαζιερόπλοιο (634), Νότια Κορέα (602), Νεπάλ (1), Σρι Λάνκα (1), Καμπότζη (1), Ινδία (3), Φιλιππίνες (3), Μακάο (10), Hong Kong (70), Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα (13), Ισραήλ (1), Λίβανος (1), Ρωσία (2), Γαλλία (12), Γερμανία (16), Φιλανδία (1), Ιταλία (79), Ισπανία (2), Ηνωμένο Βασίλειο (9), Σουηδία (1), Βέλγιο (1), ΗΠΑ (35), Καναδά (9), Αυστραλία (22), Αίγυπτος (1), Ιράν (28). Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν περιορισμοί, προς το παρόν, σε σχέση με ταξίδια ή συστάσεις για έλεγχο στις πύλες εισόδου.

Εάν έχω ταξιδέψει πρόσφατα σε μία χώρα με κρούσμα κορονοϊού, τι κάνω επιστρέφοντας στην Ελλάδα; - Πρέπει να παρακολουθήσετε την υγεία σας για 14 ημέρες. Αν εμφανίσετε συμπτώματα (πυρετό ή άλλα συμπτώματα από το αναπνευστικό όπως δυσκολία στην αναπνοή, βήχα) 14 ημέρες μετά την επιστροφή σας, να παραμείνετε στο σπίτι και να αναζητήσετε άμεσα ιατρική φροντίδα αναφέροντας το πρόσφατο ταξίδι σας ή να επικοινωνήσετε με τον ΕΟΔΥ (210-5212000, 210-5212054) ή με τα ιατρεία του ΕΔΟΕΑΠ (210-7250050). Καθώς η επιδημία εξελίσσεται, οι οδηγίες ενδέχεται να τροποποιηθούν. Συνιστάται σε όλους τους ταξιδιώτες πριν και μετά το ταξίδι να ενημερώνονται από τον ΕΟΔΥ (210-5212000, 210-5212054) για την εξέλιξη της νόσου και τα απαραίτητα μέτρα προφύλαξης.

Πώς ορίζεται το «ύποπτο κρούσμα»; - Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και το Ευρωπαϊκό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νόσων, έως τώρα ύποπτο κρούσμα θεωρείται ο ασθενής με οξεία λοίμωξη του αναπνευστικού και τουλάχιστον ένα επιδημιολογικό κριτήριο εντός των τελευταίων 14 ημερών πριν από τα συμπτώματα (στενή επαφή με πιθανό η επιβεβαιωμένο κρούσμα κορονοϊού ή ιστορικό ταξιδιού σε χώρα με συνεχιζόμενη μετάδοση κορονοϊού ή εργασία/επίσκεψη σε δομή παροχής φροντίδας υγείας με ασθενείς νοσούντες). Κάθε ύποπτο κρούσμα πρέπει να υποβάλλεται αμέσως σε εργαστηριακό έλεγχο, που πραγματοποιείται μόνο στα ορισθέντα «νοσοκομεία αναφοράς».

Μπορώ να κολλήσω από το κατοικίδιο μου; - Όχι. Μέχρι στιγμής, δεν υπάρχουν στοιχεία ότι τα ζώα συντροφιάς ή κατοικίδια, όπως είναι οι γάτες και οι σκύλοι μεταδίδουν τον Covid-19.

Μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο; - Ναι. Συνήθως κατόπιν στενής επαφής με ασθενή μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον ή σε χώρο παροχής φροντίδας υγείας. - Πώς προφυλάσσομαι; Με τακτικό πλύσιμο των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα ή νερό και σαπούνι. Γιατί το εν λόγω πλύσιμο σκοτώνει τον ιό εάν βρίσκεται στα χέρια μας. <https://www.youtube.com/watch?v=3PmVJQUcm4E> - Διατηρήστε αποστάσεις, τουλάχιστον 1 μέτρου, από εσάς και τους άλλους ανθρώπους, ιδιαίτερα από ανθρώπους που βήχουν, φτερνίζονται ή έχουν πυρετό. Όταν κάποιος νοσεί από λοίμωξη του αναπνευστικού, όπως Covid-19, βήχει ή φτερνίζεται, παράγει μικροσταγονίδια τα οποία περιέχουν τον ιό. Εάν είστε πολύ κοντά, μπορεί να εισπνεύσετε τον ιό. - Αποφύγετε να αγγίζετε τη μύτη, το στόμα

