



**ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**

**ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΟΧΙΚΗΣ ΓΡΙΠΗΣ
ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΧΩΡΟΥΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**

Οκτώβριος 2019

1. Εισαγωγή

Κάθε χρόνο η γρίπη ευθύνεται για ένα σημαντικό ποσοστό νοσηρότητας και θνητότητας στον πληθυσμό ενώ ταυτόχρονα θέτει σε δοκιμασία τις δομές υγείας της χώρας.

Κατά την περίοδο γρίπης 2018-19 καταγράφηκαν 374 σοβαρά κρούσματα εργαστηριακά επιβεβαιωμένης γρίπης τα οποία νοσηλεύθηκαν σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας και 154 θάνατοι. Ενώ η πλειονότητα των ασθενών αυτών και των ατόμων που τελικά κατέληξαν με γρίπη, ανήκε σε ομάδες υψηλού κινδύνου για τις οποίες συστήνεται ο εμβολιασμός έναντι της γρίπης, η συντριπτική πλειοψηφία δεν είχε εμβολιαστεί. Το στέλεχος της γρίπης που επικράτησε κατά την περίοδο 2018-2019 ήταν ο υπότυπος γρίπης A(H1N1)pdm09, με παράλληλη κυκλοφορία σε μικρότερο βαθμό και του υπότυπου A(H3N2).

Τα σημαντικότερα μέτρα για την πρόληψη μετάδοσης της εποχικής γρίπης σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας λαμβάνοντας υπόψη τα επιστημονικά δεδομένα και τις οδηγίες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) και άλλων διεθνών οργανισμών είναι τα παρακάτω:

- **Εμβολιασμός των επαγγελματιών υγείας κατά της εποχικής γρίπης**
- Εφαρμογή κανόνων αναπνευστικής υγιεινής
- Ορθή διαχείριση προσωπικού υπηρεσιών υγείας με πιθανή έκθεση στον ιό της εποχικής γρίπης ή /και εκδήλωση συμπτωμάτων συμβατών με γρίπη
- Πιστή εφαρμογή των μέτρων ελέγχου λοιμώξεων (βασικών προφυλάξεων, προφυλάξεων σταγονιδίων) στη φροντίδα του ασθενή με ενίσχυση των μέτρων στις περιπτώσεις χειρισμών με πιθανή πρόκληση αερολύματος
- Πιστή εφαρμογή των οδηγιών διαχείρισης μεμονωμένου κρούσματος ή συρροής κρουσμάτων νοσοκομειακής γρίπης
- Πιστή εφαρμογή των οδηγιών για τον καθαρισμό/ απολύμανση του άψυχου περιβάλλοντος

2. Εμβολιασμός του προσωπικού υπηρεσιών υγείας κατά της εποχικής γρίπης

Το Υπουργείο Υγείας συστήνει τον **ετήσιο αντιγριπικό εμβολιασμό όλου του προσωπικού υπηρεσιών υγείας** (όχι μόνο το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό αλλά και άτομα άλλων υπηρεσιών, π.χ. διοικητικοί υπάλληλοι, προσωπικό καθαριότητας και ασφάλειας, που πιθανόν να έρθουν σε επαφή με ασθενείς). Ο εμβολιασμός κατά της γρίπης συστήνεται να γίνεται τον Οκτώβριο – Νοέμβριο κάθε έτους, σε περίπτωση όμως που δεν γίνει στο διάστημα αυτό, μπορεί να γίνεται καθ' όλο το διάστημα που υπάρχουν κρούσματα γρίπης στην κοινότητα. **Ο αντιγριπικός εμβολιασμός στοχεύει στην προστασία των εργαζομένων και των ασθενών, αλλά και των υπηρεσιών υγείας από τον απουσιασμό του προσωπικού λόγω γρίπης.**

3. Μέτρα πρόληψης μετάδοσης της εποχικής γρίπης στο χώρο του νοσοκομείου

A. Στην υποδοχή του νοσοκομείου και σε εμφανή σημεία συνιστάται να υπάρχει ενημερωτικό υλικό με βασικές οδηγίες πρόληψης της μετάδοσης και αναπνευστικής υγιεινής για τους προσερχόμενους ασθενείς. Στο χώρο αναμονής πρέπει να υπάρχει επαρκής ποσότητα χαρτομάντηλων και ποδοκίνητοι κάδοι απορριμμάτων για την απόρριψή τους. Ανάλογα με τη διαθεσιμότητα του χώρου υποδοχής συνιστάται να υπάρχει ειδικός χώρος αναμονής ασθενών με συμπτώματα από το αναπνευστικό, ιδιαίτερα βήχα και φτάρνισμα, ή τουλάχιστον η δυνατότητα να κάθονται σε απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου και κατά προτίμηση 2 μέτρων όπου αυτό είναι εφικτό, από άλλα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αναμονής.

