

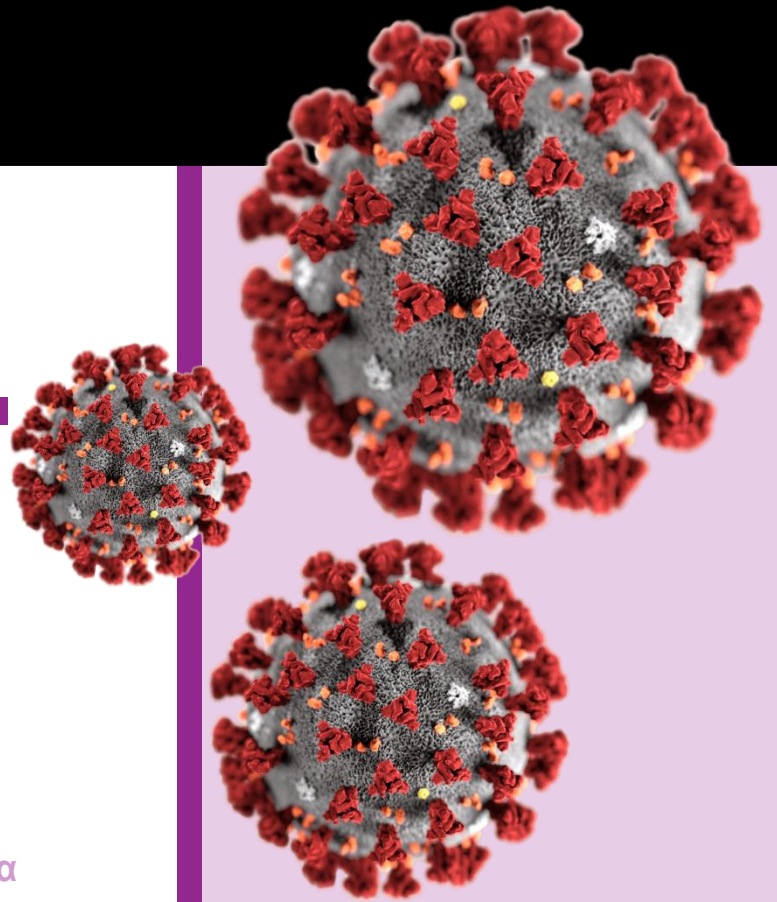
ΠΑΝΔΗΜΙΑ COVID-19 ΚΑΙ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΟΠΑΘΕΙΕΣ

Ένα προτεινόμενο
από τη ΔΟΘ μονοπάτι
περίθαλψης των
πάσχοντων από
αιμοσφαιρινοπάθειες

Συστάσεις για Κλινικές
Ημέρας, Μονάδες και Ιατρεία
που θεραπεύουν πάσχοντες
από θαλασσαιμία και
δρεπανοκυτταρική νόσο



THALASSAEMIA
INTERNATIONAL
FEDERATION



*Διατηρώντας τους
πάσχοντές μας υγιείς και
ασφαλείς από την
πανδημία COVID-19*

ΠΟΙΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΞΕΤΑΣΤΟΥΝ ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ

Οι προτεινόμενες οδηγίες υποδεικνύουν αλλαγές που πρέπει να γίνουν κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 στη διακίνηση των πασχόντων στις κλινικές ημέρας, τις μονάδες και τα ιατρεία αιμοσφαιρινοπαθειών, με στόχο την προστασία του κάθε πάσχοντα, του ιατρικού και λοιπού προσωπικού, καθώς και των άλλων ασθενών που επισκέπτονται το κέντρο/μονάδα/ιατρείο από πιθανή λοίμωξη από κορωνοϊό.

Οι δυο (2) μείζονες προτεινόμενες αλλαγές περιλαμβάνουν:

1. Ενίσχυση των υφιστάμενων και δημιουργία νέων **διαύλων επικοινωνίας** μεταξύ ιατρών, λοιπών επαγγελματιών υγείας και πασχόντων
2. Προώθηση μιας ειδικής **μονοπάτι περίθαλψης πασχόντων**, η οποία θα ακολουθείται κατά το δυνατόν σχολαστικά κατά την εισδοχή, διακίνηση εντός και έξοδο από τις κλινικές ημέρας, τις μονάδες και τα ιατρεία αιμοσφαιρινοπαθειών. Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται στη δημιουργία ειδικών, απομονωμένων και απολυμασμένων περιοχών για τη θεραπεία πασχόντων με ύποπτη ή διαγνωσμένη λοίμωξη COVID-19 και επιπλέον στην αναθεώρηση:
 1. των **ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΩΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ**, ώστε να συμπεριληφθούν επιπρόσθετες πληροφορίες σχετικά με την πανδημία COVID-19 και
 2. των **ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΩΝ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ** με βάση την ιεράρχηση των αναγκών του συστήματος υγείας αλλά και των πασχόντων (π.χ. ακτινολογικών εξετάσεων, αιματολογικών εξετάσεων κλπ.).

ΔΙΑΥΛΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

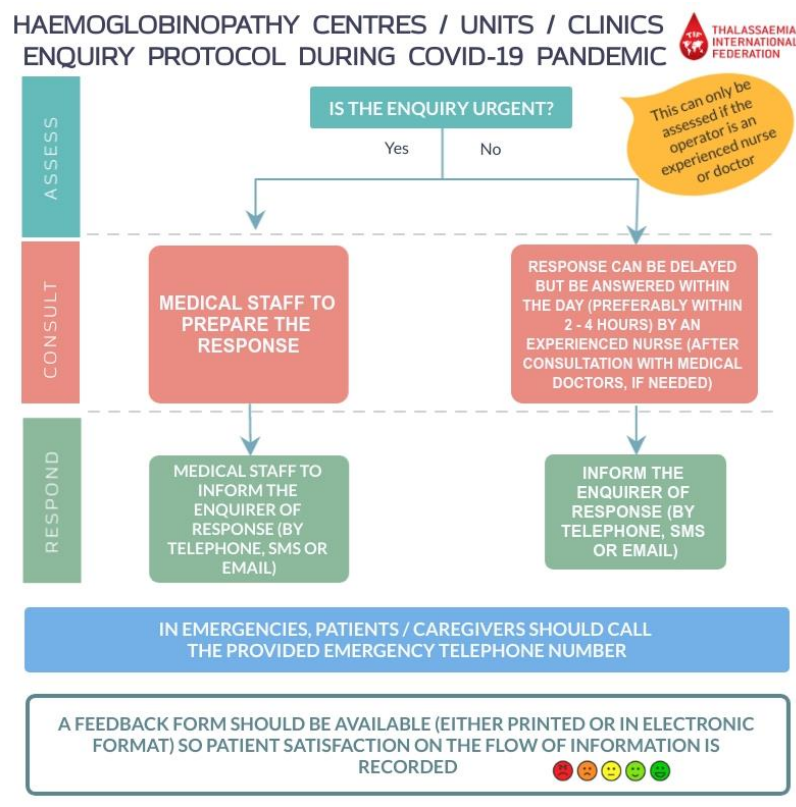
- Δίαυλοι επικοινωνίας και εργαλεία που θα διευκολύνουν τη διακίνηση πληροφοριών από **ΠΑΣΧΟΝΤΕΣ & ΠΑΡΟΧΟΥΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ** ➔ **ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ**
(βλ. 1 & 2 παρακάτω)

Στόχος: Εξασφάλιση ορθών απαντήσεων στα ερωτήματα των πασχόντων και των ατόμων που τους φροντίζουν, έγκαιρης αναφορά των συμπτωμάτων που σχετίζονται με λοίμωξη COVID-19 και παροχής συμβουλών σχετικά με την ανάγκη αυτοπεριορισμού ή άλλων μέτρων που πρέπει να ληφθούν.

1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΔΙΑΥΛΩΝ & ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ:



2. ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗΣ ΣΕ ΑΙΤΗΜΑΤΑ Η ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ:

