



## **Οδηγίες για επιβεβαιωμένα περιστατικά COVID-19 και τις επαφές τους**

Εάν έχετε θετικό αποτέλεσμα για τη νόσο COVID-19 συστήνεται να:

- Αυτοπεριοριστείτε από άλλα άτομα για τουλάχιστον 5 ημέρες από την διάγνωση ή σύμφωνα με τις οδηγίες του Προσωπικού Ιατρού σας. Αποφύγετε να έρχεστε σε επαφή με άτομα που διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να νοσήσουν σοβαρά (εγκυμονούσες, άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω, άτομα που έχουν εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα).  
Η απομόνωση των κρουσμάτων δεν είναι πλέον υποχρεωτική στην Κυπριακή Δημοκρατία αλλά θεωρείτε σημαντικό μέτρο για την αποτροπή της διασποράς του ιού και αποτελεί ατομική ευθύνη του κάθε πολίτη.
- Ενημερώστε τον Προσωπικό Ιατρό σας για το θετικό αποτέλεσμα και για τα πιθανά συμπτώματα σας ή επιδείνωσης τους για να λάβετε ιατρική εκτίμηση, σχετική θεραπευτική αγωγή και άδεια ασθενείας εάν κριθεί απαραίτητο
- Φοράτε διπλή ιατρική μάσκα προσώπου μιας χρήσης ή μάσκα ψηλής προστασίας (FFP2, N95) εάν πρέπει να είστε κοντά σε άλλα άτομα για τουλάχιστον 10 ημέρες από την διάγνωση

Επιπρόσθετα συστήνεται να ακολουθείτε τα μέτρα πρόληψης της νόσου COVID-19 που περιγράφονται πιο κάτω.

### **Μετάδοση του ιού - Μέτρα πρόληψης της διασποράς**

Ο ιός SARS-CoV-2 μεταδίδεται πολύ εύκολα μέσω στενής επαφής με μολυσμένα άτομα (απόσταση μικρότερη από 2m). Οι περισσότεροι άνθρωποι εκδηλώνουν ήπια συμπτωματολογία ή και καθόλου αλλά σε κάποιες περιπτώσεις τα συμπτώματα μπορεί να είναι έντονα και να είναι απαραίτητη ιατροφαρμακευτική περίθαλψη ή και νοσηλεία.

Ο ιός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο κυρίως μέσω του αναπνευστικού συστήματος με εισπνοή των μολυσμένων σταγονιδίων. Μικρά σταγονίδια που περιέχουν τον ιό απελευθερώνονται μέσω της αναπνοής, ομιλίας, του βήχα ή φτερνίσματος. Επίσης, σε μικρότερο βαθμό ο ιός μπορεί να μεταδοθεί μέσω των επιφανειών που έχουν μολυνθεί πρόσφατα από τα σταγονίδια αυτά.

Η πιθανότητα μετάδοσης είναι μεγαλύτερη τις πρώτες πέντε (5) μέρες της νόσησης αλλά δύναται ο ιός να μπορεί να μεταδοθεί για μεγαλύτερο διάστημα.

Είναι πιο πιθανό ο ιός να μεταδοθεί σε εσωτερικούς χώρους και σε χώρους συγχρωτισμού.

Ο ιός μεταδίδεται ακόμα και εάν δεν έχετε συμπτώματα, είστε πλήρως/πρόσφατα εμβολιασμένοι ή είχατε ξανά νοσήσει με COVID-19 στο παρελθόν.



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ  
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

**Συστήνονται τα πιο κάτω μέτρα πρόληψης για αποτροπή της διασποράς του ιού:**

- Άτομα με ενεργή συμπτωματολογία να απομονώνονται σε δωμάτιο το οποίο δεν χρησιμοποιούν τα υπόλοιπα μέλη του σπιτιού (όπου είναι εφικτό)
- Να επιλέγεται εργασία από το σπίτι/τηλεργασία. Όταν δεν υπάρχει δυνατότητα τηλεργασίας, να γίνεται συνεννόηση με τον εργοδότη σχετικά με τις επιλογές που μπορούν να εφαρμοστούν ώστε να μην υπάρχει επαφή με άλλα άτομα
- Καλός αερισμός του χώρου
- Να περιορίζονται οι μετακινήσεις εκτός οικίας στις απολύτως απαραίτητες
- Να αποφεύγονται οι εσωτερικοί ή πολυσύχναστοι χώροι ή μέρη που δεν έχουν επαρκή αερισμό
- Να πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό ή αντισηπτικό διάλυμα
- Να καλύπτετε με το εσωτερικό μέρος του αγκώνας σας ή με χαρτομάντηλο τη μύτη και το στόμα σε βήχα και φτέρνισμα

