



## Οδηγίες για την πρόληψη και τον αποτελεσματικό χειρισμό εμφάνισης κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε πρόγραμμα ημερήσιας καλοκαιρινής απασχόλησης (summer camp)

**Η εμφάνιση κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε κέντρα ημερήσιας καλοκαιρινής απασχόλησης δεν είναι σπάνιο φαινόμενο.**

Παρακάτω περιγράφονται μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης γαστρεντερίτιδας σε πρόγραμμα ημερήσιας καλοκαιρινής απασχόλησης (summer camp).

Πολλοί διαφορετικοί μικροοργανισμοί (ιοί, βακτήρια, παράσιτα) μπορούν να προκαλέσουν γαστρεντερίτιδα. Οι γαστρεντερίτιδες σε χώρους μαζικής συνάθροισης, όπως είναι τα κέντρα στα οποία πραγματοποιούνται προγράμματα ημερήσιας καλοκαιρινής απασχόλησης, προκαλούνται κυρίως από **ιούς** και **βακτήρια**. Οι **ιογενείς γαστρεντερίτιδες** προκαλούνται από μια ποικιλία ιών με πιο συχνούς τους νοροϊούς. Η λοίμωξη από νοροϊούς χαρακτηρίζεται κυρίως από εμέτους και πιο σπάνια από διάρροια, ναυτία, κοιλιακό άλγος, μυαλγία, πυρετό και κεφαλαλγία. Τα συμπτώματα διαρκούν λίγες ημέρες. Κατά κανόνα δεν απαιτείται ειδική θεραπεία εκτός από την επαρκή πρόσληψη υγρών. Οι ιογενείς γαστρεντερίτιδες μεταδίδονται:

- από άτομο σε άτομο (μέσω ιών που μεταφέρονται με τα χέρια),
- μέσω μολυσμένων επιφανειών, αντικειμένων, τροφίμων ή νερού που μολύνονται από τα χέρια ασθενών, καθώς και
- αερογενώς, όταν ένας ασθενής κάνει εμετό και τα σωματίδια του ιού διασκορπίζονται στον αέρα και μολύνουν άλλα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο.

Οι **βακτηριακές** γαστρεντερίτιδες δεν μεταδίδονται τόσο εύκολα όσο οι ιογενείς από άτομο σε άτομο, αλλά μπορούν να επηρεάσουν μεγάλο αριθμό ανθρώπων όταν αυτοί καταναλώνουν μολυσμένο τρόφιμο ή νερό. Τα συμπτώματα κατά κανόνα περιλαμβάνουν διάρροια, πυρετό, εμέτους, ναυτία, κεφαλαλγία και κοιλιακό άλγος, εμφανίζονται 2-5 ημέρες μετά την κατανάλωση μολυσμένου τροφίμου-νερού και μπορεί να διαρκέσουν αρκετές ημέρες. Συνήθως, αρκεί η επαρκής πρόσληψη υγρών, ενώ η χρήση αντιβιοτικών περιορίζεται σε παιδιά και ενήλικες με μειωμένη ανοσία. Οι βακτηριακές γαστρεντερίτιδες μεταδίδονται με κατανάλωση:

- ωμού ή ατελώς ψημένου μολυσμένου τροφίμου,
- τροφίμου που μολύνεται από ασθενή ή φορέα χειριστή τροφίμων,
- τροφίμου κακώς συντηρημένου που επιτρέπει τον πολλαπλασιασμό των μικροοργανισμών και
- μολυσμένου νερού.

Ακολουθούν κάποιες βασικές συστάσεις: **(α)** για την πρόληψη της γαστρεντερίτιδας και **(β)** για τις ενέργειες που πρέπει να γίνονται σε περίπτωση εμφάνισης γαστρεντερίτιδας σε μια κατασκήνωση.

