



**ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
Δελτίο Τύπου**

**Οδηγίες προφύλαξης και μέτρα ατομικής προστασίας στην κοινότητα  
από λοίμωξη κορωνοϊού COVID-19**

**Μέτρα ατομικής προστασίας στην κοινότητα:**

Για σκοπούς ορθής πληροφόρησης του κοινού, η Μονάδα Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Ελέγχου Λοιμωδών Νοσημάτων και τα μέλη της Συμβουλευτικής Επιστημονικής Επιτροπής του Υπουργείου Υγείας επιθυμούν να τοποθετηθούν επί του θέματος των μέτρων ατομικής προστασίας σε κοινόχρηστους χώρους (π.χ. υπεραγορές, λαϊκές αγορές, φαρμακεία, τράπεζες και άλλοι χώροι εργασίας).

Η επιλογή για εφαρμογή επιπλέον μέτρων ατομικής προστασίας, όπως γαντιών ή μάσκας, είναι απολύτως συμπληρωματική και δεν πρέπει να αντικαθιστά την αναγκαιότητα για εφαρμογή των υπόλοιπων συνιστομένων προστατευτικών μέτρων που έχουν μεγαλύτερη υπόσταση στη μείωση του κινδύνου μετάδοσης του ιού Sars-CoV2. Αυτά τα μέτρα υπενθυμίζεται ότι είναι: η τήρηση απόστασης 2 μέτρων από άλλα άτομα, η αποφυγή συνωστισμού σε κλειστούς χώρους, η τακτική υγιεινή χεριών (είτε με νερό και σαπούνι είτε με αλκοολούχο διάλυμα) και η αποφυγή επαφής των χεριών (με ή χωρίς γάντια) με το πρόσωπο όλες τις ώρες που βρίσκεστε εκτός της οικίας σας.

**Υγιεινή των χεριών:**

Η υγιεινή των χεριών αποτελεί το πιο σημαντικό μέτρο, στον περιορισμό της μετάδοσης του ιού. Συνιστάται η προσεκτική και συνεχής υγιεινή των χεριών είτε με νερό και σαπούνι είτε με αλκοολούχο αντισηπτικό, κυρίως μετά την επαφή με κοινόχρηστες επιφάνειες, κατά την έξοδο σας από τον χώρο που επισκεφθήκατε και πριν την είσοδο σας στους προσωπικούς σας χώρους, όπως για παράδειγμα, το αυτοκίνητό σας ή το σπίτι σας. Παράλληλα, πρέπει όλες τις ώρες να αποφεύγεται η επαφή των χεριών με το πρόσωπο και σε αντίθετη περίπτωση που είναι απαραίτητο, αυτό να γίνεται με καθαρά χέρια.



**ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**

**Γάντια:**

Παρόλο που η χρήση γαντιών συνιστάται από πολλούς χώρους εργασίας, με σκοπό τη παρεμπόδιση της μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2, η υγιεινή των χεριών πριν και μετά τη χρήση των γαντιών είναι επιβεβλημένη. Σε τέτοιες περιπτώσεις, συνιστάται όπως τα γάντια να εφαρμόζονται αμέσως πριν την είσοδο σε κοινόχρηστους χώρους και να απορρίπτονται σε καλάθο απορριμμάτων, αμέσως μετά την έξοδο σας από το δημόσιο χώρο, όπου και θα πρέπει να ακολουθηθεί η υγιεινή των χεριών.

Δεν συνιστάται η χρήση γαντιών σε όλη τη διάρκεια της παραμονής έξω από το σπίτι, καθώς η χρήση τους δημιουργεί ψευδές αίσθημα ασφάλειας και αυξάνεται ο κίνδυνος μη συμμόρφωσης στα υπόλοιπα και πιο σημαντικά μέτρα. Επιπλέον, θα πρέπει να αναφερθεί ότι τα γάντια φθείρονται εύκολα, τόσο κατά τη διάρκεια της χρήσης όσο και από τα αλκοολούχα διαλύματα. Σε περίπτωση φθοράς ή παρατεταμένης χρήσης, θα πρέπει να απορρίπτονται σωστά και να εφαρμόζεται η υγιεινή των χεριών και εάν χρειάζεται, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών.