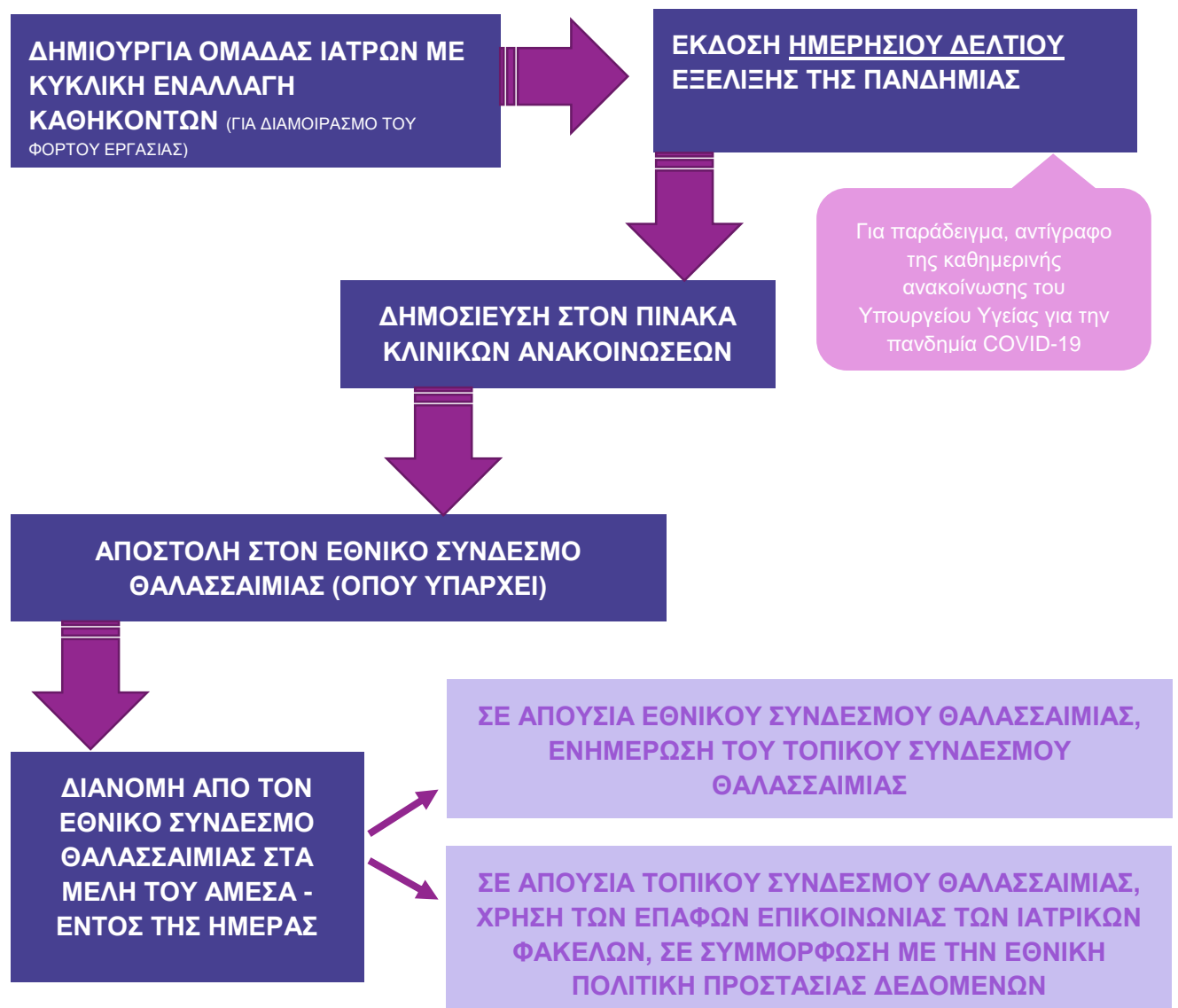


Δίαυλοι επικοινωνίας και εργαλεία που θα διευκολύνουν τη διακίνηση πληροφοριών από **ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ** ➔ **ΠΑΣΧΟΝΤΕΣ & ΠΑΡΟΧΟΥΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ**

(βλ. 3 παρακάτω)

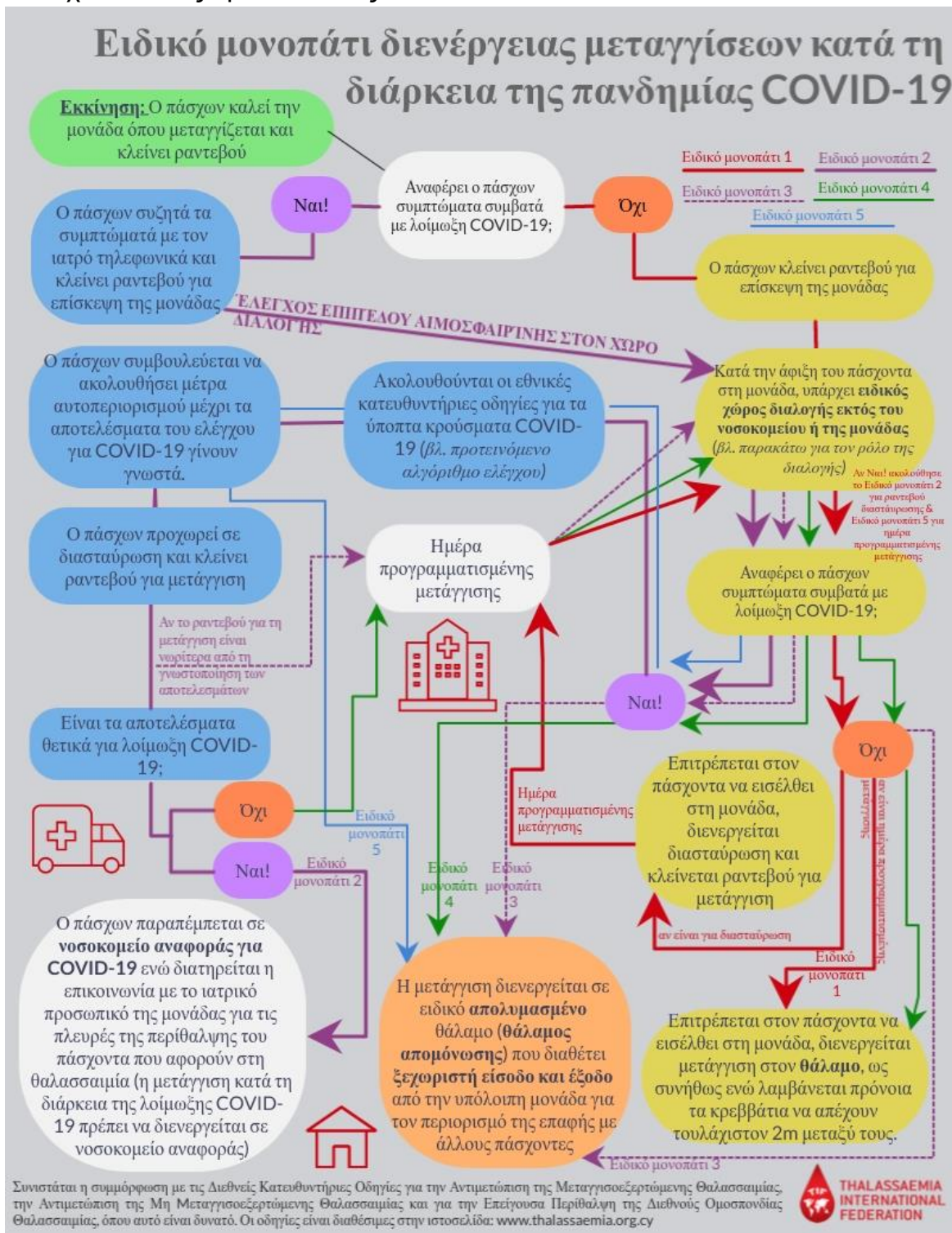
Στόχος: Παροχή πληροφοριών προς τους πάσχοντες και τα άτομα που τους φροντίζουν σχετικά με τις τελευταίες εθνικές ενημερώσεις για την πανδημία COVID-19 (π.χ. αριθμός περιπτώσεων, κυβερνητικά μέτρα, νοσοκομειακές πολιτικές, κλπ.).

3. ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΓΚΥΡΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΠΑΣΧΟΝΤΩΝ:

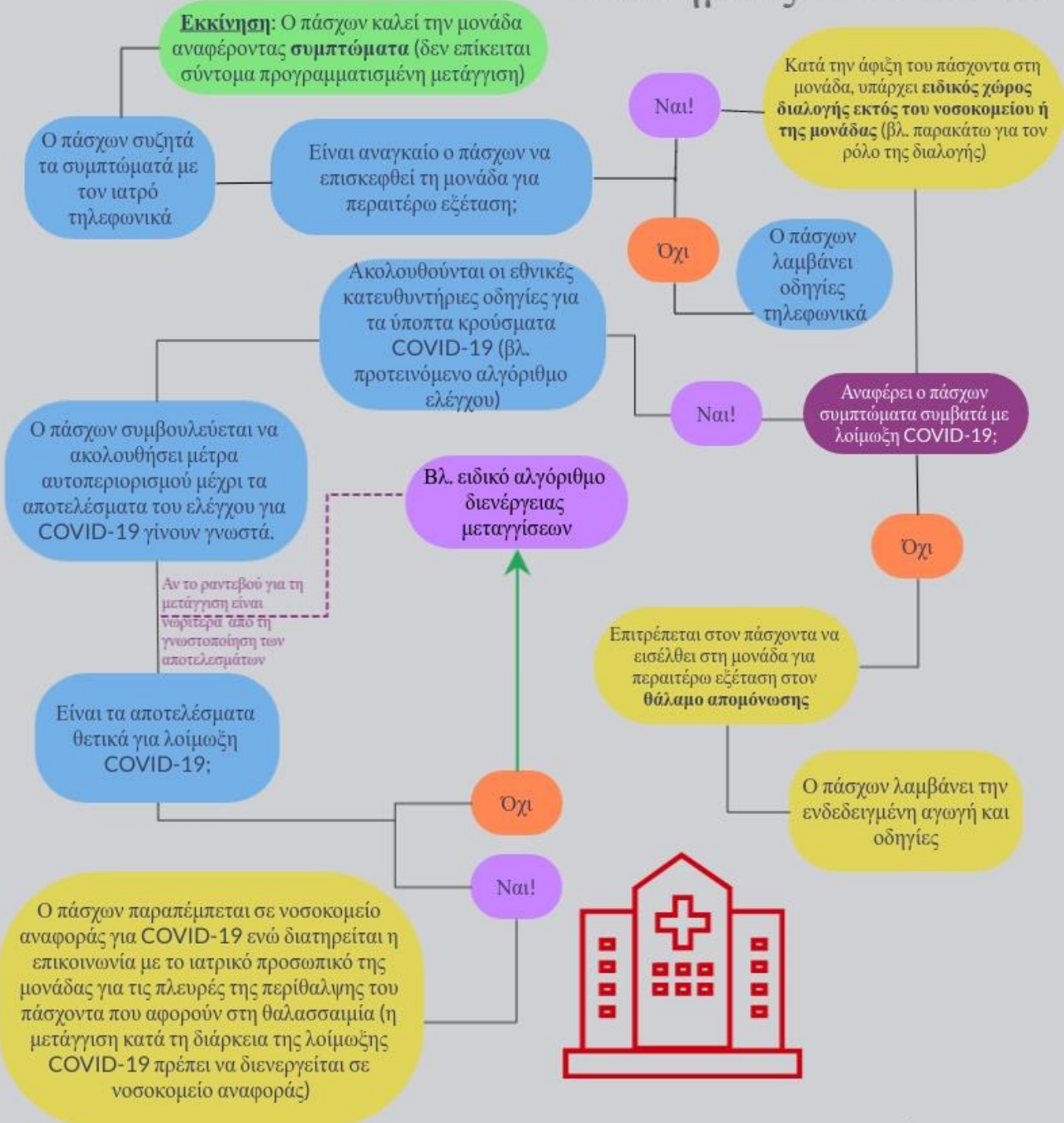


ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ ΠΑΣΧΟΝΤΩΝ

- Κάθε επίσκεψη στην κλινική ημέρας, τη μονάδα ή το ιατρείο θα πρέπει να είναι **ΚΑΤΟΠΙΝ ΡΑΝΤΕΒΟΥ- ΜΟΝΟ** μετά από τηλεφωνικής επικοινωνία ή ηλεκτρονικό σύστημα ραντεβού, όπου είναι διαθέσιμο.
- Η κλινική ημέρας, τη μονάδα ή το ιατρείο θα πρέπει να διενεργεί **ΔΙΑΛΟΓΗ 2 ΣΗΜΕΙΩΝ** (όπως περιγράφεται στα παρακάτω διαγράμματα) πριν την είσοδο των πασχόντων στις εγκαταστάσεις.



Γενικό μονοπάτι περίθαλψης πάσχοντα από αιμοσφαιρινοπάθεια κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19



Συνιστάται η συμμόρφωση με τις Διεθνείς Κατευθυντήριες Οδηγίες για την Αντιμετώπιση της Μεταγραιοεξερτώμενης Θαλασσαιμίας, την Αντιμετώπιση της Μη Μεταγραιοεξερτώμενης Θαλασσαιμίας και για την Επείγουσα Περιθαλψη της Διεθνούς Ομοσπονδίας Θαλασσαιμίας, όπου αυτό είναι δυνατό. Οι οδηγίες είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα: www.thalassaemia.org.cy



ΠΕΡΙΟΧΗ ΔΙΑΛΟΓΗΣ

- **ΕΛΕΓΧΟΣ ΔΙΑΛΟΓΗΣ** θα διενεργείται προκειμένου να επιτραπεί η είσοδος στην κλινική ημέρας, τη μονάδα ή το ιατρείο.
- Η διαλογή θα διενεργείται από τον **ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ ΔΙΑΛΟΓΗΣ**, που θα φέρει τον κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας (βλ. παρακάτω για περισσότερες πληροφορίες) και θα υποβάλλει μια σειρά ερωτήσεων (σύμφωνα με τις εθνικές κατευθυντήριες οδηγίες COVID-19).
