



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Αρ. Φακ.: Ι.Υ.21.11.008
Αρ. Τηλ.: 22605744
Αρ. Φαξ.: 22771496

20 Ιανουαρίου 2026

Θέμα: Συστάσεις για τα μέτρα προστασίας από αναπνευστικούς ιούς στις σχολικές μονάδες

Δεδομένης της παρατηρούμενης έξαρσης της εποχικής γρίπης και της αυξημένης κυκλοφορίας αναπνευστικών ιών τόσο στην Κυπριακή Δημοκρατία όσο και παγκόσμια, το Υπουργείο Υγείας εκδίδει τις πιο κάτω συστάσεις με σκοπό την προστασία των μαθητών, του προσωπικού των σχολικών μονάδων και των γονέων / κηδεμόνων.

Μέτρα Προστασίας:

- Αποφυγή ή περιορισμός επαφών όσο είναι δυνατόν, με άτομα που παρουσιάζουν ενεργή συμπτωματολογία, ιδιαίτερα από άτομα που ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες.
- Τακτικό και σχολαστικό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό ή χρήση αλκοολούχου διαλύματος.
- Κάλυψη της μύτης και του στόματος με τον αγκώνα ή χαρτομάντηλο κατά τον βήχα ή το φτέρνισμα. Μετά το φτέρνισμα ή τον βήχα συνίσταται η εφαρμογή υγιεινής των χεριών με σαπούνι και νερό ή χρήση με αλκοολούχο διάλυμα.
- Αποφυγή επαφής των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα.
- Εξασφάλιση επαρκούς και τακτικού αερισμού των κλειστών χώρων και των σχολικών αιθουσών.
- Συχνός καθαρισμός και απολύμανση των επιφανειών και των αντικειμένων που χρησιμοποιούνται συχνά εντός της τάξης.
- Χρήση προστατευτικής μάσκας από άτομα που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες, ιδιαίτερα σε συνθήκες συγχρωτισμού όπου δεν είναι εφικτή η τήρηση αποστάσεων καθώς και σε κλειστούς χώρους όπου είναι πιθανόν να βρίσκονται άτομα με ενεργή συμπτωματολογία.

Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων αναπνευστικής λοίμωξης, όπως πυρετός, βήχας, αναπνευστική δυσχέρεια, ρινική καταρροή, πονόλαιμος, κεφαλαλγία, μυαλγίες ή αρθραλγίες, καταβολή ή αδυναμία, ρίγος, εμετοί ή διάρροιες, συστήνονται **επιπλέον τα ακόλουθα μέτρα:**

- Αυτοπεριορισμός και παραμονή στο σπίτι για τουλάχιστον 24 ώρες μετά την υποχώρηση των συμπτωμάτων, καθώς και χρήση μάσκας κατά την επαφή με άλλα άτομα.
- Διενέργεια διαγνωστικής εξέτασης (τεστ ταχείας ανίχνευσης – Rapid Test ή και PCR όπου ενδείκνύται).

- Άμεση επικοινωνία με τον προσωπικό ιατρό ή παιδίατρο για αξιολόγηση και λήψη κατάλληλων οδηγιών.

Η τήρηση των παραπάνω μέτρων συμβάλλει ουσιαστικά στη μείωση της διασποράς της γρίπης και άλλων αναπνευστικών λοιμώξεων, προστατεύοντας τόσο το άτομο όσο και το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

Μονάδα Επιδημιολογικής Επιτήρησης
και Ελέγχου Λοιμωδών Νοσημάτων
Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας

Ιανουάριος 2026