B. Διαλογή προσερχόμενων ασθενών στο νοσοκομείο για γρίπη (με οποιοδήποτε μέσο εκτός ΕΚΑΒ)

- Κατά τη διάρκεια της εποχικής έξαρσης της γρίπης (Οκτώβριος - Απρίλιος), και ιδιαίτερα από το Δεκέμβριο και μετά, θα πρέπει να διασφαλίζεται η σωστή διαλογή των ασθενών, πριν την είσοδό τους στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών (ΤΕΠ) και στα Τακτικά Εξωτερικά Ιατρεία. Στην εξωτερική είσοδο κάθε νοσοκομείου συνιστάται να υπάρχει οικίσκος (BOX) λαμβάνοντας υπόψη τη χωροταξική δομή του νοσοκομείου.
- Σε όλους τους ασθενείς που προσέρχονται στο νοσοκομείο ή άλλο χώρο παροχής υπηρεσιών υγείας με πυρετό και συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα (βήχας, αναπνευστική δυσχέρεια, κ.α.) πρέπει να χορηγείται απλή χειρουργική μάσκα.
- Σε ασθενείς με βήχα θα πρέπει να συστήνεται η αποφυγή της εκτίναξης σταγονιδίων καλύπτοντας το στόμα και τη μύτη με χαρτομάντηλο σε περίπτωση βήχα ή φταρνίσματος, τα οποία στη συνέχεια να απορρίπτονται στον κοντινότερο κάδο απορριμμάτων. Μετά το πέρας του βήχα, οι ασθενείς πρέπει να φορούν τη μάσκα.
- Να συστήνεται συχνή υγιεινή των χεριών (είτε με επάλειψη με αλκοολούχο διάλυμα είτε με πλύσιμο με νερό και σαπούνι) ιδιαίτερα μετά από βήχα ή φτάρνισμα, ή επαφή με αντικείμενα μολυσμένα με αναπνευστικές εκκρίσεις.
- Ο ασθενής θα πρέπει να μεταφερθεί χωρίς περιττές μετακινήσεις στον ειδικά καθορισμένο χώρο αναμονής και εξέτασης. Αν δεν υπάρχει ειδικός χώρος, συνιστάται να κάθεται σε απόσταση τουλάχιστον 1 μέτρου κατά προτίμηση 2 μέτρων όπου αυτό είναι εφικτό, από άλλους ασθενείς που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αναμονής.
- Ο μεταφορέας που θα οδηγήσει τον ασθενή στον ειδικά καθορισμένο χώρο θα πρέπει να φορά μάσκα την οποία και θα αφαιρέσει μόλις απομακρυνθεί από τον ασθενή.

- Πριν την είσοδο στο χώρο εξέτασης ο επαγγελματίας υγείας πρέπει να φροντίζει για την ορθή εφαρμογή των μέτρων των βασικών προφυλάξεων και των προφυλάξεων σταγονιδίων.
- Το προσωπικό που εισήλθε στο χώρο εξέτασης του ασθενή δεν πρέπει να πιάνει τα μάτια, τη μύτη και το στόμα του πριν εξέλθει από αυτόν, απορρίπτει τη μάσκα και όποιο άλλο μέρος από τον απαιτούμενο εξοπλισμό προστασίας έχει χρησιμοποιήσει και πλύνει τα χέρια του.
- Κατά τη διάρκεια της εξέτασης του ασθενή ο ιατρικός εξοπλισμός (π.χ. στηθοσκόπια, περιχειρίδες, θερμομέτρα) πρέπει να χρησιμοποιείται **αποκλειστικά** για το συγκεκριμένο ασθενή.

Στο χώρο εξέτασης των ασθενών πρέπει να υπάρχουν: εξεταστικό κρεβάτι, ένας ποδοκίνητος κάδος δίπλα στο εξεταστικό κρεβάτι για την απόρριψη των χαρτομάντηλων του ασθενή, ένα τροχήλατο με τον απαραίτητο εξοπλισμό για την εξέταση του ασθενή (χειρουργικές μάσκες, γάντια μιας χρήσης, αλκοολούχο διάλυμα, γλωσσοπίεστρα, θερμομέτρα, πιεσόμετρα, περιχειρίδες και στηθοσκόπια) και ένας ποδοκίνητος κάδος για την απόρριψη του εξοπλισμού προστασίας δίπλα στην πόρτα εξόδου. Ο χώρος αυτός συνιστάται να διαθέτει νιπτήρα με τρεχούμενο νερό για πλύσιμο χεριών με σαπούνι και αλκοολούχο αντισηπτικό. Η εξέταση του ασθενούς πρέπει να γίνεται με συνθήκες που εξασφαλίζουν την προφύλαξη των υπόλοιπων ασθενών στο χώρο αναμονής και εξέτασης.