- Θα ελέγχονται η θερμοκρασία, η καρδιακή συχνότητα, η αρτηριακή πίεση, η αναπνευστική συχνότητα του πάσχοντα και θα διενεργείται η παλμική οξυμετρία.
- **ΣΕ ΠΑΣΧΟΝΤΕΣ ΑΠΟ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΟΠΑΘΕΙΕΣ (ΘΑΛΑΣΣΑΙΜΙΑ ΚΑΙ ΔΡΕΠΑΝΟΚΥΤΤΑΡΙΚΗ ΝΟΣΟΣ), ΘΑ ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΤΑΙ ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΕΛΕΓΧΟΣ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΗΣ.**
- Σε παρουσία συμπτωμάτων ή σημείων COVID-19 (υψηλή θερμοκρασία, ξηρός βήχα κλπ.), ο νοσηλευτής διαλογής θα διαβουλευτεί τους θεράποντες ιατρούς προκειμένου να αποφασιστεί η είσοδος στην κλινική ημέρας, τη μονάδα ή το ιατρείο.
- Εάν επιτραπεί η είσοδος του, ο πάσχων θα μεταφέρεται σε **ΘΑΛΑΜΟ ΑΠΟΜΟΝΩΣΗΣ**, όπου θα λαμβάνει την ενδεδειγμένη περίθαλψη από γιατρούς και νοσηλευτές που θα φορούν κατάλληλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας (βλ. Παρακάτω για περισσότερες πληροφορίες).

ΘΑΛΑΜΟΣ ΑΠΟΜΟΝΩΣΗΣ: Οι κλινικές ημέρας, οι μονάδες και τα ιατρεία αιμοσφαιρινοπαθειών θα πρέπει να ορίσουν έναν συγκεκριμένο, ειδικό χώρο εντός της κλινικής, της μονάδας ή του ιατρείου που θα χρησιμοποιείται για την παροχή ιατρικής περίθαλψης σε πάσχοντες από αιμοσφαιρινοπάθειες που είναι ύποπτοι ή θετικοί για COVID-19. Αυτό το δωμάτιο θα πρέπει ιδανικά να έχει ξεχωριστή είσοδο/έξοδο από την υπόλοιπη κλινική, μονάδα ή ιατρείο, προκειμένου να περιορίζεται η επαφή με άλλους πάσχοντες, εμποδίζοντας έτσι τη μετάδοση της λοίμωξης COVID-19. Ο χώρος αυτός πρέπει να απολυμαίνεται τακτικά.

