****

**ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ**

**Ν.Μ. ΑΡΓΟΥΣ**

**ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΟΧΙΚΗΣ ΓΡΙΠΗΣ**

**ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ Γ.Ν. ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ – Ν.Μ. ΑΡΓΟΥΣ**

**ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2016**

**ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Η γρίπη είναι μία οξεία νόσος του αναπνευστικού συστήματος με εποχικές εξάρσεις και ιδιαίτερη σημασία για τη δημόσια υγεία επειδή:

* Προλαμβάνεται με εμβολιασμό
* Προσβάλει μεγάλο αριθμό ανθρώπων ετησίως
* Επιβαρύνει σημαντικά το ασφαλιστικό σύστημα λόγω απουσίας από την εργασία παρά το γεγονός ότι πρόκειται για μικρής διάρκειας νόσο
* Επιβαρύνει το σύστημα υγείας λόγω νοσηλείας στο νοσοκομείο επιπλέον ασθενών τη χρονική περίοδο που παρατηρείται αύξηση της νοσηρότητας (winter pressure)
* Ευθύνεται για τη σοβαρή νόσηση και σε αρκετές περιπτώσεις το θάνατο ασθενών υψηλού κινδύνου

Σύμφωνα με τα πιο πρόσφατα επιδημιολογικά δεδομένα του Κ.Ε.ΕΛ.Π.ΝΟ, η χώρα βρίσκεται σε φάση αυξημένης δραστηριότητας της γρίπης. Χαρακτηριστικά η πλειοψηφία των περιστατικών που νοσηλεύονται σε Μ.Ε.Θ πάσχουν από γρίπη Α και κυρίως από το πανδημικό στέλεχος της γρίπης Α(Η1Ν1) pdm09.

**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 επαγγελματιών 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**

**ΑΠΟ ΤΗΝ Ε.Ν.Λ. ΤΗΣ Ν.Μ. ΑΡΓΟΥΣ ΤΟΝΙΖΕΤΑΙ ΟΤΙ ΤΑ ΚΥΡΙΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΞΑΡΣΗΣ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ ΕΙΝΑΙ:**

**Α. Εμβολιασμός των επαγγελματιών υγείας κατά της εποχικής γρίπης**

Το Υπουργείο Υγείας συστήνει τον ετήσιο αντιγριπικό εμβολιασμό των εργαζομένων σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας που έρχονται σε επαφή με ασθενείς ( όχι μόνο το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό αλλά και άτομα άλλων υπηρεσιών, π.χ. προσωπικό καθαριότητας , προσωπικό ασφαλείας, διοικητικό προσωπικό που πιθανόν να έρθουν σε επαφή με ασθενείς)

**Η Ε.Ν.Λ της Ν.Μ. Άργους στα πλαίσια της καθιερωμένης ετήσιας εκστρατείας για την προώθηση του αντιγριπικού εμβολιασμού στη Ν.Μ. Άργους έχει πραγματοποιήσει τον αντιγριπικό εμβολιασμό από τον Οκτώβριο – Νοέμβριο του 2016 σε ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού αλλά ιδιαιτέρως στον εμβολιασμό του ιατρονοσηλευτικού προσωπικού που επιθυμούσε.**

**Στην περίπτωση που δεν έχει γίνει στο διάστημα αυτό η Ε.Ν.Λ. της Ν.Μ. Άργους ενθαρρύνει τον αντιγριπικό εμβολιασμό καθ’ όλο το διάστημα που υπάρχουν κρούσματα στην κοινότητα το χειμώνα.**

**Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί ώστε οι εργαζόμενοι σε τμήματα με ασθενείς αυξημένου κινδύνου για σοβαρή νόσηση ή επιπλοκές από τη γρίπη, όπως το προσωπικό της Μ.Τ.Ν. και της Μονάδας Εμφραγμάτων να εμβολιαστεί στο σύνολό του.**

**Β. Μέτρα πρόληψης μετάδοσης της εποχικής γρίπης στο χώρο της Ν.Μ. Άργους**

**1**. **Στην υποδοχή της Ν.Μ. Άργους και σε εμφανή σημεία η Ε.Ν. Λ. έχει διαθέσει ενημερωτικό υλικό με βασικές οδηγίες πρόληψης της μετάδοσης και αναπνευστικής υγιεινής για τους προσερχόμενους ασθενείς.**

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 είναι εφικτό, από άλλα άτομα που βρίσκονται στον ίδιο χώρο αναμονής.

