



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Αναθεωρημένες οδηγίες για επιβεβαιωμένα περιστατικά COVID-19 και τις επαφές τους

Η λοίμωξη αναπνευστικού από τον ιό SARS-CoV-2 (COVID-19) είναι υποχρεωτικώς δηλούμενο νόσημα στην Κυπριακή Δημοκρατία. Όλα τα **θετικά αποτελέσματα με self-test θα πρέπει να επιβεβαιώνονται** από μοριακή εξέταση (PCR) ή εξέταση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου (rapid test) και να καταχωρούνται σε ειδική πλατφόρμα του Υπουργείου Υγείας από το εργαστήριο, φαρμακείο ή κινητή μονάδα του Υπουργείου Υγείας που διενεργεί την εξέταση.

Όλα τα επιβεβαιωμένα κρούσματα λαμβάνουν το αποτέλεσμα της εξέτασης τους με γραπτό μήνυμα (SMS) – στο κινητό που δήλωσαν κατά τη δειγματοληψία τους – το αποτέλεσμα της εξέτασης τους. Σε περίπτωση που το άτομο δεν έχει λάβει SMS με το αποτέλεσμα του εντός της ημέρας δειγματοληψίας, θα πρέπει να επικοινωνήσει με το εργαστήριο / φαρμακείο / κινητή μονάδα στο οποίο διενεργήθηκε η εξέταση, για να επιβεβαιώσει ότι η θετική εξέταση έχει δηλωθεί στο Υπουργείο Υγείας, καθώς και ότι έγινε ορθή καταχώρηση των προσωπικών στοιχείων από το άτομο που διενήργησε το τεστ.

Εάν έχετε θετικό αποτέλεσμα PCR ή Rapid Test για τη νόσο COVID-19, συστήνεται:

- Να ενημερώσετε τον προσωπικό σας ιατρό σχετικά με το θετικό αποτέλεσμα και για τα σχετικά συμπτώματα σας για να λάβετε ιατρική εκτίμηση, σχετική θεραπευτική αγωγή και άδεια ασθενείας εάν κριθεί απαραίτητο
- Να απομονωθείτε από άλλα άτομα για τουλάχιστον 5 ημέρες από την διάγνωση ή σύμφωνα με τις οδηγίες του Προσωπικού σας Ιατρού
- Να 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

Σε περίπτωση ανάπτυξης συμπτωμάτων ή επιδείνωσης των συμπτωμάτων, θα πρέπει να ενημερωθεί σχετικά ο Προσωπικός Ιατρός.

Μετάδοση του COVID-19

Ο ιός SARS-CoV-2 μεταδίδεται πολύ εύκολα μέσω στενής επαφής με θετικά στον ιό άτομα. Οι περισσότεροι άνθρωποι εκδηλώνουν ήπια συμπτωματολογία αλλά σε αρκετές περιπτώσεις τα συμπτώματα μπορεί να είναι έντονα και να είναι απαραίτητη ιατροφαρμακευτική περίθαλψη ή και νοσηλεία.



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Όταν κάποιος με COVID-19 αναπνέει, μιλάει, βήχει ή φτερνίζεται, απελευθερώνει μικρά σταγονίδια που περιέχουν τον ιό. Ο ιός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο κυρίως μέσω του αναπνευστικού συστήματος με εισπνοή των μολυσμένων αυτών σταγονιδίων. Επίσης, ο ιός μπορεί να μεταδοθεί με επαφή με επιφάνειες που έχουν μολυνθεί πρόσφατα από τα σταγονίδια αυτά.

Είναι πιο πιθανό ο ιός να μεταδοθεί σε εσωτερικούς χώρους και σε χώρους συγχρωτισμού. Οι άνθρωποι είναι πιο μολυσματικοί τις πρώτες 5 ημέρες, αλλά μπορεί να παραμείνουν μολυσματικοί για περισσότερο διάστημα.

Ο ιός μεταδίδεται ακόμα και εάν:

- δεν έχετε συμπτώματα
- εάν είστε πλήρως εμβολιασμένοι
- εάν είχατε νοσήσει με COVID-19 στο παρελθόν

Ο αυτοπεριορισμός δεν είναι πλέον υποχρεωτικός στην Κυπριακή Δημοκρατία για τα περιστατικά που διαγνώστηκαν θετικά στον COVID-19 αλλά συστήνονται τα πιο κάτω μέτρα πρόληψης για αποτροπή της μετάδοσης του ιού σε άλλα άτομα.