Για θετικά περιστατικά που διαβιούν σε οίκους ευγηρίας, κέντρα αποκατάστασης, κέντρα φιλοξενίας μεταναστών και φυλακές, εάν η κλινική τους κατάσταση το επιτρέπει, τότε προτείνεται να παραμένουν αυτοπεριορισμένοι στον χώρο διαμονής τους για περιορισμό της διασποράς σε άλλα ευάλωτα άτομα. Επιτρέπεται η κοινή διαμονή με άλλα θετικά περιστατικά σε προκαθορισμένο χώρο (που έχει καθοριστεί από την κάθε αρμόδια υπηρεσία) σε περίπτωση που τα κρούσματα δεν μπορούν να απομονωθούν σε ατομικό θάλαμο.

Επιπλέον, υπάρχουν ειδικά πρωτόκολλα από αρμόδιες αρχές για:

- Διαμένοντες σε οίκους ευγηρίας και κέντρα αποκατάστασης και άλλες κλειστές δομές
- Κέντρα φιλοξενίας μεταναστών και φυλακές ή κρατητήρια
- Νοσηλευόμενους

**Άδεια / Βεβαίωση ασθενείας / Safe Pass/ Ευρωπαϊκό Ψηφιακό Πιστοποιητικό Ανάρρωσης**

- Η άδεια ασθενείας, στην περίπτωση που απαιτείται, εκδίδεται από τον Προσωπικό Ιατρό του κρούσματος. Σε περίπτωση που το κρούσμα δεν έχει Προσωπικό Ιατρό την άδεια/βεβαίωση θα εκδώσει ο θεράπων ιατρός.
- Η έκδοση του Ευρωπαϊκού Ψηφιακού Πιστοποιητικού Ανάρρωσης, σε περίπτωση που χρειάζεται να εκδοθεί για λόγους ταξιδιού ή άλλη χρήση, γίνεται μέσω της πύλης <https://www.eudcc.gov.cy/> με το πέρας επτά (7) ημερών από την διάγνωση, νοουμένου ότι το θετικό εργαστηριακό αποτέλεσμα έχει καταχωρηθεί ορθώς στο σύστημα καταχώρησης αποτελεσμάτων. Σε περίπτωση αδυναμίας έκδοσης του πιστοποιητικού επικοινωνήστε με το τηλέφωνο 22421600 ή με την ηλεκτρονική σελίδα [eudcc.recovery@moh.gov.cy](mailto:eudcc.recovery@moh.gov.cy)



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ  
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

**Το άτομο που έχει διαγνωστεί με COVID-19 θα πρέπει να εντοπίσει και ενημερώσει σχετικά τις στενές του επαφές**

Οι στενές επαφές ανεξαρτήτου εμβολιαστικής κάλυψης και πρόσφατης νόσησης δεν υποχρεούνται σε αυτοπεριορισμό. Παρόλα αυτά, συστήνεται στις επαφές να διενεργούν εξέταση μετά την ενημέρωσή τους από το κρούσμα και μεταξύ 3ης και 5ης ημέρας από την ημερομηνία τελευταίας επαφής τους με το κρούσμα.

Συστήνεται τα αποτελέσματα των self-test να επιβεβαιώνονται με έλεγχο rapid-test ή PCR σε κλινικό εργαστήριο/φαρμακείο/κινητές μονάδες.

Για επαγγελματίες υγείας που εργάζονται σε νοσηλευτήρια οι οδηγίες επιστροφής στην εργασία ενδέχεται να είναι διαφορετικές ανάλογα με τις οδηγίες που λαμβάνουν από τις επιτροπές λοιμώξεων του νοσηλευτηρίου όπου εργάζονται.

Για στενές επαφές κρουσμάτων που διαμένουν σε οίκους ευγηρίας ή κέντρα αποκατάστασης να εφαρμόζονται τα ειδικά πρωτόκολλα του Υπουργείου Υγείας και Υφυπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας.

Για τυχόν πληροφορίες σχετικά με τη νόσο COVID-19 μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλέφωνο 22421600 ή στο email [contacttracing@moh.gov.cy](mailto:contacttracing@moh.gov.cy) (Δευτέρα-Παρασκευή 08:00-16:00).

---