και τα μάτια σας. - Εάν έχετε πυρετό, βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή, αναζητήστε άμεσα ιατρική βοήθεια. Ενημερώστε το θεράποντα ιατρό σας, εάν έχετε ταξιδέψει στη Κίνα ή εάν έχετε έρθει σε επαφή με άτομα από την Κίνα ή με άτομα που έχουν επιστρέψει από πρόσφατο ταξίδι στην Κίνα, τα οποία παρουσιάζουν αναπνευστικά συμπτώματα. Η εμφάνιση αναπνευστικών συμπτωμάτων μαζί με πυρετό μπορεί να οφείλεται σε διάφορες αιτίες και, αναλόγως του ιστορικού ταξιδιού σας και των συνθηκών, ο Covid-19 μπορεί να είναι μία από αυτές. - Εάν έχετε ήπια συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης και δεν έχετε ταξιδέψει στην Κίνα, μείνετε σπίτι μέχρι την ανάρρωσή σας, τηρώντας όλους τους κανόνες προσωπικής υγιεινής.

Θα πρέπει να φοράω μάσκα; - Η χρήση ιατρικής μάσκας μπορεί να βοηθήσει στον έλεγχο της εξάπλωσης ορισμένων αναπνευστικών νοσημάτων. Ωστόσο, από μόνη της δε διασφαλίζει πλήρη προστασία και θα πρέπει να συνδυάζεται με τη λήψη και άλλων προστατευτικών μέτρων, όπως είναι η σωστή υγιεινή των χεριών και η αποφυγή στενών επαφών. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η χρήση μάσκας συνιστάται σε άτομα που εμφανίζουν αναπνευστικά συμπτώματα (βήχα ή φτέρνισμα) ή σε ασθενείς με ήπια συμπτώματα και υποψία λοίμωξης με Covid-19 ή σε άτομα που φροντίζουν ασθενείς για τους οποίους υπάρχει η υποψία λοίμωξης. Η υποψία λοίμωξης με Covid-19 σχετίζεται με πρόσφατο ταξίδι στην Κίνα ή με στενή επαφή με άτομο που εμφανίζει αναπνευστικά συμπτώματα και έχει ταξιδέψει πρόσφατα στην Κίνα.

Ποιος μπορεί να μολυνθεί κάποιος από τον ιό; - Οι άνθρωποι που ζουν ή ταξιδεύουν σε περιοχή όπου κυκλοφορεί ο ιός Covid-19 ενδέχεται να διατρέχουν κίνδυνο μόλυνσης. Μέχρι στιγμής η κυκλοφορία του Covid-19 εντοπίζεται στην Κίνα, όπου καταγράφονται τα περισσότερα περιστατικά. Τα περιστατικά λοιμώξεων από τον Covid-19 που εμφανίστηκαν σε άλλες χώρες, αφορούσαν είτε σε άτομα με πρόσφατο ταξίδι στην Κίνα είτε άτομα που ζούσαν, συνεργάζονταν στενά ή παρείχαν φροντίδα υγείας σε ταξιδιώτες από την Κίνα που στη συνέχεια διαγνώστηκαν με λοίμωξη από 2019-nCoV. Οι επαγγελματίες υγείας που έρχονται σε επαφή με ασθενείς με Covid-19 βρίσκονται σε υψηλότερο κίνδυνο μετάδοσης και θα πρέπει να λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα προστατευτικά μέτρα πρόληψης και ελέγχου λοιμώξεων. Για περισσότερες επικαιροποιημένες πληροφορίες, μπορείτε να επισκεφθείτε το σύνδεσμο: <https://www.ecdc.europa.eu/en/geographical-distribution-2019-ncov-cases>

Ποιος βρίσκεται σε κίνδυνο εμφάνισης σοβαρής νόσου; - Ηλικιωμένοι και άτομα με υποκείμενα νοσήματα, όπως είναι ο σακχαρώδης διαβήτης και τα καρδιαγγειακά νοσήματα, βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης σοβαρής νόσου.

