



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Διεύθυνση Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Παρέμβασης
για Λοιμώδη Νοσήματα
Μέτρα πρόληψης και ελέγχου γαστρεντερίτιδας
σε βρεφονηπιακό/παιδικό σταθμό
(Απευθύνεται σε εργαζόμενους βρεφονηπιακών / παιδικών σταθμών)

Εισαγωγή:

Η γαστρεντερίτιδα, δηλαδή η εμφάνιση συμπτωμάτων όπως διάρροια, ναυτία, έμετοι, κοιλιακό άλγος, πυρετός μπορεί να εκδηλωθεί σε όλη τη διάρκεια του έτους. Ωστόσο, τους χειμερινούς μήνες είναι συχνές κυρίως οι ιογενείς γαστρεντερίτιδες, αυτές δηλαδή που οφείλονται σε ιούς.

Η γαστρεντερίτιδα μπορεί να μεταδοθεί α) με κατανάλωση μολυσμένου τροφίμου ή νερού, β) από άτομο σε άτομο, γ) μέσω σταγονιδίων που απελευθερώνονται κατά τον έμετο και δ) μέσω επαφής με μολυσμένες επιφάνειες.

Η εμφάνιση κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε βρεφονηπιακούς/παιδικούς σταθμούς είναι συχνό φαινόμενο. Ωστόσο, τέτοιου είδους συμβάντα μπορούν να περιοριστούν έγκαιρα και αποτελεσματικά με τη λήψη των κατάλληλων μέτρων.

Σας παραθέτουμε βασικά μέτρα πρόληψης και ελέγχου της εμφάνισης κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε βρεφονηπιακούς/παιδικούς σταθμούς.

Γενικά μέτρα πρόληψης εμφάνισης κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας

1. Ακολουθούμε τους βασικούς κανόνες υγιεινής:
 - ✓ Πλένουμε τα χέρια μας επιμελώς με χλιαρό νερό και σαπούνι για τουλάχιστον 15 δευτερόλεπτα και τα στεγνώνουμε χρησιμοποιώντας χειροπετσέτες μίας χρήσης
 - ✓ Το πλύσιμο των χεριών συστήνεται α) πριν την προετοιμασία/σερβίρισμα φαγητού, β) πριν το φαγητό, γ) μετά την τουαλέτα, δ) μετά την επαφή με κόπρανα ή εμετό, ε) μετά την επαφή με σκουπίδια
 - ✓ Επιβλέπουμε τα μικρά παιδιά στο πλύσιμο των χεριών και στην εφαρμογή των κανόνων υγιεινής
2. Ακολουθούμε τις παρακάτω οδηγίες όσον αφορά την προετοιμασία, διανομή και φύλαξη του φαγητού και του πόσιμου νερού