Γ. Εφαρμογή περιοριστικών μέτρων για τους επισκέπτες που παρουσιάζουν συμπτώματα γρίπης

Εάν δεν υπάρχει ή εάν παρατηρείται μόνο σποραδική δραστηριότητα της γρίπης στην κοινότητα:

Πρέπει να αποθαρρύνονται οι επισκέψεις των ασθενών από άτομα με συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα. Η τοποθέτηση σε εμφανή σημεία σχετικών αφισών ή ενημερωτικών επισημάνσεων θα συμβάλει στη συμμόρφωση των επισκεπτών και θα περιορίσει τον κίνδυνο μετάδοσης της λοίμωξης στους ασθενείς.

Εάν παρατηρείται έντονη δραστηριότητα της γρίπης στην κοινότητα:

Ενημέρωση των επισκεπτών (με αφίσες ή αναρτημένες ενημερωτικές επισημάνσεις) ότι **δεν επιτρέπονται οι επισκέψεις στους ασθενείς που βρίσκονται στο χώρο παροχής υπηρεσιών υγείας από ενήλικες και παιδιά με συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος για 7 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων τους για τους ενήλικες και για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα για τα παιδιά.**

4. Αντιμετώπιση προσωπικού με πιθανή έκθεση σε ιό της εποχικής γρίπης

Το προσωπικό υπηρεσιών υγείας που πιθανόν να ήρθε σε επαφή με τον ιό της εποχικής γρίπης χωρίς να έχει λάβει τα απαραίτητα μέτρα προφύλαξης, πρέπει να είναι σε εγρήγορση για την πιθανότητα εμφάνισης πυρετού και συμπτωμάτων από το αναπνευστικό σύστημα για πέντε ημέρες μετά την τελευταία πιθανή έκθεση στον ιό.

Στις περιπτώσεις που κάποιος επαγγελματίας υγείας παρουσιάσει συμπτώματα συμβατά με γρίπη συστήνεται η απομάκρυνσή του από δραστηριότητες που τον φέρνουν σε στενή επαφή με τους ασθενείς για τουλάχιστον 24 ώρες μετά την υποχώρηση του πυρετού (χωρίς χρήση αντιπυρετικών παραγόντων). Τονίζεται ότι μετά την επιστροφή στην εργασία, ο επαγγελματίας

υγείας θα πρέπει να εφαρμόζει τα μέτρα αναπνευστικής υγιεινής και υγιεινής των χεριών και να φορεί απλή χειρουργική μάσκα κατά τη διάρκεια της φροντίδας ασθενών, στην περίπτωση που εξακολουθεί να παρουσιάζει συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα όπως βήχα και φτάρνισμα.

Για εργαζόμενους σε τμήματα όπου νοσηλεύονται ασθενείς υψηλού κινδύνου (π.χ. μονάδες εντατικής θεραπείας, ογκολογικά τμήματα, μονάδες μεταμόσχευσης οργάνων κτλ), η προτεινόμενη χρονική διάρκεια της απομάκρυνσης από τη φροντίδα των ασθενών είναι 7 ημέρες από την εμφάνιση των συμπτωμάτων ή έως την πλήρη αποδρομή τους (ότι από τα δύο διαρκεί περισσότερο). Οι ασθενείς των συγκεκριμένων τμημάτων παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο για εμφάνιση επιπλοκών και σοβαρή νόσηση από τον ιό της γρίπης. Επιπλέον, αποβάλλουν τον ιό με τις εκκρίσεις τους για παρατεταμένο χρονικό διάστημα παρά τη χορήγηση αντι-ικής θεραπείας με αποτέλεσμα την αύξηση της πιθανότητας ανάπτυξης και διασποράς ανθεκτικών στα αντι-ικά φάρμακα στελεχών.

Για την προστασία των επαγγελματιών υγείας που ανήκουν σε κάποια από τις ομάδες υψηλού κινδύνου για σοβαρή νόσηση και επιπλοκές από τη γρίπη, εκτός από τον επιβεβλημένο αντιγριπτικό εμβολιασμό, συστήνεται και η έγκαιρη έναρξη χορήγησης αντι-ικής αγωγής, σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με γρίπη, με στόχο τη μείωση της πιθανότητας ανάγκης νοσηλείας και τη βελτίωση της έκβασης της λοίμωξης.