ΔΙΑΓΝΩΣΗ COVID-19: ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΣ ΑΛΓΟΡΙΘΜΟΣ ΕΛΕΓΧΟΥ

ΣΕ ΠΑΣΧΟΝΤΕΣ ΑΠΟ ΘΑΛΑΣΣΑΙΜΙΑ Η ΔΡΕΠΑΝΟΚΥΤΤΑΡΙΚΗ ΝΟΣΟ ΜΕ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΛΟΙΜΩΞΗΣ ΑΠΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ, ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ COVID-19 ΚΑΙ ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΓΙΑ ΑΛΛΟΥΣ ΙΟΥΣ ΚΟΙΝΗΣ ΓΡΙΠΗΣ

Η ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΠΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΥΝΥΠΑΡΧΕΙ ΜΕ ΑΛΛΟΥΣ ΙΟΥΣ ΚΟΙΝΗΣ ΓΡΙΠΗΣ

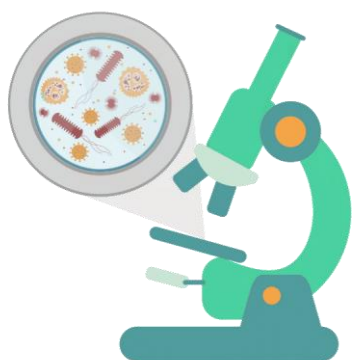
Η ΛΗΨΗ ΡΙΝΟΦΑΡΥΓΓΙΚΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΕΛΕΓΧΟ RNA ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ Ο ΠΛΕΟΝ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ.

Ο ΕΛΕΓΧΟΣ RNA ΓΙΑ COVID-19 RNA ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΤΑΙ ΣΕ ΚΑΠΟΙΟ ΑΠΟ ΤΑ ΚΕΝΤΡΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΟΡΙΣΤΕΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

ΑΝ Ο ΕΛΕΓΧΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΟΣ, ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΥΤΟΠΕΡΙΟΡΙΣΤΕΙ ΜΕ ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΓΙΑ 14 ΗΜΕΡΕΣ (ΟΠΩΣ ΣΥΝΙΣΤΑΤΑΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΤΟΝ Π.Ο.Υ.)

ΑΝ Ο ΕΛΕΓΧΟΣ ΓΙΑ COVID-19 ΕΙΝΑΙ ΘΕΤΙΚΟΣ, ΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΝΑΦΕΡΕΙ ΤΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΣΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ, ΟΙ ΟΠΟΙΕΣ ΜΕ ΤΗ ΣΕΙΡΑ ΤΟΥΣ ΘΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΝ ΤΟΝ ΘΕΡΑΠΟΝΤΑ ΙΑΤΡΟ. Η ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ ΤΟΥ ΠΑΣΧΟΝΤΑ ΘΑ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕΙ ΤΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ.

ΑΝ Ο ΕΛΕΓΧΟΣ ΕΙΝΑΙ ΘΕΤΙΚΟΣ ΓΙΑ ΑΛΛΟΥΣ ΙΟΥΣ ΕΚΤΟΣ ΤΟΥ COVID-19, ΠΑΡΕΧΕΤΑΙ Η ΕΝΔΕΔΕΙΓΜΕΝΗ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΘΕΡΑΠΟΝΤΑ ΙΑΤΡΟ



Ο ΘΕΡΑΠΩΝ ΙΑΤΡΟΣ ΤΟΥ ΠΑΣΧΟΝΤΑ ΑΠΟ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΟΠΑΘΕΙΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΠΑΝΤΑ ΝΑ ΠΑΡΕΧΕΙ ΤΟ ΠΛΗΡΕΣ ΙΑΤΡΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΤΟΥ ΠΑΣΧΟΝΤΑ ΚΑΙ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΕΙ ΣΤΕΝΗ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΣΕ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΑΠΟ ΤΙΣ ΜΟΝΑΔΕΣ Ή ΚΛΙΝΙΚΕΣ COVID-19 ΠΑΡΑΠΕΜΦΕΙ Ο ΠΑΣΧΩΝ, ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ.

ΕΛΕΓΧΟΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ

- Η διενέργεια γενικής αίματος, προ-μεταμοσχευτικού επιπέδου αιμοσφαιρίνης και φερριτίνης ορού **πρέπει να συνεχιστεί** ως συνήθως (σύμφωνα με τις προφυλάξεις που επισημαίνονται στο Μονοπάτι Περίθαλψης Πασχόντων, βλ. σελ. 5 & 6) κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19.
- Οι ετήσιοι έλεγχοι τακτικής παρακολούθησης (πχ. MRI, Ferriscan, DEXA, οφθαλμολογικός & ακουσολογικός έλεγχος) σε πάσχοντες με χαμηλό φορτίο σιδήρου που είναι κλινικά σταθεροί **θα πρέπει να αναβάλλονται** για μετά το τέλος της πανδημίας, εκτός εάν ο θεράπων ιατρός υποδείξει διαφορετικά.

ΚΑΝΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΟ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΔΙΑΚΟΠΤΕΤΑΙ ΧΩΡΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ Ή ΤΗ ΣΥΝΑΙΝΕΣΗ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΟΝΤΟΣ ΙΑΤΡΟΥ

Ιβουπρουφένη & COVID-19: Έχουν εκφραστεί ανησυχίες σχετικά με τις επιπτώσεις της λήψης ιβουπρουφαίνης για την ανακούφιση των συμπτωμάτων της λοίμωξης COVID-19. Μέχρι να υπάρξουν περισσότερα δεδομένα, οι πάσχοντες καλούνται να επιλέγουν άλλα φάρμακα, όπως η παρακεταμόλη, και να συμβουλευονται σχετικά τον ιατρό τους. Απαιτείται πάντα προσοχή για πιθανές αλλεργίες κατά τη λήψη οποιοδήποτε φαρμάκου.

Ομάδες αίματος & COVID-19: Δεν υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα που να υποστηρίζουν την ευπάθεια στον ιό SARS-CoV-2 (υπεύθυνο για τη λοίμωξη COVID-19) κάποιας συγκεκριμένης ομάδας αίματος.

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΙ ΠΟΡΟΙ

Δίαυλοι επικοινωνίας:

- Γραμμή βοήθειας – τηλεφωνικές συσκευές
- Ειδική διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
- Αριθμός τηλεφώνου έκτακτης ανάγκης

Μονοπάτι ασθενούς:

- Καθορισμένος χώρος διαλογής εκτός κλινικής
- Απομονωμένος θάλαμος για ασθενείς με COVID-19 που χρειάζονται μεταγίσεις

Εξοπλισμός επαγγελματιών υγείας:

- Εξοπλισμός ατομικής προστασίας, συμπεριλαμβανομένων, ενδεικτικά, γαντιών, ποδιών, προστατευτικών διόπτρων ή ασπίδων προσώπου, μασκών προσώπου και αναπνευστικών συσκευών¹.

¹ World Health Organisation, 2020 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331498/WHO-2019-nCoV-IPCPPE_use-2020.2-eng.pdf

ΠΩΣ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19

- Ακολουθήστε τις συμβουλές των εθνικών υγειονομικών αρχών και του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (βλ. γραφήματα παρακάτω).
- Εάν αισθανθείτε αδιαθεσία, επικοινωνήστε με τον θεράποντα ιατρό σας το συντομότερο δυνατό.
- Αν νομίζετε ότι πάσχετε από λοίμωξη COVID-19, **ΜΗΝ ΠΑΤΕ ΣΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΗΜΕΡΑΣ!!!** Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα την πιθανή μετάδοση της λοίμωξης στους γιατρούς, τους νοσηλευτές και τους άλλους ασθενείς. Καλέστε πριν για να **κλείσετε ένα ραντεβού**.
- Ανατρέξτε στο ενημερωτικό υλικό της ΔΟΘ σχετικά με τη λοίμωξη COVID-19 στην ιστοσελίδα: <https://thalassaemia.org.cy/covid-19-pandemic/tif-material-on-covid-19/>

Protect yourself and others from getting sick

Wash your hands



- after coughing or sneezing
- when caring for the sick
- before, during and after you prepare food
- before eating
- after toilet use
- when hands are visibly dirty
- after handling animals or animal waste



World Health Organization

Wash your hands

Wash your hands with soap and running water when **hands are visibly dirty**



If your **hands are not visibly dirty**, frequently clean them by using alcohol-based hand rub or soap and water



World Health Organization

Protect others from getting sick

When coughing and sneezing **cover mouth and nose** with flexed elbow or tissue



Throw tissue into closed bin immediately after use

Clean hands with alcohol-based hand rub or soap and water after coughing or sneezing and when caring for the sick



World Health Organization

Protect others from getting sick



Avoid close contact when you are experiencing cough and fever

Avoid spitting in public



If you have fever, cough and difficulty breathing **seek medical care early** and share previous travel history with your health care provider



World Health Organization

How to Wash Your Hands

The 12 Step Checklist



World Health Organization



Cleaning Agents: Soap & Water.



Duration: 40 - 60 Seconds.



1

Wet your hands with water.



2

Apply soap to cover all of the surfaces of your hands.



3

Rub your hands, palm to palm.



4

Move your right hand over your left hand with interlaced fingers, and vice versa.



5

Ensure your hands are palm to palm and your fingers are interlaced.