- ✓ Φροντίζουμε ώστε τα τραπέζια να είναι καθαρά
 - ✓ Πλένουμε καλά τα μαγειρικά σκεύη με χλιαρό νερό και σαπούνι και τα αφήνουμε να στεγνώσουν
 - ✓ Φροντίζουμε ώστε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα υπάρχοντα σκεύη (πιάτο, ποτήρι, κουτάλι κλπ.) και να μην πιάνουν την τροφή με τα χέρια τους
 - ✓ Ειδικά οι χειριστές τροφίμων πρέπει να πλένουν τακτικά τα χέρια τους, να αποφεύγουν τη χρήση κοσμημάτων στα χέρια, να δένουν τα μαλλιά τους πίσω και να καλύπτουν πιθανά τραύματα στα χέρια τους με αδιάβροχα επιθέματα και με γάντια μιας χρήσης
 - ✓ Φροντίζουμε ώστε το ωμό και το μαγειρεμένο φαγητό να τοποθετούνται σε ξεχωριστά σκεύη και να μην έρχονται σε επαφή εντός και εκτός ψυγείου
 - ✓ Χρησιμοποιούμε διαφορετικά μαγειρικά σκεύη για ωμά και για μαγειρεμένα τρόφιμα
 - ✓ Διατηρούμε το φαγητό χλιαρό σε θερμοκρασία $>60^{\circ}\text{C}$ ή κρύο σε θερμοκρασία $<4^{\circ}\text{C}$
 - ✓ Επαναθερμαίνουμε το φαγητό στους 70°C για δύο λεπτά και όχι περισσότερο από μία φορά
 - ✓ Καταναλώνουμε άμεσα ή ψύχουμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες $>5^{\circ}\text{C}$ και $<60^{\circ}\text{C}$ για λιγότερο από 2 ώρες
 - ✓ Καταναλώνουμε άμεσα ή απορρίπτουμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες $>5^{\circ}\text{C}$ και $<60^{\circ}\text{C}$ για 2 έως 4 ώρες
 - ✓ Διατηρούμε στο ψυγείο (συντήρηση) υπολείμματα τροφής που καταναλώνονται καθημερινά και για διάστημα 72 ωρών, ώστε σε περίπτωση εμφάνισης συρροής κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας να είναι δυνατός ο εργαστηριακός έλεγχος των δειγμάτων τροφίμων
3. Οι εργαζόμενοι που ασχολούνται με την καθαριότητα πρέπει να φορούν γάντια και ποδιά μιας χρήσης
- ✓ Συστήνεται όλοι οι δυνητικά μολυσμένοι χώροι και επιφάνειες π.χ. τουαλέτες, πόρτες, πατώματα να καθαρίζονται τελευταίοι και τα αντικείμενα που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, βρύσες) να απολυμαίνονται με κοινά καθαριστικά, με υγρό δηλαδή σαπούνι και νερό ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης με αραιώση 1:50 (100 ml χλωρίνη σε 5 λίτρα νερό). Καθαριστικά που περιέχουν μόνο αλκοόλη δεν θεωρούνται αποτελεσματικά. Η χρήση γαντιών δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών.
 - ✓ Οι τουαλέτες πρέπει να καθαρίζονται τουλάχιστον δύο φορές την ημέρα αλλά και όποτε δείχνουν λερωμένες

- ✓ Οι χρησιμοποιημένες σφουγγαρίστρες πρέπει να πλένονται με χλιαρό νερό και να στεγνώνουν στον αέρα

Μέτρα σε περίπτωση εμφάνισης ενός κρούσματος γαστρεντερίτιδας

Σε περίπτωση εμφάνισης ενός κρούσματος γαστρεντερίτιδας (παιδί ή εργαζόμενος) σε βρεφονηπιακό / παιδικό σταθμό συστήνεται ο ασθενής να μην προσέρχεται σε αυτόν για όσο διαρκούν τα συμπτώματα και για 48 ώρες μετά την ανάρρωσή του. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη συνιστώμενη αποχή από το σταθμό παιδιών και εργαζομένων με γαστρεντερίτιδα περιλαμβάνονται στον Πίνακα που ακολουθεί.

Πίνακας. Κατευθυντήριες οδηγίες σχετικά με τη συνιστώμενη αποχή των παιδιών και των εργαζομένων (που εμφάνισαν συμπτώματα γαστρεντερίτιδας) από το βρεφονηπιακό / παιδικό σταθμό.

Παθογόνο που προκαλεί γαστρεντερίτιδα	Συνιστώμενη περίοδος αποχής
Άγνωστο παθογόνο	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και για 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Ιογενείς γαστρεντερίτιδες (Ροταϊοί, Νοροϊοί κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και για 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Ηπατίτιδες Α και Ε	Τουλάχιστον 7 ημέρες μετά την αποδρομή των συμπτωμάτων συμπεριλαμβανομένου και του ίκτερου
Βακτηριακές γαστρεντερίτιδες (Καμπυλοβακτηρίδιο, Σαλμονέλλα, Λιστέρια, Σιγκέλλα <i>sonnei</i> κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και για 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Τυφοειδής και παρατυφοειδής πυρετός	Επιστροφή μετά από 3 διαδοχικές αρνητικές καλλιέργειες κοπράνων που λαμβάνονται με διαφορά 48 ωρών μεταξύ τους ξεκινώντας μία εβδομάδα μετά την ολοκλήρωση της φαρμακευτικής αγωγής (λήψη αντιβιοτικών)
Σιγκέλλωση (Σιγκέλλα <i>dysenteriae</i> , <i>flexneri</i>), Χολέρα, Λοίμωξη από εντεροαιμορραγικό κολοβακτηρίδιο	Επιστροφή μετά από 2 διαδοχικές αρνητικές καλλιέργειες κοπράνων που λαμβάνονται με διαφορά τουλάχιστον ενός 24ώρου και όχι λιγότερο από 48 ώρες μετά την ολοκλήρωση της φαρμακευτικής αγωγής (λήψη αντιβιοτικών)
Παράσιτα (<i>Giardia</i> , <i>Cryptosporidium</i> κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και για 48 ώρες μετά την ανάρρωση

