



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ COVID-19 ΑΠΟ ΝΕΟ ΣΤΕΛΕΧΟΣ ΚΟΡΩΝΑΪΟΥ SARS-CoV-2

## Οδηγίες για το «Πρόγραμμα Βοήθεια στο Σπίτι» 27 Νοεμβρίου 2020

### ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ "ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ"

Το πρόγραμμα "Βοήθεια στο Σπίτι" απευθύνεται σε άτομα της τρίτης ηλικίας που δεν αυτοεξυπηρετούνται πλήρως, σε άτομα με κινητικές και νοητικές δυσλειτουργίες καθώς και σε άτομα που ζουν μόνα τους ή δεν έχουν την πλήρη φροντίδα της οικογένειάς τους ή που το εισόδημά τους δεν τους επιτρέπει να εξασφαλίσουν τις απαιτούμενες υπηρεσίες για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

### ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- Συμβουλευτική και ψυχολογική στήριξη
- Ιατρικές υπηρεσίες με επισκέψεις στο σπίτι
- Νοσηλευτικές υπηρεσίες
- Φυσικοθεραπεία
- Εξυπηρέτηση πρακτικών αναγκών διαβίωσης (πχ μικροαγορές, πληρωμή λογαριασμών, συνοδεία σε διάφορες υπηρεσίες, καθαριότητα οικιακού περιβάλλοντος, ατομική υγιεινή)

### ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ «ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ» ΣΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΑΝΤΙΝΑΣ

- Ενημέρωση των πολιτών για το πρόγραμμα «ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ» και ανάρτηση των σχετικών πληροφοριών στις ιστοσελίδες των Δήμων.
- Καταγραφή ατόμων που
  - δεν μπορούν ή δεν επιτρέπεται να μετακινηθούν από τις οικίες τους
  - αδυνατούν να εξυπηρετήσουν βασικές ανάγκες κατά δήλωσή τους
  - είναι άπορα και οικονομικά αδύναμα
  - δεν έχουν οικείο περιβάλλον να μπορεί να τα εξυπηρετήσει
- Λειτουργία τηλεφωνικής γραμμής με σκοπό την εξυπηρέτηση των αιτημάτων και των αναγκών πολιτών.
- Αγορά βασικών ειδών πρώτης ανάγκης από σούπερ μάρκετ.
- Διανομή τροφίμων, φαρμάκων, ειδών πρώτης ανάγκης και υγιεινής από τα Κοινωνικά Παντοπωλεία και Φαρμακεία των δήμων.
- Συνταγογράφηση φαρμάκων από τους ιατρούς του ΚΑΠΗ ή εάν υπάρχει οικογενειακός ιατρός ενεργοποίηση της άυλης συνταγογράφησης

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Διεύθυνση Επιδημιολογίας & Πρόληψης Μη Μεταδοτικών Νοσημάτων & Τραυματισμών  
Τμήμα Επιδημιολογίας & Πρόληψης Τραυματισμών & Τμήμα Επιδημιολογίας & Πρόληψης Καρδιαγγειακών Νοσημάτων

- Εκτέλεση συνταγών στο φαρμακείο της γειτονιάς και στα φαρμακεία του ΕΟΠΥΥ εάν πρόκειται για φάρμακα υψηλού κόστους.
- Ψυχολογική στήριξη και συμβουλευτική με τη χρήση τηλεματικών μέσων (τηλέφωνο/ διαδίκτυο).
- Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση των ηλικιωμένων για τη νόσο COVID-19.
- Υποστήριξη στην πρόσβαση σε υγειονομικές υπηρεσίες ή παροχή αυτών των υπηρεσιών στο σπίτι, για τα χρόνια προβλήματα υγείας των ασθενών ανάλογα με τα ισχύοντα έκτακτα μέτρα προστασίας της δημόσιας υγείας από τον κίνδυνο περαιτέρω διασποράς του νέου κορωνοϊού SARS-COV2.

## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ του ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ «ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ»**

### **A. Γενικές αρχές**

- Εκπόνηση επιχειρησιακού σχεδίου διαχείρισης επιβεβαιωμένου ή ύποπτου κρούσματος
- Ορισμός υπευθύνου διαχείρισης επιβεβαιωμένου ή ύποπτου κρούσματος.
- Άμεση ενημέρωση του υπεύθυνου και του ΕΟΔΥ στην περίπτωση ύπαρξης επιβεβαιωμένου κρούσματος στο προσωπικό ή σε ωφελούμενο
- Τήρηση των ισχυόντων οδηγιών για τη στρατηγική λήξης καραντίνας και απομόνωσης στενών επαφών και κρουσμάτων COVID-19
- Εξασφάλιση επάρκειας υγειονομικού υλικού (αλκοολούχο αντισηπτικό, απολυμαντικά, χαρτομάντηλα/χειροπετσέτες)
- Εξασφάλιση μέσων ατομικής προστασίας (μάσκες, γάντια, προστατευτικά γυαλιά, ασπίδες προσώπου, υγροαπωθητικές μπλούζες με μακριά μανίκια)
- Ανάρτηση σε εμφανή σημεία οδηγιών (poster) αναφορικά με
  - ✓ την υγιεινή χεριών, αναπνευστική υγιεινή
  - ✓ τη συμπτωματολογία COVID-19 λοίμωξης
- Τήρηση πρωτοκόλλων καθαρισμού και απολύμανσης χώρων και επιφανειών καθώς και διαχείρισης μολυσματικών αποβλήτων <https://eody.gov.gr/odigiesgia-ton-katharismo-perivallontos-choron-parochis-ypiresion-ygeias-poy-echoyn-ektethei-ston-iosars-cov-2/>.
- Τήρηση των οδηγιών του Υπουργείου Υγείας για τη χρήση κλιματισμού. Η λειτουργία των κλιματιστικών μονάδων θα πρέπει να είναι παράλληλη με τον συνεχή ή τουλάχιστον με τον συστηματικό φυσικό αερισμό του χώρου (ανοιχτά παράθυρα ή/και εξωτερικές θύρες).

### **B. Προσωπικό**

- Υποχρεωτική χρήση απλής ιατρικής μάσκας από όλο το προσωπικό (με κάλυψη μύτης και πηγουνιού) όλη τη διάρκεια της βάρδιας.
- Συνεχής ενημέρωση του προσωπικού αναφορικά με την εξέλιξη της πανδημίας στη χώρα

## **ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

- Συνεχής εκπαίδευση όλου του προσωπικού
  - ✓ στην υγιεινή των χεριών/στην αναπνευστική υγιεινή
  - ✓ στη συμπτωματολογία της λοίμωξης COVID-19 (βήχας- πυρετός - δύσπνοια - αιφνίδια εκδήλωση ανοσμίας, αγευσίας ή δυσγευσίας - επιπρόσθετα λιγότερο ειδικά συμπτώματα περιλαμβάνουν: κεφαλαλγία, ρίγος, μυαλγίες, ζάλη, σύγχυση, καταβολή, έμετο και διάρροια)
  - ✓ στην εφαρμογή και αφαίρεση των μέσων ατομικής προστασίας σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες, μέτρα ή νομοθετικές ρυθμίσεις
- ανάρτηση οδηγιών σε εμφανή σημεία των χώρων διοικητικής υποστήριξης του προγράμματος σχετικά με:
  - ✓ την υγιεινή των χεριών/την αναπνευστική υγιεινή
  - ✓ τη συμπτωματολογία της λοίμωξης COVID-19
- Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με λοίμωξη COVID-19 στους ίδιους ή σε μέλη της οικογένειάς τους, δεν προσέρχονται στην υπηρεσία και ενημερώνουν άμεσα τους υπεύθυνους.
- Καθημερινή αυτοαξιολόγηση της υγείας πριν την προσέλευση στην εργασία σχετικά με την εμφάνιση συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19 λοίμωξη
- Καθημερινή συμπλήρωση ερωτηματολογίου σχετικού
  - ✓ με συμπτώματα συμβατά με τη λοίμωξη COVID -19
  - ✓ με πιθανή επαφή με επιβεβαιωμένο ή ύποπτο κρούσμα
- Τήρηση καθημερινού παρουσιολογίου του προσωπικού και των ωφελουμένων για τη διευκόλυνση της ιχνηλάτησης επαφών στην περίπτωση που αυτό απαιτηθεί (κρούσμα λοίμωξης COVID-19).
- Πρόβλεψη για αντικατάσταση προσωπικού στην περίπτωση υψηλού απουσιασμού