5. Διαχείριση ασθενών με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη

Οι ασθενείς με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη συστήνεται να νοσηλεύονται σε μονόκλινο θάλαμο με καλό αερισμό. Σε περίπτωση μεγάλου αριθμού νοσηλευόμενων αρρώστων με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη, μπορεί να γίνει συν-νοσηλεία των ασθενών αυτών σε κοινό θάλαμο του νοσοκομείου (cohorting), που θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά για ασθενείς με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη. Σε περίπτωση που απαιτηθεί συν-νοσηλεία ασθενών με ενδεχόμενη γρίπη, το κάθε κρεβάτι πρέπει να απέχει από το άλλο τουλάχιστον 1 μέτρο και όπου είναι εφικτό 2 μέτρα και κατά προτίμηση να υπάρχει διαχωριστική κουρτίνα μεταξύ των κρεβατιών. Το προσωπικό που θα ασχολείται με τη φροντίδα των αρρώστων αυτών πρέπει να έχει εμβολιαστεί με το αντιγριπτικό εμβόλιο και, εάν είναι δυνατό, να μην ασχολείται με τη νοσηλεία άλλων ασθενών που δεν πάσχουν από γρίπη.

Σχολαστική εφαρμογή προφυλάξεων σταγονιδίων και επαφής πέραν των βασικών προφυλάξεων για ασθενείς με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη ή με συμπτώματα από το αναπνευστικό, ιδιαίτερα όταν συνυπάρχει πυρετός και κατά την περίοδο έντονης δραστηριότητας της γρίπης στην κοινότητα.

Οι μετακινήσεις του ασθενή πρέπει να αποφεύγονται. Σε περίπτωση ανάγκης μετακίνησης του ασθενή, πρέπει να φορά απλή χειρουργική μάσκα.

Οι επισκέψεις στον ασθενή πρέπει να αποφεύγονται και να περιορίζονται στις απολύτως απαραίτητες για τη φροντίδα του. Σε περίπτωση ανάγκης επίσκεψης στο θάλαμο νοσηλείας του ασθενή, ο επισκέπτης πρέπει είναι ενήμερος για τα προστατευτικά μέτρα, να φορά χειρουργική μάσκα, να εφαρμόζει την υγιεινή των χεριών και η επίσκεψη να περιορισθεί στον ελάχιστο δυνατό χρόνο. Οι επισκέπτες θα πρέπει να ελαχιστοποιήσουν τις μετακινήσεις τους εντός του χώρου του νοσοκομείου και να μην παραβρίσκονται στο θάλαμο του ασθενή κατά τη διάρκεια χειρισμών με κίνδυνο πρόκλησης αερολύματος.

Οι χειρισμοί που προκαλούν αυξημένη πρόκληση και διασπορά σταγονιδίων και αερολύματος πρέπει να γίνονται με ιδιαίτερη προσοχή, με αυξημένα τα προστατευτικά μέτρα και σε μονόκλινο θάλαμο με κλειστή πόρτα.

Βασικές προφυλάξεις

Κατά τη διάρκεια της φροντίδας κάθε ασθενή, οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να εφαρμόζουν τους κανόνες των βασικών προφυλάξεων. Ειδικότερα, για ασθενείς που εμφανίζουν συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα τα μέτρα πρέπει να περιλαμβάνουν:

- Τη χρήση γαντιών μιας χρήσης εάν είναι πιθανή από την επαφή με τον ασθενή, η έκθεση των χεριών του προσωπικού στις αναπνευστικές εκκρίσεις του ασθενούς ή η άμεση επαφή με επιφάνειες που έχουν μολυνθεί από τις αναπνευστικές εκκρίσεις.
- Τη χρήση προστατευτικής μπλούζας εάν είναι πιθανή η επαφή του ρουχισμού του επαγγελματία υγείας με τις αναπνευστικές εκκρίσεις του ασθενούς.
- Αλλαγή των γαντιών και της προστατευτικής μπλούζας μετά από την επαφή με κάθε ασθενή και εφαρμογή υγιεινής των χεριών. Απαιτείται **ιδιαίτερη προσοχή στην υγιεινή των χεριών** πριν και μετά από όλες τις επαφές με τον ασθενή ή την επαφή με αντικείμενα που πιθανώς έχουν μολυνθεί με εκκρίσεις του ασθενή, καθώς και πριν την εφαρμογή και μετά την αφαίρεση του εξοπλισμού ατομικής προστασίας. Αν δεν υπάρχει δυνατότητα πλυσίματος των χεριών με σαπούνι και νερό, ο επαγγελματίας υγείας θα πρέπει να εφαρμόζει αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα. Σε περίπτωση που τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα πρέπει να πλένονται με σαπούνι και νερό και όχι με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
- **Η χρήση γαντιών σε καμία περίπτωση δεν υποκαθιστά την υγιεινή των χεριών.** Τα γάντια εφαρμόζονται σε κάθε πιθανή επαφή με μολυσματικό υλικό και αφαιρούνται μετά την επαφή. Μετά την αφαίρεση των γαντιών ακολουθεί υγιεινή των χεριών. Τα γάντια είναι μιας χρήσης και σε καμία περίπτωση δεν πλένονται για να ξαναχρησιμοποιηθούν.