**Μάσκα:**

Αν και δεν υπάρχουν πρόσφατα και επακριβή επιστημονικά δεδομένα που να υποστηρίζουν τη χρήση μάσκας σε κοινούς χώρους (χώρους μη-υγειονομικής φροντίδας), η χρήση της μάσκας αποσκοπεί στον περιορισμό της μετάδοσης εκκρίσεων του αναπνευστικού από το άτομο που την εφαρμόζει. Συνεπώς, μπορεί δυνητικά να περιορίσει τη μετάδοση του ιού προς τους άλλους από νοσούντα συμπτωματικά ή και ασυμπτωματικά άτομα που φέρουν τη μάσκα. Επίσης μπορεί να προστατεύσει τα άτομα που τη φέρουν από άμεση έκθεση του στόματος και της μύτης τους σε σταγονίδια άλλων ατόμων που βρίσκονται πολύ κοντά τους. Η χρήση της όμως ενέχει τον κίνδυνο δημιουργίας ψευδούς αισθήματος ασφάλειας και τονίζεται ότι ακόμα και όταν εφαρμόζεται, είναι συμπληρωματικό μέτρο. Για τον λόγο αυτό, πάντα τηρούνται τα υπόλοιπα μέτρα, όπως υγιεινή των χεριών, τήρηση αποστάσεων 2 μέτρων και



**ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**

περιορισμός-απομόνωση των θετικών κρουσμάτων και των επαφών τους. Καθώς η μάσκα μπορεί να φθαρεί, θα χρειαστεί να απορρίπτεται σε καλάθους απορριμμάτων μετά από κάποιες ώρες εφαρμογής της, όταν είναι ορατά λερωμένη ή βρεγμένη, ή κατά την έξοδο από τους κλειστούς χώρους στους οποίους χρησιμοποιήθηκε.

Η χρήση αυτοσχέδιων υφασμάτινων μασκών δεν προστατεύει, απεναντίας εκθέτει τον χρήστη σε κίνδυνο. Επίσης, η χρήση μάσκας υψηλής αναπνευστικής προστασίας ή ασπίδας προσώπου (προσωπίδας) στην κοινότητα, δεν έχουν κανένα απολύτως όφελος, καθώς δεν υπάρχουν συνθήκες παραγωγής αερολύματος, όπως γίνεται σε χώρους υγειονομικής φροντίδας. Ως εκ τούτου, σε περίπτωση απόφασης για χρήση μάσκας, συνιστάται η χρήση απλής χειρουργικής μάσκας και να ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή.

Η Μονάδα Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Ελέγχου Λοιμωδών Νοσημάτων και η Συμβουλευτική Επιστημονική Επιτροπή του Υπουργείου Υγείας τονίζει ότι παρακολουθεί στενά τη διεθνή βιβλιογραφία και στις περιπτώσεις αλλαγής των υφιστάμενων δεδομένων ή των οδηγιών και των μέτρων που αφορούν τον ιό SARS-CoV2, παρέχει τις ανάλογες εισηγήσεις/τροποποιήσεις προς τον Υπουργό Υγείας για να παρθούν αποφάσεις και να ενημερωθούν οι πολίτες και διαμένοντες της Κυπριακής Δημοκρατίας, ούτως ώστε να διασφαλιστεί η Δημόσια Υγεία.

Τέλος, τονίζεται ότι η Συμβουλευτική Επιστημονική Επιτροπή προβαίνει σε ανακοινώσεις και εισηγήσεις βάσει εμπειρογνωμοσύνης, επιστημονικών δεδομένων που πιθανόν να εφαρμόζονται και σε άλλες χώρες και μετά από μελέτη ιατρικής βιβλιογραφίας.

---

Υπουργείο Υγείας  
13 Απριλίου 2020