## **A) ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΤΙΔΑΣ ΣΕ ΚΕΝΤΡΟ ΠΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ**

### **(αφορά το προσωπικό του κέντρου)**

1) Ακολουθούμε τους βασικούς κανόνες υγιεινής:

- Πλένουμε τα χέρια μας επιμελώς με χλιαρό νερό και σαπούνι για τουλάχιστον 10-15 δευτερόλεπτα και τα στεγνώνουμε χρησιμοποιώντας πετσέτα μιας χρήσης.
- Το πλύσιμο των χεριών γίνεται **α)** πριν την προετοιμασία/σερβίρισμα φαγητού, **β)** πριν την κατανάλωση φαγητού, **γ)** πριν το κάπνισμα, **δ)** μετά τη χρήση της τουαλέτας, **ε)** μετά την επαφή με ασθενή με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας, **στ)** μετά το χειρισμό μολυσματικού υλικού (εμέσματα ή κόπρανα), **ζ)** μετά το χειρισμό μολυσμένων με εμέσματα ή κόπρανα κλινοσκεπασμάτων, ρουχισμού κτλ, **η)** μετά την επαφή με σκουπίδια, **θ)** μετά την κολύμβηση.
- Επιβλέπουμε τα μικρά παιδιά που φιλοξενούνται στο πρόγραμμα στο πλύσιμο των χεριών και στην εφαρμογή των κανόνων υγιεινής.

2) Σε περίπτωση προετοιμασίας και παροχής γεύματος εντός του χώρου, στον οποίο πραγματοποιείται το πρόγραμμα, ακολουθούμε τις παρακάτω οδηγίες όσον αφορά την προετοιμασία, διανομή και φύλαξη του φαγητού και του πόσιμου νερού.

- Φροντίζουμε ώστε τα τραπέζια να είναι καθαρά.
- Πλένουμε επιμελώς τα μαγειρικά σκεύη με ζεστό νερό και σαπούνι και τα αφήνουμε να στεγνώσουν στον αέρα.
- Φροντίζουμε ώστε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα υπάρχοντα σκεύη και είδη σερβίριματος (π.χ. μαχαιροπίρουνα) και όχι τα χέρια τους όταν σερβίρεται το φαγητό σε κοινό σκεύος. Κάθε παιδί θα πρέπει να χρησιμοποιεί το δικό του πιάτο και ποτήρι.

- Ειδικά οι χειριστές τροφίμων πρέπει να πλένουν τακτικά τα χέρια τους, να αποφεύγουν τη χρήση κοσμημάτων στα χέρια, να δένουν τα μαλλιά τους πίσω και να καλύπτουν τα τραύματα στα χέρια τους με αδιάβροχα επιθέματα και με γάντια μιας χρήσης.
- Απαγορεύεται η συνύπαρξη ωμού και μαγειρεμένου φαγητού ακόμα και στο ψυγείο.
- Χρησιμοποιούμε διαφορετικά μαγειρικά σκεύη για ωμά και για μαγειρεμένα τρόφιμα.
- Διατηρούμε το φαγητό ζεστό σε θερμοκρασία  $>60^{\circ}\text{C}$  ή κρύο σε θερμοκρασία  $<4^{\circ}\text{C}$ .
- Επαναθερμαίνουμε το φαγητό στους  $70^{\circ}\text{C}$  για δύο λεπτά και πάντα μια φορά.
- Καταναλώνουμε άμεσα ή ψύχουμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες  $>5^{\circ}\text{C}$  και  $<60^{\circ}\text{C}$  για λιγότερο από 2 ώρες.
- Καταναλώνουμε άμεσα ή πετάμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες  $>5^{\circ}\text{C}$  και  $<60^{\circ}\text{C}$  για 2 έως 4 ώρες.

**3) Σε περίπτωση που το κέντρο διαθέτει ιατρό, συστήνεται ο τελευταίος να ελέγχει καθημερινά την κατάσταση υγείας των παιδιών και του προσωπικού. Δεν επιτρέπεται η είσοδος σε παιδί ή προσωπικό με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας έως και 48 ώρες πριν την έναρξη του προγράμματος ημερήσιας καλοκαιρινής απασχόλησης.**

## **B) ΜΕΤΡΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΤΙΔΑΣ ΣΕ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ**

**1) Ο γιατρός του κέντρου ή το προσωπικό σε περίπτωση κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας, επικοινωνεί άμεσα με την οικεία Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας (ΔΔΥ) και τον ΕΟΔΥ στα τηλέφωνα 210-88.99.061,-064,-017 ώστε να δοθεί όλη η απαραίτητη στήριξη και καθοδήγηση σχετικά με το χειρισμό της κατάστασης. Σε περίπτωση εμφάνισης αυξημένου αριθμού κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας, ο γιατρός ή το προσωπικό καταγράφει τα κρούσματα μέχρι τη λήξη του φαινομένου. Παράδειγμα δελτίου καταγραφής επισυνάπτεται στο τέλος των οδηγιών για τη διευκόλυνση των ενδιαφερόμενων και για την παρακολούθηση του φαινομένου.**