Προφυλάξεις σταγονιδίων

Σε συνδυασμό με τις βασικές προφυλάξεις είναι απαραίτητη και η εφαρμογή των μέτρων για τις προφυλάξεις σταγονιδίων κατά τη διάρκεια της φροντίδας ασθενών με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη για 7 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων ή για 24 ώρες από την υποχώρηση του πυρετού και των συμπτωμάτων του αναπνευστικού συστήματος (ότι από τα δύο διαρκεί περισσότερο). Σημειώνεται ότι για κάποιες κατηγορίες ασθενών, όπως τα παιδιά και οι ανοσοκατεσταλμένοι, που χαρακτηρίζονται από παρατεταμένη αποβολή και διασπορά του ιού, μπορεί να απαιτηθεί η εφαρμογή των προφυλάξεων σταγονιδίων για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

- Στη νοσηλεία του ασθενή με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη πρέπει να εξασφαλίζονται οι συνθήκες μόνωσης (μονόκλινο θάλαμος ή συν-νοσηλεία) όπως προαναφέρονται.
- Είναι απαραίτητη η χρήση απλής χειρουργικής μάσκας αμέσως πριν από την είσοδο στους χώρους εξέτασης ή στα δωμάτια των ασθενών. Η μάσκα αφαιρείται αμέσως πριν από την έξοδο από το δωμάτιο του ασθενούς και απορρίπτεται σε κάδο απορριμμάτων.
- Στις περιπτώσεις που κρίνεται αναγκαία η μετακίνηση του ασθενή πρέπει να του χορηγείται και να εφαρμόζεται απλή χειρουργική μάσκα και να ενημερώνεται σχετικά το τμήμα υποδοχής (π.χ ακτινολογικό εργαστήριο).

Μέτρα σε περίπτωση χειρισμών με πιθανή πρόκληση αερολύματος

Σε ιδανικές συνθήκες απαιτείται συνδυασμός μέτρων προκειμένου να περιοριστεί η διασπορά του ιού της γρίπης και η έκθεση επαγγελματιών υγείας, ασθενών και επισκεπτών κατά τη διενέργεια τέτοιων χειρισμών. Σε κάθε περίπτωση συνυπολογίζονται οι δυνατότητες και η διαθέσιμη υλικοτεχνική υποδομή, ιδιαίτερα σε επείγουσες καταστάσεις.

Στους χειρισμούς αυτούς περιλαμβάνεται η χρήση νεφελοποιητών, η φυσικοθεραπεία αναπνευστικού, η βρογχοσκόπηση ή η γαστροσκόπηση, η πρόκληση πτυέλων για διαγνωστικούς λόγους, η αναρρόφηση των εκκρίσεων του αναπνευστικού και η ενδοτραχειακή διασωλήνωση. (Σημειώνεται ότι η λήψη φαρυγγικού/ρινικού επιχρίσματος δεν αποτελεί χειρισμό που προκαλεί αερόλυμα).

Οι προφυλάξεις για τους χειρισμούς με κίνδυνο πρόκλησης αερολύματος περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

