

## **Αναθεωρημένες οδηγίες από το CDC σχετικά με την COVID-19**

Το CDC (Centers for Disease Control and Prevention) στις ΗΠΑ αναθεώρησε τις οδηγίες για το ευρύ κοινό σχετικά με την COVID-19. Οι Καθηγητές της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Σταυρούλα (Λίνα) Πάσχου** (Επίκουρη Καθηγήτρια Ενδοκρινολογίας), **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου** (Καθηγήτρια Θεραπευτικής-Επιδημιολογίας-Προληπτικής Ιατρικής) και **Θάνος Δημόπουλος** (Καθηγητής Θεραπευτικής-Αιματολογίας-Ογκολογίας και Πρύτανης ΕΚΠΑ) συνοψίζουν κύρια σημεία των αναθεωρημένων οδηγιών.

<p><b>Εκτέθηκαν σε COVID-19 και ΔΕΝ έχεις κάνει όλες τις απαραίτητες δόσεις εμβολίου</b></p>	<p>Μείνε σπίτι για τουλάχιστον 5 ολόκληρες ημέρες</p> <p>Φόρεσε μάσκα εάν πρέπει να είσαι κοντά σε άλλους στο σπίτι</p> <p>Μην ταξιδεύεις</p> <p>Ακόμη κι αν δεν εμφάνισες συμπτώματα, κάνε τεστ τουλάχιστον 5 ημέρες μετά την τελευταία στενή επαφή με COVID-19</p>	<p>Παρακολούθησε για πιθανά συμπτώματα μέχρι και 10 ημέρες μετά την τελευταία στενή επαφή με COVID-19</p> <p>Απόφυγε τα ταξίδια</p> <p>Εάν εμφανίσεις συμπτώματα, κάνε τεστ και απομονώσου μέχρι να μάθεις τα αποτελέσματα</p>	<p>Να φοράς μάσκα για 10 ολόκληρες ημέρες κάθε φορά που βρίσκεσαι κοντά σε άλλους μέσα στο σπίτι ή εκτός. Απόφυγε τα μέρη, όπου δεν μπορείς να φοράς μάσκα</p> <p>Εάν πρέπει να ταξιδέψεις τις ημέρες 6 ως 10, λάβε προφυλάξεις</p> <p>Απόφυγε να βρίσκεσαι κοντά σε άτομα υψηλού κινδύνου</p>
<p><b>Εκτέθηκαν σε COVID-19 ΑΛΛΑ έχεις κάνει όλες τις απαραίτητες δόσεις εμβολίου</b></p>	<p>Δεν χρειάζεται να μείνεις σπίτι εκτός εάν εμφανίσεις συμπτώματα</p> <p>Ακόμη κι αν δεν εμφάνισες συμπτώματα, κάνε τεστ τουλάχιστον 5 ημέρες μετά την τελευταία στενή</p>	<p>Παρακολούθησε για πιθανά συμπτώματα μέχρι και 10 ημέρες μετά την τελευταία στενή επαφή με COVID-19</p> <p>Εάν εμφανίσεις συμπτώματα, κάνε τεστ και</p>	<p>Να φοράς μάσκα για 10 ολόκληρες ημέρες κάθε φορά που βρίσκεσαι κοντά σε άλλους μέσα στο σπίτι ή σε επαφή με κοινό. Μην πηγαίνεις σε μέρη, όπου δεν μπορείς να φοράς μάσκα</p>

	επαφή με COVID-19	απομονώσου μέχρι να μάθεις τα αποτελέσματα	Σε πιθανό ταξίδι, λάβε προφυλάξεις  Απόφυγε να βρίσκεσαι κοντά σε άτομα υψηλού κινδύνου
<b>Εκτέθηκες σε COVID-19 ΑΛΛΑ είχες θετικό τεστ τις προηγούμενες 90 ημέρες</b>	Δεν χρειάζεται να μείνεις σπίτι εκτός εάν εμφανίσεις συμπτώματα	Παρακολούθησε για πιθανά συμπτώματα μέχρι και 10 ημέρες μετά την τελευταία στενή επαφή με COVID-19  Εάν εμφανίσεις συμπτώματα, κάνε τεστ και απομονώσου μέχρι να μάθεις τα αποτελέσματα	Να φοράς μάσκα για 10 ολόκληρες ημέρες κάθε φορά που βρίσκεσαι κοντά σε άλλους μέσα στο σπίτι ή σε επαφή με κοινό. Μην πηγαίνεις σε μέρη, όπου δεν μπορείς να φοράς μάσκα  Σε πιθανό ταξίδι, λάβε προφυλάξεις  Απόφυγε να βρίσκεσαι κοντά σε άτομα υψηλού κινδύνου