**Η Πρόεδρος της Ε.Ν. Λ της Ν.Μ. Άργους έχει καταθέσει σχετικό έγγραφο στη Διοίκηση της Ν.Μ. Άργους αιτούμενη τη κατάλληλη χωροταξική διαμόρφωση του χώρου αναμονής του Τ.Ε.Π.**

**2**. Στο χώρο εξέτασης των ασθενών πρέπει να υπάρχουν:

* Εξεταστικό κρεβάτι
* Ένας κάδος για την απόρριψη των χαρτομάντηλων των ασθενών
* Ένα τροχήλατο με τον απαραίτητο εξοπλισμό για την εξέταση του ασθενή όπως:

1. χειρουργικές μάσκες,
2. γάντια μιας χρήσεως,
3. αλκοολούχο διάλυμα,
4. γλωσσοπίεστρα,
5. θερμόμετρα,
6. πιεσόμετρα,
7. περιχειρίδες
8. στηθοσκόπια

* Ένας 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 υπολοίπων ασθενών στο χώρο αναμονής και εξέτασης.

**Η Ε.Ν.Λ. της Ν.Μ. Άργους σε συνεργασία με την Προϊσταμένη του Τ.Ε.Π έχει ορίσει στο χώρο του ΠΑΘ/ΚΟΥ Τ.Ε.Π ένα εξεταστικό κρεβάτι μαζί με όλο τον προαναφερόμενο απαραίτητο εξοπλισμό προκειμένου να εξασφαλιστούν όσο αυτό είναι εφικτό οι κατάλληλες συνθήκες εξέτασης των προσερχόμενων ασθενών σύμφωνα με τις συστάσεις του Κ.Ε.ΕΛ.Π.ΝΟ.**

**Γ. Διαλογή προσερχόμενων ασθενών στη Ν.Μ. Άργους για γρίπη (με οποιοδήποτε μέσο εκτός ΕΚΑΒ).**

**Η Ε.Ν.Λ. της Ν.Μ. Άργους συστήνει:**

* Κατά τη διάρκεια της εποχικής έξαρσης της γρίπης ( Οκτώβριος – Απρίλιος), και ιδιαίτερα από τον Δεκέμβριο και μετά, θα πρέπει να διασφαλίζεται η σωστή διαλογή των ασθενών , πριν την είσοδό τους στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών (Τ.Ε.Π) και στα Τακτικά Εξωτερικά Ιατρεία **δίνοντας** **ιδιαίτερη έμφαση στο χρόνο αναμονής αυτών των ασθενών προκειμένου να εξεταστούν.** Συνιστάται επίσης η χωροταξική διαμόρφωση της δομής του χώρου αναμονής του νοσοκομείου προκειμένου οι ασθενείς αυτοί να είναι προστατευμένοι.
* Σε όλους τους ασθενείς που προσέρχονται στη Ν.Μ. Άργους 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 απορρίπτονται στον κοντινότερο κάδο απορριμμάτων. Μετά το πέρας του βήχα οι ασθενείς πρέπει να φορούν μάσκα.
* Να συστήνεται συχνή υγιεινή των χεριών (είτε με την 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 τραυματιοφορέας που θα οδηγήσει τον ασθενή στους χώρους της Ν.Μ. Άργους 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 ( αναφέρονται στο παράρτημα)
* 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, πρέπει επίσης να απορρίψει τη μάσκα και όποιο άλλο μέρος από τον απαιτούμενο εξοπλισμό προστασίας έχει χρησιμοποιήσει και πλύνει τα χέρια του πριν εξέλθει από αυτόν.
* Κατά τη διάρκεια της εξέτασης του ασθενή ο ιατρικός εξοπλισμός (π.χ. στηθοσκόπια, περιχειρίδες, θερμόμετρα) πρέπει να απολυμαίνεται με ειδικό απολυμαντικό που έχει συστήσει η Ε.Ν.Λ μετά από τη χρήση του από ασθενή σε ασθενή.