#### **Γ. ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ (επαγγελματίες υγείας και υποστηρικτικό προσωπικό)**

- Υποχρεωτική χρήση ιατρικής μάσκας από όλο το προσωπικό (με κάλυψη μύτης και πηγουνιού) όλη τη διάρκεια της βάρδιας καθώς και χρήση ασπίδων προσώπου ή προστατευτικών γυαλιών όπου απαιτείται (ιδιαίτερα στις περιπτώσεις που ο ωφελούμενος δεν μπορεί να φορέσει μάσκα, όταν υπάρχει άμεση σωματική επαφή ή κίνδυνος εκτίναξης βιολογικών υλικών)
- Συνεχής ενημέρωση του προσωπικού αναφορικά με την εξέλιξη της πανδημίας στη χώρα και τις εκάστοτε ισχύουσες οδηγίες, μέτρα ή νομοθετικές ρυθμίσεις
- Ορισμός επιστημονικά υπεύθυνου για τη διαχείριση του υγειονομικού υλικού, την εφαρμογή των μέτρων ατομικής προστασίας και τη διαχείριση ύποπτου κρούσματος σε εργαζόμενο ή ωφελούμενο

#### **ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

- Συνεχής εκπαίδευση όλου του προσωπικού από τον επιστημονικό υπεύθυνο:
  - ✓ στην υγιεινή των χεριών/στην αναπνευστική υγιεινή
  - ✓ στη συμπτωματολογία της λοίμωξης COVID-19 (βήχας - πυρετός - δύσπνοια - αιφνίδια εκδήλωση ανοσμίας, αγευσίας ή δυσγευσίας - επιπρόσθετα λιγότερο ειδικά συμπτώματα περιλαμβάνουν: κεφαλαλγία, ρίγος, μυαλγίες, ζάλη, σύγχυση, καταβολή, έμετο και διάρροια)
  - ✓ στην εφαρμογή και αφαίρεση των μέσων ατομικής προστασίας σύμφωνα με τις ισχύουσες οδηγίες, μέτρα ή νομοθετικές ρυθμίσεις
  - ✓ αξιολόγηση των υπηρεσιών που παρέχονται ώστε να τηρούνται τα μέτρα ασφάλειας για την προστασία από την λοίμωξη COVID-19 με βάση τις ισχύουσες οδηγίες.
- Καθημερινή αυτοαξιολόγηση της υγείας πριν την προσέλευση στην εργασία σχετικά με την εμφάνιση συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19 λοίμωξη
- **Οι επαγγελματίες υγείας και υποστηρικτικό προσωπικό που μετέχουν στις δράσεις που αφορούν τις κατ'οίκον επισκέψεις θα πρέπει κατά την προσέλευσή τους στο χώρο εργασίας να ελέγχονται για εμφάνιση πυρετού και συμπτωμάτων συμβατών με COVID 19 και να γίνεται καθημερινή συμπλήρωση ερωτηματολογίου σχετικού:**
  - ✓ με συμπτώματα συμβατά με τη λοίμωξη COVID -19
  - ✓ με πιθανή επαφή με επιβεβαιωμένο ή ύποπτο κρούσμα
- Τήρηση καθημερινού παρουσιολογίου προσωπικού και ωφελουμένων για τη διευκόλυνση της ιχνηλάτησης επαφών, στην περίπτωση που αυτό απαιτηθεί (κρούσμα λοίμωξης COVID-19).
- Πρόβλεψη για αντικατάσταση προσωπικού στην περίπτωση υψηλού απουσιασμού.
- Διενέργεια μοριακού ελέγχου με RT-PCR κάθε δύο εβδομάδες ή διενέργεια RapidAg κάθε εβδομάδα στους εργαζόμενους ,αν δεν υπάρχουν κρούσματα στην υπηρεσία.
- Άμεση ενημέρωση των υπευθύνων στην περίπτωση που εμφανίσουν οι ίδιοι ή μέλος της οικογένειας τους συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19. Δεν προσέρχονται στην υπηρεσία.
- Υποχρεωτικός μοριακός έλεγχος με RT-PCR όλου του προσωπικού ανά εβδομάδα στην περίπτωση που υπάρξουν περισσότερα από δύο (2) κρούσματα στην υπηρεσία
- Υποχρεωτικός προληπτικός εργαστηριακός έλεγχος τουλάχιστον σαράντα οκτώ (48) ώρες πριν την επάνοδο στην εργασία όλων των εργαζομένων του προγράμματος «ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ» που επιστρέφουν από άδεια τουλάχιστον πέντε (5) ημερών ή είναι νεοπροσληφθέντες. με RT-PCR.

## ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α.

### ΟΔΗΓΙΕΣ προς τους ωφελούμενους για τα μέτρα που πρέπει να λάβουν στη διάρκεια της καραντίνα λόγω COVID-19

- Ενημέρωση για τα ειδικά μέτρα που λαμβάνονται στην περιοχή σας από αξιόπιστες πηγές πληροφοριών κατά την κρίσιμη αυτή χρονική περίοδο.
- Δημιουργία λίστας επαφών με συγγενείς, φίλους γείτονες και φορείς παροχής κοινωνικών υπηρεσιών (πρόγραμμα « Βοήθεια στο σπίτι») που έχουν τη δυνατότητα να παρέχουν υποστήριξη.
- Επάρκεια σε είδη παντοπωλείου και γενικές προμήθειες.
- Πραγματοποίηση ηλεκτρονικών αγορών. ( Ζητήστε βοήθεια αν δεν είστε εξοικειωμένος).
- Προμήθεια απλών μασκών και αλκοολούχου αντισηπτικού.
- Συμμόρφωση στη χρόνια φαρμακευτική αγωγή και εξασφάλιση σχετικού αποθέματος.
- Διατήρηση όσο το δυνατόν περισσότερο της καθημερινής ρουτίνας και του προγράμματος, όπως ύπνος, γεύματα και δραστηριότητες.
- Πρόβλεψη για ψυχοκοινωνική υποστήριξη στις περιπτώσεις εμφάνισης άγχους, ανησυχίας, φόβου ή θλίψης.
- Αντιγριπικός εμβολιασμός και επικαιροποίηση εμβολιαστικής κάλυψης σύμφωνα με το εθνικό πρόγραμμα εμβολιασμών ενηλίκων (πχ πνευμονιόκοκκος, έρπης ζωστήρ).
- Πρόβλεψη για το τι θα κάνετε εάν εσείς ή ο φροντιστής σας αρρωστήσετε.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β

### ΟΔΗΓΙΕΣ για εκτίμηση ωφελούμενων κατά τη διάρκεια των κατ' οίκον επισκέψεων για τυχόν εμφάνιση συμπτωμάτων συμβατών με COVID-19 λοίμωξη