Μέτρα πρόληψης μετάδοσης του COVID-9

- Ιδανικά, το άτομο με ενεργή συμπτωματολογία απομονώνεται σε ένα δωμάτιο, το οποίο τα υπόλοιπα μέλη του σπιτιού δε θα χρησιμοποιούν
- Εάν είναι εφικτό να επιλέγεται εργασία από 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
- Χρήση μάσκα προσώπου που εφαρμόζει άνετα στο πρόσωπό και έχει περισσότερα από 1 στρώματα (διπλή ιατρική μάσκα μιας χρήσης, μάσκες υψηλής προστασίας FFP2, N95) όταν βρίσκετε το κρούσμα σε κοινόχρηστα δωμάτια
- Κρατήστε τα παράθυρα ανοιχτά στα κοινόχρηστα δωμάτια για να μπει καθαρός αέρας
- Φίλοι, οικογένεια, γείτονες ή διανομείς (delivery) μπορούν να προμηθεύσουν φαγητό και άλλα απαραίτητα αγαθά στα κρούσματα για να περιορίσουν τις μετακινήσεις τους εκτός σπιτιού
- Οι εσωτερικοί ή πολυσύχναστοι χώροι (συμπεριλαμβανομένων των μέσων μαζικής μεταφοράς ή μεγάλων κοινωνικών συγκεντρώσεων) ή μέρη που δεν έχουν επαρκή αερισμό καλό θα ήταν να αποφεύγονται. Εάν πρέπει οπωσδήποτε ένα κρούσμα να βγει από το σπίτι τότε συστήνεται να φοράει μάσκα, να πλένει τα χέρια τους συχνά με σαπούνι και νερό ή



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

αντισηπτικό διάλυμα και να αποφεύγει την επαφή με άλλα άτομα ή κοινόχρηστες επιφάνειες.

- Εάν υπάρχει προγραμματισμένο ταξίδι στο εξωτερικό είναι καλύτερα να αποφύγετε εάν όμως πρέπει να ταξιδέψετε θα πρέπει να ελέγξετε τις συμβουλές δημόσιας υγείας, τις απαιτήσεις εγγράφων και τους περιορισμούς για τον COVID-19 που ισχύουν στη χώρα στην οποία θα πάτε.

Αυστηρή σύσταση που χρήζει προσοχής!

Εάν έχετε διαγνωστεί με COVID-19 αποφύγετέ να έρχεστε σε επαφή με άτομα που διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να νοσήσουν σοβαρά από τον COVID-19. Αυτό περιλαμβάνει εγκυμονούσες, άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω και άτομα που έχουν εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα. Γι' αυτό τον λόγο υπάρχουν ειδικά πρωτόκολλα για νοσηλευτήρια, οίκους ευγηρίας και χώρους συγχρωτισμού για:

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

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. Η διαμονή σε προκαθορισμένο χώρο (που έχει καθοριστεί από την κάθε αρμόδια υπηρεσία) με άλλα θετικά περιστατικά επιτρέπεται σε περίπτωση που δεν μπορούν να απομονωθούν σε ατομικό θάλαμο. Εάν κρίνεται απαραίτητη η μεταφορά κάποιου κρούσματος σε νοσηλευτήριο τότε είναι δυνατόν να γίνει κατόπιν συνεννόησης με την υπηρεσία ασθενοφόρου εάν δεν είναι αυτοεξυπηρετούμενα άτομα διαφορετικά μπορούν να χρησιμοποιούν το ειδικά διαμορφωμένο όχημα του Υπουργείου Υγείας κατόπιν συνεννόησης. Για μεταφορά κρατούμενου σε νοσηλευτήριο θα πρέπει να γίνεται με αστυνομική συνοδεία.

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 η Ομάδα Αποδέσμευσης του Υπουργείου Υγείας, μετά από αίτημα στο covidfollowup@moh.gov.cy ή τηλεφωνικά στο 22605456.
- 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/> νοουμένου ότι το θετικό εργαστηριακό αποτέλεσμα έχει



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

καταχωρηθεί ορθώς στο σύστημα καταχώρησης αποτελεσμάτων. Σε περίπτωση αδυναμίας έκδοσης του πιστοποιητικού επικοινωνήστε με το τηλέφωνο 22605456 ή με την ηλεκτρονική σελίδα eudcc.recovery@moh.gov.cy

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 για όλες τις επαφές να διενεργούν δειγματοληψία με δικά τους έξοδα την ημέρα ενημέρωσης τους και μεταξύ 3ης και 5ης ημέρας από ημερομηνία τελευταίας επαφής τους με το κρούσμα και αποφύγει επαφής με ευάλωτα άτομα κυρίως εάν εμφανίσουν οποιοδήποτε σύμπτωμα. Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων να γίνεται επικοινωνία με τον Προσωπικό τους Ιατρό και να επαναλαμβάνουν την εξέταση.

Για επαγγελματίες υγείας που εργάζονται σε νοσηλευτήρια οι οδηγίες επιστροφής στην εργασία ενδέχεται να είναι διαφορετικές ανάλογα με 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 Υφυπουργείο Κοινωνικής Πρόνοιας.

Για γενικές πληροφορίες για τη νόσο COVID-19 καλέστε στη γραμμή 1474 (Δευτέρα-Κυριακή 08:00-20:00).

Για αναφορά επιδείνωσης συμπτωμάτων ενημερώστε τον Προσωπικό σας Ιατρό ή καλέστε στη γραμμή υπηρεσίας ασθενοφόρων 22887171 (24ωρη λειτουργία).

Για τυχόν απορίες σχετικά με τον αυτοπεριορισμό και μεταφοράτων κρουσμάτων μπορείτε να επικοινωνήσετε στα τηλέφωνα 22421600 ή στο email contacttracing2@moh.gov.cy (Δευτέρα-Κυριακή 08:00-16:00).

Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας
Υπουργείο Υγείας
05/05/2023