Μέτρα σε περίπτωση εμφάνισης δύο ή περισσότερων κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας

Σε περίπτωση που στον βρεφονηπιακό/παιδικό σταθμό εμφανιστούν δύο ή περισσότερα άτομα με έμετο ή/και διάρροια μεταξύ των παιδιών ή/και του προσωπικού και τα συμπτώματα αυτά δεν μπορούν να αποδοθούν σε άλλους παράγοντες (φαρμακευτική αγωγή, άλλες ιατρικές καταστάσεις κλπ.) τότε πιθανόν να έχουμε **συρροή κρουσμάτων** και θα πρέπει να εφαρμοστούν τα παρακάτω μέτρα:

- ✓ Ο/Η παιδαγωγός ενημερώνει άμεσα τη διεύθυνση του σταθμού, τη Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας της αρμόδιας Περιφερειακής Ενότητας και τον ΕΟΔΥ στα τηλέφωνα 210-88.99.064,-061 (ή στο 210-5212054 μετά τις 16:00), ώστε να δοθεί η απαιτούμενη καθοδήγηση για το χειρισμό της συρροής
- ✓ Κάποιος υπάλληλος του σταθμού ορίζεται να καταγράφει καθημερινά τα νέα κρούσματα σε ένα δελτίο καταγραφής το οποίο καλείται να αποστέλλει στην αρμόδια Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας και στον ΕΟΔΥ. Παράδειγμα ειδικού δελτίου καταγραφής επισυνάπτεται στο τέλος των οδηγιών.
- ✓ Σε περίπτωση που η έναρξη των συμπτωμάτων ενός κρούσματος συμβεί στο σταθμό, συστήνεται η απομάκρυνση του παιδιού από τα υπόλοιπα παιδιά και η άμεση επικοινωνία με τους γονείς για τη μεταφορά του στο σπίτι. Σε περίπτωση που αυτό δεν είναι εφικτό, συστήνεται η απομόνωσή του μέχρι την αποχώρησή του από το σταθμό. Όσα παιδιά εμφανίσουν συμπτώματα θα πρέπει να παραμένουν στο σπίτι σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Ενημέρωση των υπόλοιπων γονέων για το φαινόμενο με τη σύσταση να μην προσέρχεται στο σταθμό κανένα παιδί με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας, σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Τα μέλη του προσωπικού (παιδαγωγοί, χειριστές τροφίμων κλπ.) με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με τα παιδιά ή τους υπόλοιπους εργαζόμενους. Συστήνεται η παραμονή τους στο σπίτι σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Η μετακίνηση αντικειμένων από τη μία αίθουσα στην άλλη να γίνεται με την προϋπόθεση ότι έχουν προηγουμένως καθαριστεί σχολαστικά. Τα αντικείμενα που χρησιμοποιούν τα παιδιά (παιχνίδια, μαρκαδόροι κλπ.) θα πρέπει να απολυμαίνονται τακτικά για την αποφυγή της μετάδοσης της νόσου.
- ✓ Επίβλεψη των διαδικασιών καθαριότητας και χειρισμού των τροφίμων από τη διεύθυνση του σταθμού. Τονίζεται η αναγκαιότητα τήρησης των κανόνων ατομικής υγιεινής από το προσωπικό.
- ✓ Φύλαξη των αρχικών συσκευασιών πιθανά ύποπτων τροφίμων, του νερού και των παγοκύβων που υπάρχουν στο ψυγείο, ώστε να μπορούν να σταλούν για έλεγχο στα κατάλληλα εργαστήρια κατόπιν συνεννόησης με τη Διεύθυνση Υγείας της Περιφερειακής Ενότητας και τον ΕΟΔΥ.