Κατά τη διάρκεια των κατ' οίκον επισκέψεων για την αντιμετώπιση χρόνιων προβλημάτων υγείας και οικιακής φροντίδας, είναι υποχρεωτική η χρήση μάσκας τόσο από το προσωπικό όσο και τους ωφελούμενους. Πριν την παροχή των υπηρεσιών συστήνεται ο έλεγχος των ωφελούμενων, από το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό για τυχόν συμπτωματολογία συμβατή με λοίμωξη COVID-19 που θα πρέπει να περιλαμβάνει:

- Θερμομέτρηση
- συμπλήρωση ερωτηματολογίου σχετικού με συμπτώματα συμβατά με τη λοίμωξη COVID-19 και καταγραφή επαφών με τυχόν επιβεβαιωμένο ή ύποπτο κρούσμα.
- Έλεγχος για παρουσία συμπτωμάτων συμβατών με COVID -19 λοίμωξη: βήχας - πυρετός - δύσπνοια - αιφνίδια εκδήλωση ανοσμίας, αγευσίας ή δυσγευσίας- επιπρόσθετα λιγότερο

#### ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Διεύθυνση Επιδημιολογίας & Πρόληψης Μη Μεταδοτικών Νοσημάτων & Τραυματισμών  
Τμήμα Επιδημιολογίας & Πρόληψης Τραυματισμών & Τμήμα Επιδημιολογίας & Πρόληψης Καρδιαγγειακών Νοσημάτων

ειδικά συμπτώματα περιλαμβάνουν: κεφαλαλγία, ρίγος, μυαλγίες, ζάλη, σύγχυση, καταβολή, έμετο και διάρροια

### **Αξιολόγηση πυρετού**

Για τα άτομα 65 ετών και άνω αξιολογείται:

- ένα πυρετικό κύμα >37.80 C
  - περισσότερα από ένα πυρετικά κύματα > 37.20 C
  - αύξηση συνηθισμένης θερμοκρασίας σώματος (στα ηλικιωμένα άτομα η φυσιολογική θερμοκρασία σώματος μπορεί να είναι χαμηλότερη από αυτή των νέων ενηλίκων ατόμων)
- Ενημέρωση υπευθύνου για κάθε ανησυχητική αλλαγή στη συμπεριφορά του ωφελούμενου (πχ σύγχυση, βυθιότητα) ή εμφάνιση συμπτωμάτων. Άμεση ιατρική εκτίμηση και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τα ισχύοντα υγειονομικά πρωτόκολλα. Επισημαίνεται ότι στα άτομα της τρίτης ηλικίας η εκδήλωση της COVID-19 λοίμωξης μπορεί να διαφοροποιείται από άτομο σε άτομο και να αφορά τόσο σε ήπια συμπτωματολογία όσο και σε βαριά νόσηση και θάνατο. Τα συμπτώματα συνήθως εκδηλώνονται 2-14 ημέρες μετά την έκθεση. Επίσης, τα ηλικιωμένα άτομα μπορεί να εκδηλώσουν μη τυπική συμπτωματολογία ή τα συμπτώματα να εκδηλωθούν μετά από μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από την επαφή.

**Απαγόρευση προσέλευσης εθελοντών και βοηθητικού ή συμβουλευτικού προσωπικού, εκτός εάν πρόκειται για την αντιμετώπιση επείγουσας κατάστασης ή για υγειονομικούς λόγους.**

**Η τήρηση της φυσικής απόστασης των 2 μέτρων, η εφαρμογή της υγιεινής των χεριών και η χρήση των απαραίτητων μέτρων ατομικής προστασίας είναι πρωταρχικής σημασίας και πρέπει συνεχώς να επισημαίνεται. Τα μέτρα αφορούν στην προστασία της υγείας των ατόμων τόσο κατά τη δραστηριότητά τους στο πρόγραμμα βοήθεια στο σπίτι, όσο και εκτός (πχ μετακινήσεις των εργαζομένων προς και από την υπηρεσία τους).**