Πώς μεταδίδεται ο ιός; - Ο Covid-19 μεταδίδεται κυρίως μέσω της επαφής με ασθενή, μέσω σταγονιδίων τα οποία παράγονται όταν ο ασθενής βήχει ή φτερνίζεται ή μέσω σταγονιδίων από τη σίελο ή από τη ρινική κοιλότητα. Για την αποφυγή μετάδοσης είναι πολύ σημαντική η εφαρμογή μέτρων ατομικής υγιεινής. Για παράδειγμα, καλύψτε το στόμα σας και τη μύτη σας με ιατρική μάσκα, μαντίλι, το μανίκι σας ή το λυγισμένο αγκώνα σας όταν βήχετε ή φτερνίζεστε. Πετάξτε αμέσως το μαντίλι σε κλειστό κάδο. Πλένετε τακτικά τα χέρια σας με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα.

Πόσο καιρό επιβιώνει ο ιός στις επιφάνειες; - Δεν είναι γνωστό πόσο χρονικό διάστημα ο Covid-19 μπορεί να επιβιώσει στις επιφάνειες, ωστόσο σύμφωνα με τα τελευταία δεδομένα, μπορεί να επιβιώσει μερικές ώρες. Η χρήση απλών αντισηπτικών διαλυμάτων είναι αρκετή για την καταστροφή του ιού στις επιφάνειες.

Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα στα συμπτώματα που προκαλεί ο Covid-19, ο ιός της γρίπης και το κοινό κρυολόγημα; - Τα άτομα που νοσούν από Covid-19, ιό της γρίπης ή ιούς που προκαλούν το κοινό κρυολόγημα συνήθως αναπτύσσουν αναπνευστικά συμπτώματα, όπως είναι ο πυρετός, ο βήχας και η καταρροή. Διαφορετικοί ιοί μπορεί να προκαλέσουν παρόμοια συμπτώματα. Λόγω των ομοιοτήτων των συμπτωμάτων, η διάγνωση της νόσου πραγματοποιείται μόνο μέσω εργαστηριακών εξετάσεων.

Ποιος είναι ο χρόνος επώασης; - Ο χρόνος επώασης ενός ιού είναι το χρονικό διάστημα ανάμεσα στη μόλυνση από τον ιό και την έναρξη εμφάνισης συμπτωμάτων. Με βάση τα διαθέσιμα δεδομένα, ο χρόνος επώασης του Covid-19 υπολογίζεται σε 2-11 ημέρες, με ανώτατο όριο τις 14 ημέρες, λαμβάνοντας υπόψη και τις διαθέσιμες πληροφορίες σχετικά με άλλους κορονοϊούς, όπως είναι ο MERS-CoV και ο SARS-CoV.

Ο κορονοϊός μεταδίδεται από άτομο δεν εμφανίζει συμπτώματα; - Με βάση πρόσφατες αναφορές, η μετάδοση είναι πιθανή από άτομα που έχουν μολυνθεί από τον ιό, αλλά δεν εμφανίζουν ακόμα σοβαρά συμπτώματα. Παρ' όλα αυτά, σύμφωνα με τα έως τώρα δεδομένα, υπεύθυνα για την εξάπλωση του ιού είναι κυρίως τα άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα.

Είναι ασφαλές να λαμβάνουμε δέματα από την Κίνα ή από άλλες περιοχές με συνεχιζόμενη κυκλοφορία του ιού; - Ναι, είναι ασφαλές. Σύμφωνα με προηγούμενες μελέτες, αυτού του είδους οι ιοί δεν επιβιώνουν για μεγάλο χρονικό διάστημα σε αντικείμενα.

Είναι τα αντιβιοτικά αποτελεσματικά στη πρόληψη και τον έλεγχο της εξάπλωσης του Covid-19; - Όχι, τα αντιβιοτικά δεν δρουν κατά των ιών.

Υπάρχουν συγκεκριμένα φάρμακα για τον κορονοϊό; Όχι. Τα άτομα που εμφανίζουν ήπια συμπτώματα, θα πρέπει να λαμβάνουν μέτρα ανακούφισης των συμπτωμάτων. Άτομα με σοβαρή συμπτωματολογία χρειάζονται περαιτέρω υποστηρικτική φροντίδα.

Επιστημονική επιμέλεια:

Ευάγγελος Φραγκούλης, γενικός οικογενειακός ιατρός, αν. αρχίατρος ΕΔΟΕΑΠ

Δημοσιογραφική επιμέλεια:

Γραφείο Τύπου ΕΔΟΕΑΠ