**Δ. 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 Ν.Μ. Άργους έχει προβεί στην τοποθέτηση σε εμφανή σημεία σχετικών αφισών ή ενημερωτικών επισημάνσεων πιστεύοντας έτσι ότι θα συμβάλει στη συμμόρφωση των επισκεπτών και θα περιορίσει τον κίνδυνο μετάδοσης της λοίμωξης στους ασθενείς.

***Εάν παρατηρείται έντονη δραστηριότητα της γρίπης στην κοινότητα:***

Η Ε. Ν.Λ. συστήνει την 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.

**Ε. Αντιμετώπιση εργαζομένων με πιθανή έκθεση σε ιό της εποχικής γρίπης**

**Η Ε.Ν. Λ. της Ν.Μ. Άργους συστήνει** στους εργαζόμενους του νοσοκομείου που πιθανόν να ήρθαν σε επαφή με τον ιό της εποχικής γρίπης χωρίς να έχουν λάβει τα απαραίτητα μέτρα προφύλαξης, να είναι σε εγρήγορση για την πιθανότητα εμφάνισης πυρετού και συμπτωμάτων από το αναπνευστικό σύστημα για πέντε ημέρες μετά την τελευταία πιθανή έκθεσή τους 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 τους στην εργασία, οι επαγγελματίες υγείας θα πρέπει να εφαρμόζουν τα μέτρα αναπνευστικής υγιεινής και υγιεινής των χεριών και να φορούν απλή χειρουργική μάσκα κατά τη διάρκεια της φροντίδας ασθενών, στην περίπτωση που εξακολουθούν να παρουσιάζουν συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα όπως βήχα και φτάρνισμα.

Για εργαζόμενους σε τμήματα με ασθενείς υψηλού κινδύνου (π.χ. μονάδα εμφραγμάτων, μονάδα τεχνητού νεφρού 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 σοβαρή νόσηση από τον ιό της γρίπης. Επιπλέον, αποβάλλουν τον ιό με τις εκκρίσεις τους για παρατεταμένο χρονικό διάστημα παρά τη χορήγηση αντι-ιικής θεραπείας με αποτέλεσμα την αύξηση της πιθανότητας ανάπτυξης και διασποράς ανθεκτικών στα αντι-ιικά φάρμακα στελεχών.

Οι εργαζόμενοι με ιστορικό πιθανής απροστάτευτης έκθεσης στον ιό της εποχικής γρίπης που εμφάνισαν συμπτώματα, με εξαίρεση την επίσκεψη στον ιατρό ή την ανάγκη νοσηλείας στο νοσοκομείο, πρέπει να παραμένουν στο σπίτι τους μέχρι να αναρρώσουν.

Κατά την παραμονή τους στο σπίτι, πρέπει να τηρούνται τα μέτρα υγιεινής των χεριών και τα μέτρα πρόληψης λοιμώξεων, για την πρόληψη της μετάδοσης της λοίμωξης σε άλλα άτομα.

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 αντιγριπικό εμβολιασμό, συστήνεται και η έγκαιρη έναρξη χορήγησης αντι-ιικής αγωγής, σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων συμβατών με γρίπη, με στόχο τη μείωση της πιθανότητας ανάγκης νοσηλείας και τη βελτίωση της έκβασης της λοίμωξης.

**ΣΤ. Διαχείριση ασθενών με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη**

* Οι ασθενείς με επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη συστήνεται από την ΕΝ.Λ. της Ν.Μ. Άργους να νοσηλεύονται σε μονόκλινο δωμάτιο με καλό αερισμό. Σε περίπτωση μεγάλου αριθμού νοσηλευομένων αρρώστων με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη, μπορεί να γίνει συν-νοσηλεία των ασθενών αυτών σε κοινό θάλαμο του νοσοκομείου (cohorting), που θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά για ασθενείς με εργαστηριακά επιβεβαιωμένη ή ενδεχόμενη γρίπη 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 αντιγριπικό 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.

**Ζ. 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. Η νόσηση από γρίπη των εργαζομένων σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση του διαθέσιμου προσωπικού.

