

Τι είναι η γρίπη;

- οξεία αναπνευστική νόσος που προκαλείται από τους ιούς της γρίπης (κυρίως Α ή Β)
- εμφανίζεται υπό μορφή εποχιακών εξάρσεων και επιδημιών σε παγκόσμια κλίμακα



Συμπτώματα γρίπης

Τα συμπτώματα της εποχικής γρίπης, τα οποία είναι συνήθως ήπιας έως μέτριας βαρύτητας, είναι τα εξής:

- υψηλός πυρετός
- βήχας
- καταρροή
- πονοκέφαλος
- μυαλγίες / αρθραλγίες
- διάρροια / έμετοι (λιγότερο συχνά)

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Βασικές Οδηγίες

- Παιδιά και προσωπικό που παρουσιάζουν συμπτώματα γρίπης **δεν πρέπει να προσέρχονται στο βρεφονηπιακό σταθμό**
- Παραμονή των ασθενών στο σπίτι όσες μέρες είναι εμπύρετοι και επιπλέον ακόμα ένα 24ωρο μετά την υποχώρησή του πυρετού χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών φαρμάκων



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Βασικές Οδηγίες

- Οι βρεφονηπιοκόμοι πρέπει να ελέγχουν **καθημερινά** τα παιδιά κατά την άφιξή τους στο σταθμό για την εμφάνιση συμπτωμάτων γρίπης
- Οι γονείς και τα άτομα που ασχολούνται με τη φύλαξη παιδιών στο σπίτι θα πρέπει να κάνουν τον ίδιο έλεγχο στα παιδιά κάθε πρωί, πριν τα στείλουν στο σχολείο



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Βασικές Οδηγίες

Σε περίπτωση εκδήλωσης συμπτωμάτων γρίπης από παιδί ή από εργαζόμενο στο βρεφονηπιακό σταθμό

- Άμεση ειδοποίηση των γονέων
- Σε περίπτωση πυρετού: χορήγηση παρακεταμόλης και **όχι ασπιρίνης** μετά από συνεννόηση με γιατρό ή/ και με τους γονείς του παιδιού

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Βασικές Οδηγίες

Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων γρίπης συνοδευόμενων από πυρετό άνω των 38°C καθώς και από **τουλάχιστον ένα** από τα παρακάτω συμπτώματα, συνίσταται η αναζήτηση ιατρικής βοήθειας

- Ταχύπνοια ή δύσπνοια
- Αλλαγή του χρώματος του δέρματος (ωχρότητα ή κυάνωση)
- Μειωμένη λήψη υγρών
- Επίμονοι έμετοι
- Υπνηλία
- Ευερεθιστότητα

Για την αποτελεσματική αντιμετώπιση τέτοιων επειγόντων περιστατικών πρέπει να υπάρχει λίστα τηλεφώνων

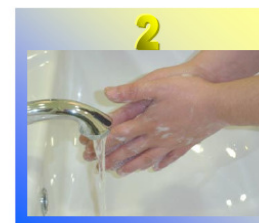
Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα
- Τακτικό πλύσιμο των χεριών (παιδιών και εργαζομένων) με σαπούνι και νερό, ιδίως μετά από βήχα ή φτέρνισμα
- Το πλύσιμο πρέπει να διαρκεί 15-20 δευτερόλεπτα
- Προσεκτικό στέγνωμα των χεριών με χειροπετσέτα μιας χρήσης



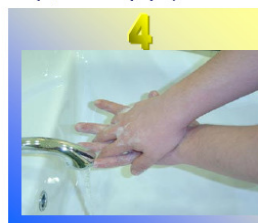
1. Ξεβείτε τα χέρια σας στο τρεχούμενο νερό, σε στάση προς τα κάτω.



2. Πάρτε υγρό σαπούνι και κάντε σαπουνάδα σ' όλες τις επιφάνειες των χεριών.



3. Τρίψτε παλάμη με παλάμη.



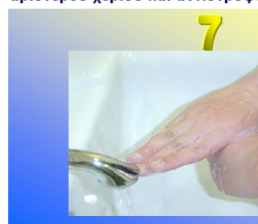
4. Τρίψτε ανάμεσα στα δάκτυλα με τη δεξιά παλάμη πάνω στη ράχη του αριστερού χεριού και αντίστροφα.



