

Θ Ε Μ Α : ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ ΑΠΟ ΛΟΙΜΩΞΕΙΣ

Αυστηρή τήρηση των κανόνων ατομικής υγιεινής ,όπως :

1. Καλό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό, **κυρίως μετά τη χρήση της τουαλέτας, μετά τον χειρισμό των ζώων , των σκουπιδιών και φυσικά πριν τη λήψη τροφής ή την ετοιμασία γευμάτων.**
2. Χρησιμοποιούμε ασφαλές νερό (με πρόσφατα πλυμένο ποτήρι ή μιας χρήσης). Αν δεν υπάρχει, το επεξεργαζόμαστε κατάλληλα έτσι ώστε να γίνει ασφαλές. **Απαγορεύεται η χρήση νερού από βρύσες που δεν γνωρίζουμε αν το νερό είναι κατάλληλο προς πόση.** Ποτέ δεν πίνουμε νερό βάζοντας το στόμα μας στην βρύση ή σε λάστιχο ποτίσματος.
3. Επιλέγουμε τρόφιμα που έχουν υποστεί κατάλληλη επεξεργασία, όπως το παστεριωμένο γάλα για παράδειγμα .
4. Πλένουμε πάρα πολύ καλά τα φρούτα και τα λαχανικά και ιδιαίτερα όταν πρόκειται να αναλωθούν ωμά.
5. Προσοχή στην ημερομηνία λήξεως. Δεν καταναλώνουμε ποτέ τρόφιμα που έχουν λήξει.
6. Αυστηρή χρησιμοποίηση ατομικών και προσωπικών αντικειμένων όπως πιάτα, πιρούνια, πετσέτες, οδοντόβουρτσες. **Επίσης τονίζουμε την προσοχή στην ατομική χρήση και μόνο** των προσωπικών αντικειμένων όπως, δοχεία νερού, μολύβια, στυλό , γόμες τετράδια, παιχνίδια ,κλπ.
7. Είναι πολύ σημαντικό να προτρέπονται τα παιδιά να βάζουν χαρτομάντιλο μπροστά από τη μύτη ή το στόμα όταν φταρνίζονται ή βήχουν. Αν δεν υπάρχει χρησιμοποιούμε τον αγκώνα . Αν παρεμπιπτόντως βάλουμε το χέρι μας πλενόμαστε αμέσως , πριν ακουμπήσουμε οποιοδήποτε αντικείμενο .Τα απορρίμματα όλων των ειδών συλλέγονται σε κάδους που κλείνουν με καπάκι και ανοίγουν πατώντας μόνο με το πόδι. Δεν ανοίγουμε το καπάκι του κάδου απορριμμάτων με τα χέρια. Αν αυτό συμβεί για οποιοδήποτε λόγο, ακολουθεί άμεσα σχολαστικό πλύσιμο χεριών (με άφθονο νερό και σαπούνι).
8. Συχνό μπάνιο και καθημερινή αλλαγή ενδυμασίας, κυρίως εσωρούχων.
9. Στις οικογένειες που έχουν βρέφη και νήπια, χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή όσον αφορά την καθαριότητά τους. Να γίνεται συχνή αλλαγή της πάνας και καθαριότητα του βρέφους, καθώς επίσης σχολαστικό πλύσιμο των χεριών της μητέρας ή και άλλων προσώπων που περιποιούνται το βρέφος με σαπούνι και νερό.
10. Τακτικό πλύσιμο του ρουχισμού, των κρεβατιών, των παιχνιδιών και άλλων αντικειμένων
11. Σε περίπτωση ασθένειας παιδιού ή εκπαιδευτικού από εμπύρετο ή οποιοδήποτε άλλο μεταδοτικό νόσημα, να παραμένει στο σπίτι για ταχύτερη ανάρρωση και αποφυγή μετάδοσης σε άλλα παιδιά ή εκπαιδευτικούς.

Μέτρα γενικής καθαριότητας και περιβαλλοντικής υγιεινής

- Διατήρηση της καθαριότητας και συχνός αερισμός των αιθουσών διδασκαλίας και του σπιτιού.
- Διατήρηση καθαριότητας κοινόχρηστων χώρων του σχολείου ή του σπιτιού, όπως τουαλέτες, νιπτήρες, αποδυτήρια, ντους, κουζίνες, μαγειρεία, κυλικεία, τραπεζαρίες, χερούλια νιπτήρων , θρανίων και πορτών.
- Στην τουαλέτα κρίνεται απαραίτητη η τοποθέτηση στον τοίχο δοχείων υγρού σαπουνιού και χειροπετσετών μίας χρήσης , για ευκολότερη χρήση από τα παιδιά και φυσικά για την ασφάλειά τους.
- Λήψη κατάλληλων προφυλακτικών μέτρων για αποφυγή επαφής με δυνητικά μολυσμένα βιολογικά υλικά (εμέσματα, κόπρανα, αίμα).

- Όπου είναι δυνατό, να αποφεύγονται οι χώροι συνωστισμού, ιδιαίτερα για τα μικρά παιδιά.