**2) Συνιστούμε τη μεταφορά των ασθενών στο σπίτι τους ή αν αυτό είναι δύσκολο, την απομόνωση τους ώστε να μην έρχονται σε επαφή με τον υγιή πληθυσμό μέχρι την αποχώρησή τους από το κέντρο, καθώς και τη χρήση ξεχωριστής τουαλέτας. Ασθενής με ιογενή γαστρεντερίτιδα θεωρείται ότι μπορεί να μεταδώσει τη νόσο έως και **48 ώρες** μετά την αποδρομή των συμπτωμάτων.**

**3) Απομακρύνουμε από τα καθήκοντά τους, τους χειριστές τροφίμων που παρουσιάζουν συμπτώματα γαστρεντερίτιδας έως και 48 ώρες από το τέλος των συμπτωμάτων.**

4) Ζητάμε από το προσωπικό με γαστρεντερίτιδα να μην έρχεται σε επαφή με τα παιδιά και να μην συμμετέχει στο σερβίρισμα των γευμάτων τους έως και 48 ώρες από το τέλος των συμπτωμάτων.

5) Συλλέγουμε και ψύχουμε (δεν καταψύχουμε) φαγητό που μπορεί να καταναλώθηκε τις τελευταίες 72 ώρες πριν την έναρξη των συμπτωμάτων και φυλάσσουμε τις αρχικές συσκευασίες ύποπτων τροφίμων και το νερό που υπάρχουν στο ψυγείο ώστε να μπορούν να σταλούν δείγματα για έλεγχο στα κατάλληλα εργαστήρια που θα υποδείξει ο ΕΟΔΥ.

6) Καθαρίζουμε και απολυμαίνουμε τους χώρους ακολουθώντας τις παρακάτω οδηγίες:

- Οι άνθρωποι που ασχολούνται με την καθαριότητα υποχρεούνται να φορούν γάντια και ποδιά μιας χρήσης.
- Συστήνεται πρώτα να καθαρίζονται οι χώροι που χρησιμοποιεί ο υγιής πληθυσμός και μετά να καθαρίζονται όλοι οι δυνητικά μολυσμένοι χώροι π.χ. τουαλέτες, πατώματα, καθίσματα, τηλέφωνα κ.α. αρχικά με ζεστό νερό και απορρυπαντικό και μετά με απολυμαντικό (οικιακή χλωρίνη σε αραιώση 1:50).
- Οι τουαλέτες πρέπει να καθαρίζονται τουλάχιστον δύο φορές την ημέρα αλλά και όποτε δεν είναι καθαρές.
- Οι χρησιμοποιημένες σφουγγαρίστρες πρέπει να πλένονται με ζεστό νερό και μετά να στεγνώνουν στον αέρα.
- Εμέσματα και κόπρανα πρέπει να καθαρίζονται αμέσως. Χρησιμοποιούμε γάντια και ποδιά μιας χρήσης. Καθαρίζουμε με ζεστό νερό και απορρυπαντικό ή με πανάκια μιας χρήσης (τα οποία πετάμε σε πλαστική σακούλα), απολυμαίνουμε το χώρο με οικιακή χλωρίνη σε αραιώση 1:50 και τέλος απαγορεύουμε την είσοδο σε αυτόν για τουλάχιστον μια ώρα.

## Καταγραφή ασθενών με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας

Φορέας:	
Τηλέφωνα για επικοινωνία:	

A/A	Όνομα - Επώνυμο ασθενή	Ημερομηνία εξέτασης	Φύλο	Ηλικία (έτη)	Ημερομηνία έναρξης δραστηριοτήτων στο summer camp	Ημερομηνία και <u>Ωρα</u> έναρξης συμπτωμάτων	Πυρετός (≥ 38°)	Έμετοι	Διάρροιες (≥ 3 ανά 24ωρο)	Σχόλια (Κοινές δραστηριότητες)
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	
							<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	