- Περιορισμός αυτών των διαδικασιών σε ασθενείς με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη μόνο στις απολύτως αναγκαίες που δεν είναι δυνατή η αναβολή τους.
- Περιορισμός του αριθμού των επαγγελματιών υγείας που θα παρίστανται στις διαδικασίες αυτές στο μικρότερο δυνατό και διασφάλιση του αντιγριπτικού εμβολιασμού τους.
- Οι χειρισμοί κατά τους οποίους υπάρχει κίνδυνος πρόκλησης αερολύματος θα πρέπει να πραγματοποιούνται σε μονόκλινο θάλαμο με πόρτα κλειστή και με περιορισμό στην είσοδο και έξοδο προσωπικού από το θάλαμο κατά τη διάρκεια ή αμέσως μετά το χειρισμό. Εναλλακτικά, μπορεί να χρησιμοποιηθεί θάλαμος αρνητικής πίεσης εφόσον είναι διαθέσιμος και οι συνθήκες επιτρέπουν τη χρήση του (π.χ μη επείγουσα διαδικασία).
- Οι επαγγελματίες υγείας εφαρμόζουν τις βασικές προφυλάξεις με εφαρμογή γαντιών, προστατευτικής μπλούζας και οφθαλμικής προστασίας με ασπίδα προσώπου ή γυαλιά. Για την αναπνευστική προστασία συστήνεται μάσκα υψηλής αναπνευστικής προστασίας (FFP3).
- Επαγγελματίες υγείας χωρίς τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας δε θα πρέπει να εισέρχονται στο θάλαμο όπου διενεργείται χειρισμός με πιθανή πρόκληση αερολύματος.
- Εφαρμογή σχολαστικής καθαριότητας χώρου και επιφανειών μετά το πέρας της διαδικασίας.

6. Διαχείριση συρροής κρουσμάτων νοσοκομειακής γρίπης

Κατά τη διάρκεια επιδημίας γρίπης στην κοινότητα, η αιφνίδια αύξηση εισαγωγής κρουσμάτων γρίπης στο νοσοκομείο σε συνδυασμό με την αυξημένη μεταδοτικότητα του ιού και το μικρό χρόνο επώασης της λοίμωξης, ευνοούν τη νοσοκομειακή μετάδοση της νόσου και την εμφάνιση συρροών κρουσμάτων και επιδημιών στο χώρο του νοσοκομείου. Οι εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας αποτελούν κύρια πηγή νοσοκομειακής μετάδοσης της γρίπης, σε περιπτώσεις ανεπαρκούς τήρησης των κανόνων προφύλαξης και συχνά συνεχίζουν να εργάζονται ενώ έχουν προσβληθεί από τον ιό.

Ως συρροή κρουσμάτων νοσοκομειακής γρίπης ορίζεται η εμφάνιση τουλάχιστον δύο κρουσμάτων γρίπης μέσα σε διάστημα 72 ωρών, εκ των οποίων τουλάχιστον ένα είναι εργαστηριακά επιβεβαιωμένο, σε εργαζόμενους του νοσοκομείου, ασθενείς και/ή επισκέπτες, σε μία συγκεκριμένη νοσηλευτική μονάδα (π.χ. κλινική, τμήμα, Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας).

Για την αντιμετώπιση συρροής κρουσμάτων νοσοκομειακής γρίπης συνιστάται:

- Φροντίδα των ασθενών από προσωπικό που έχει εμβολιαστεί με το αντιγριπικό εμβόλιο. Στην περιθαλψη των ασθενών με πιθανή ή επιβεβαιωμένη γρίπη πρέπει να εμπλέκεται ο μικρότερος δυνατός αριθμός εργαζομένων συνολικά και ανά ειδικότητα. Συνιστάται το προσωπικό αυτό να μην ασχολείται με τη φροντίδα ασθενών που δεν πάσχουν από γρίπη.
- Αποφυγή άσκοπων μετακινήσεων του προσωπικού που ασχολείται με τα κρούσματα γρίπης στο χώρο του νοσοκομείου.
- Συν-νοσηλεία (cohorting) ασθενών με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη σε κοινό θάλαμο. Ο θάλαμος αυτός πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για ασθενείς με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη γρίπη. Σε περίπτωση που απαιτηθεί συν-νοσηλεία ασθενών με ενδεχόμενη γρίπη, το κάθε κρεβάτι πρέπει να απέχει από το άλλο τουλάχιστον 1 μέτρο ή κατά προτίμηση 2 μέτρα όπου αυτό είναι εφικτό, και κατά προτίμηση να υπάρχει διαχωριστική κουρτίνα μεταξύ των κρεβατιών.
- Σχολαστική εφαρμογή προφυλάξεων σταγονιδίων και επαφής πέραν των βασικών προφυλάξεων για ασθενείς με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη.
- Αποφυγή μη επειγουσών ή προγραμματισμένων εισαγωγών στην κλινική ή το τμήμα όπου εμφανίστηκε η συρροή κρουσμάτων.
- **Προφυλακτική χρήση αντι-ιικών φαρμάκων:** Προφυλακτική χορήγηση αντι-ιικών συνιστάται σε άτομα με παράγοντες κινδύνου για σοβαρή νόσο και εμφάνιση επιπλοκών και σε εργαζόμενους που φέτος δεν εμβολιάστηκαν κατά της γρίπης συμπεριλαμβανομένων όσων εμβολιάστηκαν τις δύο προηγούμενες εβδομάδες. Η χορήγηση χημειοπροφύλαξης σε επαγγελματίες υγείας, ανεξάρτητα από το εάν έχει προηγηθεί εμβολιασμός ή όχι, μπορεί να αποφασισθεί και στις περιπτώσεις που η συρροή κρουσμάτων γρίπης οφείλεται σε στέλεχος που δεν περιλαμβάνεται στα στελέχη του εμβολίου. Σε κλειστούς πληθυσμούς, όπως τα ιδρύματα χρονίως πασχόντων, η προτεινόμενη διάρκεια χορήγησης της χημειοπροφύλαξης είναι τουλάχιστον δύο εβδομάδες και συνεχίζεται για τουλάχιστον 7 ημέρες μετά την εμφάνιση του τελευταίου γνωστού κρούσματος γρίπης. Σημειώνεται ότι η προφυλακτική αντι-ιική αγωγή χορηγείται σε άτομα που δεν εμφανίζουν συμπτώματα συμβατά με γρίπη αλλά έχουν εκτεθεί στον ιό και δεν αποτελεί υποκατάστατο του αντιγριπικού εμβολιασμού.
- **Η προφυλακτική χρήση αντι-ιικών φαρμάκων πρέπει να είναι περιορισμένη.** Η απόφαση για τη χορήγηση αντι-ιικών ως χημειοπροφύλαξη για τη γρίπη λαμβάνεται σύμφωνα με την κρίση του θεράποντος ιατρού ή/και σε συνεργασία με την Επιτροπή Νοσοκομειακών Λοιμώξεων, συνεκτιμώντας τους παράγοντες κινδύνου για εμφάνιση σοβαρής νόσου ή επιπλοκών, καθώς και τη διάρκεια και τον τύπο της έκθεσης στον ιό. Έμφαση πρέπει να δοθεί στη στενή παρακολούθηση και στην εναλλακτική της έγκαιρης έναρξης αγωγής με αντι-ιικά φάρμακα σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων γρίπης, τόσο για άτομα με παράγοντες κινδύνου για σοβαρή νόσο, όσο και για εργαζόμενους σε Χώρους Παροχής Υπηρεσιών Υγείας που φέτος δεν εμβολιάστηκαν κατά της γρίπης συμπεριλαμβανομένων και όσων εμβολιάστηκαν τις δύο προηγούμενες εβδομάδες και έχουν εκτεθεί στον ιό. Παρά το γεγονός ότι οι αναφορές σχετικά με την ανάπτυξη αντοχής στους αναστολείς της νευραμινιδάσης είναι σποραδικές, το European Influenza Surveillance Network Scheme (EISN) σε συνεργασία με εθνικά κέντρα επιτήρησης της γρίπης παρακολουθεί το φαινόμενο.
- Αντιγριπικός εμβολιασμός του προσωπικού του νοσοκομείου που δεν έχει ήδη εμβολιαστεί φέτος.

- Ταχεία εργαστηριακή επιβεβαίωση των ενδεχόμενων κρουσμάτων γρίπης, αν αυτό είναι δυνατόν, προκειμένου να εφαρμοσθούν άμεσα τα μέτρα πρόληψης μετάδοσης της λοίμωξης.