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 περίθαλψη 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 εμβολιάσθηκαν κατά της γρίπης συμπεριλαμβανομένων όσων εμβολιάσθηκαν τις δύο προηγούμενες εβδομάδες. Επαγγελματίες υγείας υψηλού κινδύνου θεωρούνται οι έγκυες, οι λεχωίδες 2 εβδομάδων, οι άνω των 65 ετών και τα άτομα με χρόνια νοσήματα (άσθμα, σακχ.διαβητης, κλπ). **Σημειώνεται ότι η προφυλακτική αντι-ιική αγωγή 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, 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 έμφαση στην στενή παρακολούθηση και στην έγκαιρη έναρξη 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 εμβολιάσθηκε φέτος.
* Ταχεία εργαστηριακή επιβεβαίωση των ενδεχόμενων κρουσμάτων γρίπης, αν αυτό είναι δυνατόν, προκειμένου να εφαρμοσθούν άμεσα τα μέτρα πρόληψης μετάδοσης της λοίμωξης.

**Οδηγίες για ασθενείς με εποχική γρίπη που δε χρειάζονται νοσηλεία σε νοσοκομείο**

Η εκτίμηση των ασθενών για να κριθεί εάν χρειάζονται ή όχι νοσηλεία σε νοσοκομείο, βασίζεται κυρίως στην κλινική εικόνα.

**1**. Ο ασθενής που δε χρειάζεται νοσηλεία σε νοσοκομείο πρέπει να παραμένει στο σπίτι του για 7 ημέρες από την έναρξη των συμπτωμάτων ή για 24 ώρες από την υποχώρηση του πυρετού και των συμπτωμάτων του αναπνευστικού συστήματος. Δεν πρέπει να πηγαίνει σε χώρο εργασίας, σχολείο, παιδικό σταθμό ή άλλους δημόσιους χώρους. Στο σπίτι πρέπει να μένει σε δωμάτιο που αερίζεται καλά. Στο διάστημα αυτό πρέπει να λαμβάνονται όλες οι προφυλάξεις για την πρόληψη της μετάδοσης. Ο ασθενής πρέπει να περιορίσει στο ελάχιστο την επαφή του με τα άλλα άτομα του σπιτιού, ιδιαίτερα δε να αποφεύγεται η επαφή με ανοσοκατεσταλμένα άτομα, ηλικιωμένους, βρέφη και άτομα με χρόνια καρδιακά ή αναπνευστικά νοσήματα.

**2**. Αν τα συμπτώματα επιδεινωθούν, υποτροπιάσουν ή παραταθούν, ο ασθενής πρέπει να ζητήσει αμέσως ιατρική βοήθεια.

**3**. Όλα τα μέλη της οικογένειας που συγκατοικούν με τον ασθενή πρέπει να ακολουθούν σχολαστικά τις προφυλάξεις μετάδοσης σταγονιδίων. Έμφαση πρέπει να δίνεται στο καλό και συχνό πλύσιμο των χεριών (ή αντισηψία με αλκοολούχο διάλυμα εάν δεν είναι εμφανώς λερωμένα), ιδιαίτερα δε, πριν και μετά την επαφή (φροντίδα) με τον ασθενή.

**4**. Ο ασθενής πρέπει να βήχει πάντα μέσα σε χαρτομάντηλα, που στη συνέχεια απορρίπτονται σε σάκο απορριμμάτων.

**5**. Εάν τα άτομα που έρχονται σε επαφή με ασθενή με γρίπη εμφανίσουν πυρετό ή συμπτώματα λοίμωξης από το αναπνευστικό, πρέπει να συμβουλευτούν ιατρό, αφού πρώτα τον ενημερώσουν για τη στενή επαφή τους με ασθενή με το συγκεκριμένο σύνδρομο. Για τα άτομα αυτά ισχύει ότι ισχύει και για τον ασθενή ως προς την παραμονή στο σπίτι, τον περιορισμό των επαφών και τη λήψη προστατευτικών μέτρων.

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

**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 (μονόκλινος 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 αντιγριπικού 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.
* 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). **(Οι επαγγελματίες υγείας της Ν.Μ. Άργους μπορούν να την προμηθεύονται από την Ε.Ν.Λ. της Ν.Μ. Άργους)**
* 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.

**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.

**Διαχείριση ιματισμού**

Για τον ιματισμό πρέπει να ακολουθούνται οι βασικές αρχές που τηρούνται σε όλες τις περιπτώσεις μεταδιδομένων 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.

**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**.**

**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.

**ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ Ν.Μ. ΑΡΓΟΥΣ**