

## COVID-19

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΑΡΟΧΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Κάθε ασθενής ή τραυματίας θα αντιμετωπίζεται σαν να έχει COVID-19 και να διαχειρίζεται κατάλληλα.

Το θύμα μπορεί να είναι ασυμπτωματικό και όμως να εξακολουθεί να είναι φορέας του ιού.

Εάν το θύμα είναι στενή επαφή του Παροχέα Πρώτων Βοηθειών και έχει COVID-19, ο εν λόγω Πάροχος θα έχει πιθανότητα ήδη εκτεθεί και μπορεί να παρέχει άμεσα πρώτες βοήθειες.

#### **Αν το θύμα δεν είναι στενή επαφή του Παροχέα Πρώτων Βοηθειών:**

- Ακολουθήστε τις κρατικές οδηγίες για την απόσταση και τη χρήση- προστατευτικό εξοπλισμό (ΜΑΠ), όπου αυτό είναι δυνατό.

- Η χρήση ΜΑΠ (γάντια, μάσκες, προστασία των ματιών κ.λπ.) ενδέχεται να μην είναι διαθέσιμα σε όλες τις περιπτώσεις, αλλά πρέπει πάντα να λαμβάνεται μέριμνα για την ατομική προστασία.

Οι ομάδες πρώτων βοηθειών στους χώρους εργασίας θα πρέπει να φοράνε τα απαραίτητα ΜΑΠ και να παρέχουν πρώτες βοήθειες χωρίς περαιτέρω καθυστέρηση.

- Εάν το θύμα ανταποκρίνεται και είναι σε θέση να ακολουθήσει συμβουλές για να βοηθήσει τον εαυτό του, παρέχετε του συμβουλές πρώτων βοηθειών από ασφαλή (2m) απόσταση. Εάν το θύμα έχει μάσκα προστασίας προσώπου διαθέσιμη, ενθαρρύνετέ το να τη φορέσει ενώ το φροντίζετε.

Μέλη οικογένειας, εφόσον επιθυμούν, μπορούν να καθοδηγηθούν για την παροχή πρώτων βοηθειών, άμεσα.

Μπορεί επίσης να είναι απαραίτητο να τους προμηθεύσετε με γάζες, επιδέσμους κ.λ.π.- από ασφαλή απόσταση.

- Εάν το θύμα δεν ανταποκρίνεται ή δεν είναι σε θέση να βοηθήσει μόνο του τον εαυτό του, τότε ίσως αναγκαστικά πρέπει να του παρέχετε άμεσα φροντίδα. Ωστόσο, το θύμα και ο Παροχέας Πρώτων Βοηθειών, πρέπει να γνωρίζουν τον κίνδυνο μεταφοράς του ιού.

#### **Σειρά ενεργειών για τη φροντίδα των τραυματιών ενός ατυχήματος εκτός στενής επαφής:**

- Καλέστε αμέσως 166 ή 112.

- Όπου είναι δυνατόν, φοράτε γάντια όταν αγγίζετε ή χειρίζεστε τον τραυματία.

- Φορέστε κάλυμμα προσώπου/μάσκα, εάν υπάρχει και εξετάστε το ενδεχόμενο να τοποθετήσετε και μάσκα πάνω στο πρόσωπο του τραυματία.

- Αγγίξτε ό, τι είναι απολύτως απαραίτητο, γνωρίζοντας ότι όλα τα αντικείμενα και οι επιφάνειες μέσα και γύρω από το θύμα μπορεί να έχουν μολυνθεί από τον ιό.



- Παρέχετε μόνο βασικές άμεσες πρώτες βοήθειες για να περιορίσετε το χρόνο έκθεσής σας.

Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τον έλεγχο μια μεγάλης αιμορραγίας, την εφαρμογή ενός επιδέσμου, τη χρήση ενός αυτόματου εγχυτήρα αδρεναλίνης, την αξιολόγηση για ανταπόκριση του ατόμου κουνώντας το και φωνάζοντας το ή και την ανάγκη μετακίνησής του.

**Μετά την ολοκλήρωση, είναι απαραίτητο να:**

- Αφαιρέσετε και απορρίψτε τυχόν ΜΑΠ
- Πλύνετε καλά τα χέρια σας με σαπούνι και ζεστό νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα
- Πλύνετε όλα τα ρούχα σας το συντομότερο δυνατό
- Να είστε προετοιμασμένοι να μπειτε σε καραντίνα και να ακολουθήσετε τις κρατικές οδηγίες εάν παρουσιάσετε συμπτώματα COVID-19 μετά την παροχή πρώτων βοηθειών.