6

The backs of your fingers should be matched to your opposing palms with your fingers interlocked.



7

Rotationally rub your left thumb in your clasped right hand and vice versa.



8

Continue rotational rubbing backwards and forwards with your clasped fingers of your right hand in your left palm and vice versa.



9

Rinse your hands with water.



10

Dry your hands thoroughly with a single use towel.



11

Use the towel to turn off the faucet.



12

Your hands are now washed correctly.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΑΥΤΟΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥ;²

Τα μέτρα αυτοπεριορισμού είναι μέτρα που αποσκοπούν στον περιορισμό της κοινωνικής αλληλεπίδρασης μεταξύ των ανθρώπων. Αυτό θα βοηθήσει στη μείωση της μετάδοσης του κορωνοϊού (COVID-19).

Τα μέτρα αυτά περιλαμβάνουν:

1. Διατήρηση απόστασης 1-3 μέτρων από οποιοδήποτε πρόσωπο.
2. Αποφυγή επαφής με άτομο που εμφανίζει συμπτώματα κορωνοϊού (COVID-19). Τα συμπτώματα αυτά περιλαμβάνουν υψηλή θερμοκρασία ή/και συνεχή βήχα πρόσφατης έναρξης.
3. Αποφυγή μη αναγκαίας χρήσης των δημόσιων μεταφορών, όταν αυτό είναι δυνατό.
4. Εργασία από το σπίτι, όπου είναι δυνατό. Υποστήριξη αυτής της επιλογής από τον εργοδότη.
5. Αποφυγή μεγάλων και μικρών συναθροίσεων σε δημόσιους χώρους.
6. Αποφυγή συναθροίσεων με φίλους και την οικογένεια. Διατήρηση επαφής μέσω ηλεκτρονικών μορφών επικοινωνίας, όπως τηλέφωνο, διαδίκτυο και μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
7. Χρήση τηλεφωνικών ή ηλεκτρονικών υπηρεσιών για επικοινωνία με γιατρό ή άλλες σημαντικές υπηρεσίες.



ΠΩΣ ΝΑ ΑΥΤΟΠΕΡΙΟΡΙΣΤΕΙΤΕ³

- Μείνετε σπίτι σας. Μην πηγαίνετε στην κλινική ημέρας, την εργασία, το σχολείο ή σε δημόσιους χώρους.
- Μην χρησιμοποιείτε τα μέσα μαζικής μεταφοράς ή τα ταξί. Ζητήστε από τους φίλους και την οικογένειά σας ή τις υπηρεσίες παράδοσης να κάνουν θελήματα για εσάς.
- Δεν επιτρέπονται οι επισκέπτες στο σπίτι. Οι φίλοι και η οικογένειά σας καθώς και εργαζόμενοι σε υπηρεσίες παράδοσης πρέπει να σας αφήσουν τρόφιμα στη πόρτα σας.
- Μπορεί να χρειαστεί να εφαρμόσετε τα παραπάνω μέτρα μέχρι νεωτέρας πληροφόρησης.

² <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-on-social-distancing-and-for-vulnerable-people/guidance-on-social-distancing-for-everyone-in-the-uk-and-protecting-older-people-and-vulnerable-adults#summary-of-advice>

³ <https://ukts.org/heads-up/coronavirus-information/>

ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΠΗΓΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ <https://www.ecdc.europa.eu/en/coronavirus>

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΘΑΛΑΣΣΑΙΜΙΑΣ – ΠΗΓΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ COVID-19:

- ☑ Πανδημία COVID-19 & Αιμοσφαιρινοπάθειες
- ☑ Χρήσιμος σύντομος οδηγός για την υγεία και τη διατροφή κατά την Πανδημία COVID-19
- ☑ Συχνές Ερωτήσεις & Απαντήσεις για τον COVID-19 και τους Ασθενείς με Αιμοσφαιρινοπάθειες
- ☑ Αίμα και Πανδημία COVID-19

Διαθέσιμα στην ιστοσελίδα: <https://thalassaemia.org.cy/covid-19-pandemic/tif-material-on-covid-19/>

****Σύντομα κοντά σας****

Δελτίο COVID-19 από τη ΔΟΘ

(θα δημοσιευτεί στην ιστοσελίδα και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης της ΔΟΘ)
Εβδομαδιαία ενημέρωση, συμπεριλαμβανομένων των τελευταίων ειδήσεων για τις επιστημονικές εξελίξεις, τις θεραπείες, τα εμβόλια, τη διάγνωση, και τις δοκιμασίες παρακολούθησης.

Μείνετε ασφαλείς – Μείνετε ενημερωμένοι!

TIF COVID-19 HELP DESK & COMMUNICATION LINE

To facilitate contact with our members and patients, we have created a Help Desk & Communication Line, specifically for issues concerning the COVID-19 outbreak!

YOU CAN REACH US DIRECTLY AT TIF-COVID19@THALASSAEMIA.ORG.CY