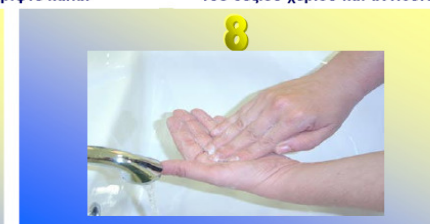
5. Τοποθετήστε τα χέρια παλάμη με παλάμη, πλέξτε τα δάκτυλα και τρίψτε καλά.



6. Τρίψτε τις ράχες των δακτύλων του αριστερού χεριού στη παλάμη του δεξιού χεριού και αντίθετα.



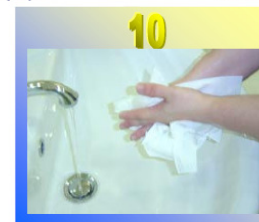
7. Τρίψτε με περιστροφικές κινήσεις τους αντίχειρες μέσα στις παλάμες.



8. Τρίψτε με περιστροφικές και μπρος - πίσω κινήσεις τα ακροδάκτυλα μέσα στις παλάμες.



9. Ξεπλύνετε τα χέρια σας σε στάση προς τα κάτω.



10. Στεγνώστε τα χέρια σας σε χειροπετσέτα.



11. Χρησιμοποιήστε τη χειροπετσέτα, για να κλείσετε τη βρύση.

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Αν τα χέρια **δεν είναι εμφανώς λερωμένα** μπορεί να χρησιμοποιηθεί αντισηπτικό διάλυμα αλκοόλης για 30", μέχρι να στεγνώσει τελείως



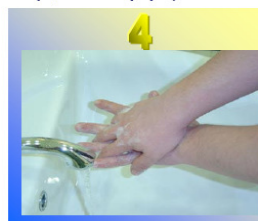
1. Ξεβείτε τα χέρια σας στο τρεχούμενο νερό, σε στάση προς τα κάτω.



2. Πάρτε υγρό σαπούνι και κάντε σαπουνάδα σ' όλες τις επιφάνειες των χεριών.



3. Τρίψτε παλάμη με παλάμη.



4. Τρίψτε ανάμεσα στα δάκτυλα με τη δεξιά παλάμη πάνω στη ράχη του αριστερού χεριού και αντίστροφα.



5. Τοποθετήστε τα χέρια παλάμη με παλάμη, πλέξτε τα δάκτυλα και τρίψτε καλά.



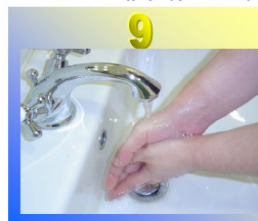
6. Τρίψτε τις ράχες των δακτύλων του αριστερού χεριού στη παλάμη του δεξιού χεριού και αντίθετα.



7. Τρίψτε με περιστροφικές κινήσεις τους αντίχειρες μέσα στις παλάμες.



8. Τρίψτε με περιστροφικές και μπρος - πίσω κινήσεις τα ακροδάκτυλα μέσα στις παλάμες.



9. Ξεπλύνετε τα χέρια σας σε στάση προς τα κάτω.



10. Στεγνώστε τα χέρια σας σε χειροπετσέτα.



11. Χρησιμοποιήστε τη χειροπετσέτα, για να κλείσετε τη βρύση.

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες ατομικής υγιεινής

Το προσωπικό πρέπει να δίνει ιδιαίτερη προσοχή στο πλύσιμο των χεριών σε περιπτώσεις όπως:

- πριν και μετά τη χορήγηση των γευμάτων
- μετά τον καθαρισμό της μύτης και του στόματος των παιδιών
- μετά την αλλαγή πάνας και την υποβοήθηση παιδιών στη τουαλέτα
- μετά τον καθαρισμό επιφανειών
- Αν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα μπορεί να χρησιμοποιηθεί αντισηπτικό διάλυμα αλκοόλης για 30"