Ενέργειες για τον περιορισμό της διασποράς των παθογόνων μικροοργανισμών **σε περίπτωση εμέτου ή διάρροιας στο χώρο του σταθμού.**

- ✓ Απομονώνουμε την περιοχή που συνέβη το περιστατικό
- ✓ Χρησιμοποιούμε γάντια και ποδιά μιας χρήσης
- ✓ Προτείνεται η χρήση χαρτιού κουζίνας και όχι σφουγγαριού
- ✓ Το διάλυμα χλωρίνης που συστήνεται είναι 1:10, επειδή όμως η παραπάνω συγκέντρωση είναι ιδιαίτερα καυστική, θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε επιφάνειες ανθεκτικές στη διάβρωση (πάτωμα, τουαλέτες κλπ.). Σε διαφορετική περίπτωση συστήνεται αραιώση 1:50.
- ✓ Μετά τον καθαρισμό δεν επιτρέπουμε την είσοδο στο χώρο για μία ώρα
- ✓ Απορρίπτουμε προσεκτικά τον εξοπλισμό μίας χρήσης σε πλαστική σακούλα, ενώ ό,τι επαναχρησιμοποιείται (π.χ. σφουγγαρίστρα, πετσέτες) θα πρέπει να πλένεται με χλιαρό νερό και να αφήνεται στον αέρα να στεγνώσει
- ✓ Σε περίπτωση που λερωθεί χαλί, το καθαρίζουμε με απολυμαντικό και νερό. Προτείνεται η χρήση ατμοκαθαριστή και όχι ηλεκτρικής σκούπας γιατί ενέχεται ο κίνδυνος διασποράς του μικροβίου.
- ✓ Τα σεντόνια, οι πετσέτες και τυχόν λοιπά κλινοσκεπάσματα βρεφών/παιδιών με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας πρέπει να διαχειρίζονται με ιδιαίτερη προσοχή: πρέπει να μεταφέρονται με ξεχωριστές σακούλες και να πλένονται σε ξεχωριστά πλυντήρια σε υψηλή θερμοκρασία (>75 °C). Ο χειρισμός του καθαρού ιματισμού θα πρέπει να γίνεται με διαφορετικά γάντια από τον χειρισμό του ακάθαρτου ιματισμού και των απορριμμάτων.
- ✓ Πλένουμε τα χέρια μας σχολαστικά
- ✓ **Η χρήση γαντιών δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών**

Καταγραφή ασθενών με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας

Εκπαιδευτική μονάδα:	
	Τηλέφωνο επικοινωνίας:

A/A	Όνοματεπώνυμο παιδιού/εργαζόμενου με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας	Φύλο (Α=Άρρεν Θ=Θήλυ)	Ηλικία (έτη)	Ιδιότητα (μαθητής, παιδαγωγός κλπ.)	Τηλέφωνο επικοινωνίας	Τάξη/ τμήμα	Ημερομηνία και Ώρα έναρξης συμπτωμάτων	Πυρετός	Έμετοι	Διάρροιες	Άτομο με παρόμοια συμπτώματα στο περιβάλλον (φίλος, συγγενής κλπ.)	Σχόλια (κοινές δραστηριότητες κ.α.)
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		
								<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ	<input type="checkbox"/> ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ		

*Σε περίπτωση εμφάνισης 2 ή περισσότερων κρουσμάτων στο βρεφονηπιακό / παιδικό σταθμό αποστέλλεται ημερησίως στον ΕΟΔΥ και στη Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας της αρμόδιας Περιφερειακής Ενότητας μέχρι τη λήξη του φαινομένου

