



Ίλιον, 13.02.2020

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΙΛΙΟΥ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Οδηγίες προστασίας και πρόληψης κατά της διασποράς της γρίπης

Ο Δήμος Ιλίου ενημερώνει για τα μέτρα προστασίας από τις ιογενείς λοιμώξεις του αναπνευστικού και πρόληψης κατά της διασποράς της γρίπης. Οι ιοί μεταδίδονται μέσω σταγονιδίων που αποβάλλονται από άτομο που νοσεί, μέσω βήχα ή πταρμού ή με άμεση ή έμμεση επαφή με εκκρίσεις του αναπνευστικού συστήματος. Σύμφωνα, λοιπόν, με τις διεθνείς κατευθυντήριες οδηγίες για την πρόληψη των αναπνευστικών λοιμώξεων **οι τρόποι προστασίας είναι οι εξής:**

1. Πλύσιμο χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Αν δεν είναι διαθέσιμα νερό και σαπούνι, τότε χρησιμοποιήστε απολυμαντικό χεριών με βάση το αλκοόλ.
2. Κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντιλο σε περίπτωση βήχα ή φταρνίσματος και στη συνέχεια ρίψη του στο καλάθι απορριμμάτων.
3. Μην αγγίζετε τα μάτια, την μύτη και το στόμα σας με ακάθαρτα χέρια.
4. Αποφυγή στενής επαφής και κοινής χρήσης αντικειμένων, μαχαιροπήρουνων ή άλλων οικιακών σκευών με άτομα που είναι άρρωστα.
5. Χρήση γαντιών μιας χρήσης και μάσκας αναπνευστικής προστασίας σε περίπτωση επαφής με ασθενή.
6. Συστηματικός και επαρκής αερισμός των χώρων.
7. Καθαρισμός και τακτική απολύμανση επιφανειών, όπως ο πάγκος της κουζίνας, τα πόμολα, οι πόρτες και τα παιχνίδια των παιδιών.

Οι πολίτες θα πρέπει να είναι προσεκτικοί και να λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα μέτρα προστασίας, αλλά και πρόληψης κατά της διασποράς της γρίπης, όπως αυτά εμφανίζονται και στα έντυπα του Υπουργείου Υγείας, του Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας και του ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ., που συνοδεύουν την παρούσα ανακοίνωση και αποτελούν φορείς τους οποίους θα πρέπει να επιλέγουν για την έγκυρη ενημέρωσή τους. Σε κάθε περίπτωση, άτομα με συμπτώματα γρίπης, συνιστάται να συμβουλευούνται τον γιατρό τους.

Ο Δήμαρχος Ιλίου
Νίκος Ζενέτος