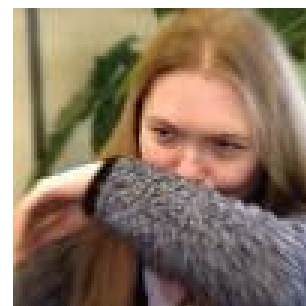
Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντιλο (ή εναλλακτικά το μανίκι) σε βήχα ή φτέρνισμα
- Άμεση απόρριψη του χαρτομάντιλου σε ποδοκίνητο κάδο (με σακούλα)



**Δεν έχετε χαρτομάντιλο;
Φταρνιστείτε στον αγκώνα σας και
όχι στα χέρια σας.**



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί- Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Επιτήρηση των παιδιών ώστε να αποφεύγεται η κοινή χρήση σερβιτσιων φαγητού και παιχνιδιών



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης

- Συστηματικός και επαρκής αερισμός των χώρων
- Προσεκτικός και συχνός καθαρισμός επιφανειών (τραπέζια, καρέκλες, πόμολα κλπ) με γάντια μίας χρήσεως

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης

- Τα κλινοσκεπάσματα πρέπει να είναι αυστηρά προσωπικά
- Αν τα κλινοσκεπάσματα χρησιμοποιηθούν από παιδί με συμπτώματα γρίπης πρέπει να λαμβάνονται μέτρα ατομικής προστασίας από το προσωπικό καθαριότητας (γάντια, μάσκα):
- Το πλύσιμο των κλινοσκεπασμάτων συνιστάται να γίνεται σε θερμοκρασία άνω των 72°C για μία ώρα τουλάχιστον

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης

- Το πλύσιμο των σεβίτσων φαγητού μπορεί να γίνεται με ζεστό νερό και απορρυπαντικό
- **Η χρήση γαντιών μια χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το σχολαστικό πλύσιμο των χεριών**

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης



**Η χρήση των
γαντιών δεν
αντικαθιστά σε
καμία περίπτωση
το σχολαστικό
πλύσιμο των
χεριών**



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί Ενέργειες προετοιμασίας

- Η εξασφάλιση άμεσης και απρόσκοπτης επικοινωνίας με τις ακόλουθες Υπηρεσίες:
 - Αρμόδιες Υπηρεσίες για τη λειτουργία των βρεφονηπιακών σταθμών (Δήμος, Νομαρχία κλπ)
 - Φορείς πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, για την αναζήτηση ιατρικών συμβουλών ή επείγουσας βοήθειας
 - Κέντρο Ελέγχου Πρόληψης Νοσημάτων (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)



Τηλέφωνα επικοινωνίας
για τη γρίπη :
210-5212054

Ιστοσελίδα ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.
www.keelpno.gr

Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Ενέργειες προετοιμασίας

- Δημιουργία λίστας με τα ονόματα, τα τηλέφωνα, τις διευθύνσεις:
 - των γονέων όλων των παιδιών
 - των εργαζομένων
 - των παιδιάτρων



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί Ενέργειες προετοιμασίας

Προσοχή πρέπει να δοθεί στη φύλαξη των αντισηπτικών, απολυμαντικών και φαρμάκων, ώστε να μην είναι προσιτά στα παιδιά



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

Ενέργειες προετοιμασίας

- Τροποποίηση του προγράμματος ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων των παιδιών, ώστε να αποφεύγονται δραστηριότητες που απαιτούν στενή σωματική επαφή
- Περιορισμός της κοινής χρήσης μολυβιών, μαρκαδόρων ή άλλων αντικειμένων που συχνά έρχονται σε επαφή με το στόμα, καθώς και παιχνιδιών από μαλακά υλικά, λόγω της αδυναμίας καλού καθαρισμού τους



Βρεφονηπιακοί Σταθμοί

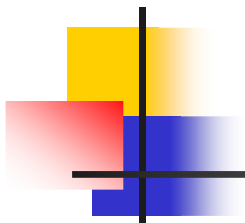
Ενέργειες προετοιμασίας

- Μέριμνα για το χώρο ανάπαυσης των παιδιών:
 - μείωση συγχρωτισμού
 - απομάκρυνση των επίπλων που επενδύονται από μαλακά υλικά και μαξιλάρια, διότι παρουσιάζουν δυσκολία στον καθαρισμό και απολύμανσή τους





ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ



Γρίπη είναι. Θα περάσει!!!