



ΤΑΞΙΔΕΥΕΤΕ ΠΡΟΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΤΗΣ ΚΙΝΑΣ* ΜΕ ΚΡΟΥΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΟΝΑΪΟ (2019-nCoV);

ΓΙΑ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΕΙΤΕ ΑΠΟ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗ ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΟΝΑΪΟ

ΣΥΝΙΣΤΑΤΑΙ:

- 1 **Αποφυγή της επαφής με ζώα** (ζωντανά ή νεκρά), των αγορών ζώων και προϊόντων ζωικής προέλευσης, πουλερικών και θαλασσιών
- 2 **Αποφυγή επαφής με ασθενείς** που έχουν συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού (π.χ. βήχας)

- 3 Αυστηρή τήρηση των **ατομικών μέτρων υγιεινής**, όπως:
 - **προσεκτικό πλύσιμο χεριών** με νερό και σαπούνι ή επαλειψη των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα
 - **κάλυψη του στόματος και της μύτης** με χαρτομάντιλο κατά τη διάρκεια του βήχα και του φταρνίσματος
 - **αποφυγή χειραφιάς και επαφής των χεριών με το στόμα, τη μύτη και τα μάτια**

- 4 Σε περίπτωση **εμφάνισης συμπτωμάτων λοίμωξης** του αναπνευστικού κατά τη διαμονή σας, άμεση αναζήτηση ιατρικής συμβουλής και αναβολή της επιστροφής σας μέχρι να γίνετε καλά

ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΑΣ ΑΠΟ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΜΕ ΚΡΟΥΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΟΝΑΪΟ

ΑΝ ΕΝΤΟΣ **14 ημερών** εκδηλώσετε:

- ▶ **πυρετό $\geq 38^{\circ}\text{C}$** και
- ▶ **συμπτώματα από το αναπνευστικό** (βήχας, δύσπνοια κ.α.)

Απευθυνθείτε άμεσα στον ιατρό σας και ενημερώστε τον για το πρόσφατο ταξίδι σας ή επικοινωνήστε με τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ) (τηλ: **210-5212054**)

* Αρχικά τα κρούσματα εντοπίστηκαν στην πόλη Wuhan

Περισσότερες πληροφορίες και οδηγίες προστασίας σχετικά με το νέο κοροναϊό μπορείτε να βρείτε στο site του Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας.

Προστατέψτε τους γύρω σας



Αποφύγετε την κοντινή επαφή όταν παρουσιάζετε συμπτώματα πυρετού και βήχα

Αποφύγετε την απόπτωση σε δημόσιους χώρους



Αν παρουσιάζετε συμπτώματα βήχα, πυρετού ή δυσκολίας στην αναπνοή, αναζητήστε άμεσα ιατρική βοήθεια και ενημερώστε το ιατρικό προσωπικό για το ιστορικό των μετακινήσεών σας



World Health Organization

ΠΛΕΝΕΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ

Πλένετε τα χέρια σας με σαπούνι και τρεχούμενο νερό όταν τα χέρια σας είναι εμφανώς λερωμένα



Αν τα χέρια σας δεν είναι εμφανώς λερωμένα, να καθαρίζονται συχνά με αλκοολούχο διάλυμα χεριών ή σαπούνι και νερό



World Health
Organization

Προστατέψτε τον εαυτό σας και τους γύρω σας από την ασθένεια

Πλένετε τα χέρια σας



- Μετά από βήχα ή φτάρνισμα
- Κατά τη φροντίδα ασθενών
- Πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την προετοιμασία φαγητού
- Πριν το φαγητό
- Μετά την χρήση τουαλέτας
- Όταν τα χέρια σας είναι εμφανώς λερωμένα
- Μετά από επαφή με ζώα ή απόβλητα ζώων



World Health
Organization

Προστατέψτε τους γύρω σας από την ασθένεια

Όταν βήχετε ή φταρνίζεστε καλύψτε το στόμα και τη μύτη με τον αγκώνα σας ή ένα χαρτομάντηλο



Απορρίψτε το χαρτομάντηλο σε κλειστό κάδο αμέσως μετά τη χρήση

Καθαρίστε τα χέρια σας με αλκοολούχο διάλυμα ή με σαπούνι και νερό αμέσως μετά το βήχα ή το φτάρνισμα ή όταν περιποιείστε ασθενείς



World Health Organization

ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΥΓΙΕΙΣ ΟΤΑΝ ΤΑΞΙΔΕΥΕΤΕ

Καταναλώστε
αποκλειστικά φαγητό
που έχει μαγειρευτεί
καλά



Αποφύγετε την απόπτωση
σε δημόσιους χώρους

Αποφύγετε την επαφή και
την μετακίνηση με άρρωστα
ζώα



World Health
Organization

ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΥΓΙΕΙΣ ΟΤΑΝ ΤΑΞΙΔΕΥΕΤΕ

**Αποφύγετε τα ταξίδια
αν έχετε πυρετό ή βήχα**



**Αν έχετε πυρετό, βήχα ή
δυσκολία στην αναπνοή
αναζητήστε αμέσως ιατρική
βοήθεια και μοιραστείτε το
ιστορικό των μετακινήσεών σας
με τον επαγγελματία υγείας**



World Health
Organization

με τον επαγγελματία υγείας

ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΥΓΙΕΙΣ ΟΤΑΝ ΤΑΞΙΔΕΥΕΤΕ

Αποφύγετε την κοντινή
επαφή με άτομα που
έχουν βήχα ή πυρετό



Καθαρίστε συχνά τα χέρια
σας χρησιμοποιώντας
αλκοολούχο διάλυμα ή με
σαπούνι και νερό

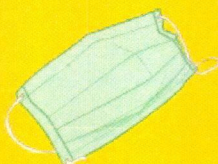
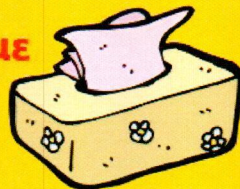
Μην αγγίζετε τα
μάτια, τη μύτη και το
στόμα σας



World Health
Organization

ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΥΓΙΕΙΣ ΟΤΑΝ ΤΑΞΙΔΕΥΕΤΕ

Όταν βήχετε ή φταρνίζεστε,
καλύψτε το στόμα και τη μύτη με
τον αγκώνα ή χαρτομάντηλο -
απορρίψτε αμέσως το
χαρτομάντηλο και πλύνετε τα
χέρια σας



Αν φοράτε μάσκα, βεβαιωθείτε ότι
καλύπτονται το στόμα και η μύτη -
μην αγγίζετε τη μάσκα αφότου την
φορέσετε

Απορρίψτε αμέσως τη μάσκα μετά τη
χρήση και πλύνετε τα χέρια σας



World Health
Organization