

Οδηγίες σχετικά με τα μέτρα πρόληψης κατά της διασποράς της γρίπης στις Σχολικές Μονάδες

Την εποχή αυτή παρουσιάζει μεγάλη έξαρση η γρίπη, η οποία διαδίδεται πάρα πολύ εύκολα σε χώρους συγκέντρωσης πληθυσμού, όπως είναι τα σχολεία.

Έχει πραγματοποιηθεί ενημέρωση των μαθητών/τριών για τους βασικούς κανόνες ατομικής υγιεινής που πρέπει να τηρούνται, τους οποίους παρακαλούμε να συζητήσετε με τα παιδιά σας και να εφαρμόσετε στις καθημερινές σας δραστηριότητες,

Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης από τον ιό.
- Αποφυγή κοινής χρήσης των μολυβιών, των στυλό, των μαρκαδόρων και άλλων προσωπικών αντικειμένων.
- Σε βήχα ή φτέρνισμα, **κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο**. Το χρησιμοποιημένο χαρτομάντιλο πρέπει να απορρίπτεται αμέσως μετά τη χρήση στους κάδους απορριμμάτων.
- Απαγορεύεται τα παιδιά να πίνουν νερό απευθείας από τη βρύση με το στόμα.
- Τακτικό πλύσιμο των παιδιών και των εργαζομένων με υγρό σαπούνι και νερό ή εναλλακτικά να χρησιμοποιούνται **χαρτομάντιλα με αλκοόλη, που καλό είναι να έχουν καθημερινά στην τσάντα τους**. Ακολουθεί προσεκτικό στέγνωμα των χεριών με χάρτινες χαρτοπετσέτες μιας χρήσης, οι οποίες θα απορρίπτονται στους κάδους απορριμμάτων.

Σε περίπτωση που τα παιδιά παρουσιάζουν συμπτώματα γρίπης (πυρετό μεγαλύτερο ή ίσο με 38° C και ένα από τα παρακάτω συμπτώματα: βήχα, πονόλαιμο, μυαλγίες, συνάχι, πονοκέφαλο, ρίγος, αίσθημα κόπωσης, διάρροια και εμετούς) **πρέπει να παραμένουν στο σπίτι** για όσες μέρες διαρκούν αυτά και, σε περίπτωση πυρετού, **επιπλέον ακόμα ένα 24ωρο τουλάχιστον μετά την υποχώρησή του χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών**.