7. Διαχείριση ιατρικού εξοπλισμού και συσκευών

- Συνιστάται τα υλικά που χρησιμοποιούνται για την εξέταση ασθενών με γρίπη να είναι μιας χρήσης, αν είναι δυνατόν. Τα υλικά αυτά απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση τους σε κάδο απορριμμάτων (ποδοκίνητο με καπάκι) που υπάρχει μέσα στο θάλαμο νοσηλείας.
- Στο θάλαμο νοσηλείας του ασθενή πρέπει να υπάρχουν μόνο τα απαραίτητα αναλώσιμα υλικά. Συνιστάται να αποφεύγεται η αποθήκευση μεγάλων ποσοτήτων αναλώσιμων υλικών. Τα υλικά που δε χρησιμοποιήθηκαν δε μεταφέρονται σε άλλους θαλάμους ή στο τμήμα.
- Ο διαθέσιμος ιατρικός εξοπλισμός (π.χ. στηθοσκόπια, περιχειρίδες, συσκευές αναρρόφησης) πρέπει να χρησιμοποιείται **αποκλειστικά** για τη φροντίδα του ασθενή με γρίπη και να μη χρησιμοποιείται σε άλλους ασθενείς ταυτόχρονα.
- Υλικά πολλαπλών χρήσεων (π.χ. πιεσόμετρα, θερμόμετρα) που χρησιμοποιούνται για την εξέταση ασθενών με γρίπη μετά το πέρας της εξέτασης του ασθενή, αν το επιτρέπει το υλικό κατασκευής τους, απολυμαίνονται με μετρίου βαθμού απολύμανση με απολυμαντικό ευρέος φάσματος, σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΝΛ. Αν το υλικό κατασκευής τους το επιτρέπει αποστειρώνονται (αφού έχει προηγηθεί απολύμανση).
- Υλικά πολλαπλών χρήσεων (π.χ. βρογχοσκόπια) που μετά τη χρήση τους σε ασθενή με γρίπη πρέπει να χρησιμοποιηθούν σε άλλους ασθενείς, απολυμαίνονται με υψηλού βαθμού απολύμανση με απολυμαντικό ευρέος φάσματος, σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΝΛ.
- Για τα μηχανήματα και τα αντικείμενα που δε μπορούν να απολυμανθούν με εμβάπτιση, ακολουθείται η διαδικασία της απολύμανσης επιφανειών. Η απολύμανση πρέπει να γίνεται με απολυμαντικό ευρέος φάσματος.

8. Διαχείριση ιματισμού

Για τον ιματισμό πρέπει να ακολουθούνται οι βασικές αρχές που τηρούνται σε όλες τις περιπτώσεις μεταδιδόμενων νοσημάτων. Το προσωπικό που χειρίζεται τον ιματισμό θα πρέπει να φορά το σχετικό εξοπλισμό προστασίας. Πρέπει να αποφεύγεται η εκτίναξη του ιματισμού. Ο ιματισμός πρέπει να συλλέγεται με τη ρυπαρή επιφάνεια προς τα μέσα. Ο ιματισμός θα πρέπει να απορρίπτεται σε σάκο ιματισμού που υπάρχει στο θάλαμο νοσηλείας του ασθενή. Σε περίπτωση χρήσης κάδων μεταφοράς ακάθαρτου ιματισμού, οι επιφάνειες των κάδων πρέπει να απολυμαίνονται πριν την έξοδο από το χώρο νοσηλείας.

9. Απολύμανση του χώρου αναμονής και εξέτασης και του θαλάμου νοσηλείας

Για την καθαριότητα του χώρου αναμονής και εξέτασης και του θαλάμου νοσηλείας του ασθενή πρέπει να ακολουθούνται οι βασικές αρχές που τηρούνται σε όλες τις περιπτώσεις μεταδιδόμενων νοσημάτων. Το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει να έχει εκπαιδευτεί στις

διαδικασίες καθαρισμού – απολύμανσης. Κατά τη διάρκεια καθαρισμού θα πρέπει να φορά το σχετικό εξοπλισμό προστασίας. Απαιτείται καθημερινός καθαρισμός των επιφανειών που αγγίζει συχνά ο ασθενής όπως κιγκλιδώματα κρεβατιού, πόμολα κ.α. Απαιτείται σχολαστικός καθαρισμός και απολύμανση μετά την έξοδο του ασθενή από το θάλαμο. Για την απολύμανση του χώρου πρέπει να χρησιμοποιείται απολυμαντικό ευρέος φάσματος που έχει επιλεγεί από την ΕΝΛ. Συνιστάται ο εξοπλισμός καθαριότητας (κάδος σφουγγαρίσματος, τροχήλατο καθαριότητας κλπ) να χρησιμοποιείται μόνο για την καθαριότητα του χώρου αναμονής και εξέτασης και των θαλάμων ασθενών με γρίπη και να φυλάσσεται σε ειδικό χώρο.

10. Διαχείριση απορριμμάτων και αιχμηρών αντικειμένων

Τα απορρίμματα που προέρχονται από ασθενή με πιθανή ή επιβεβαιωμένη λοίμωξη από ιούς εποχικής γρίπης χαρακτηρίζονται ως «Επικίνδυνα Απόβλητα Αμιγώς Μολυσματικά (ΕΑΑΜ)». Για τη διαχείριση αυτών των απορριμμάτων ακολουθούνται οι οδηγίες που περιλαμβάνονται στο ΦΕΚ 1537/8-5-2012 «Μέτρα και όροι για τη διαχείριση αποβλήτων ιατρικών μονάδων» καθώς και στον εσωτερικό κανονισμό διαχείρισης απορριμμάτων κάθε μονάδας υγείας.