



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Οδηγίες για άτομα που βρίσκονται σε κατ' οίκον περιορισμό ως στενές επαφές κρούσματος λοίμωξης COVID-19

Το άτομο που ορίζεται σαν στενή επαφή επιβεβαιωμένου κρούσματος (ορισμός στο <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/>) θεωρείται δυνητικά ύποπτο κρούσμα και θα πρέπει να ακολουθήσει τις οδηγίες του Υπουργείου Υγείας. Σε αντίθετη περίπτωση υπάρχει νομική ευθύνη για παραβίαση του Νόμου περί Λοιμοκάθαρσης.

Οδηγίες απομόνωσης στο σπίτι

- Ιδανικά, το άτομο θα πρέπει να διαμένει μόνο του στο σπίτι. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό, το ύποπτο κρούσμα απομονώνεται σε ένα δωμάτιο, το οποίο τα υπόλοιπα μέλη δε θα χρησιμοποιούν σε καμία περίπτωση. Εάν υπάρχουν και άλλα ύποπτα ή και επιβεβαιωμένα κρούσματα στο σπίτι θα πρέπει να απομονώνονται ξεχωριστά μεταξύ τους.
- Το δωμάτιο στο οποίο διαμένει το ύποπτο κρούσμα, θα πρέπει να αερίζεται ικανοποιητικά.
- Δεν επιτρέπεται η έξοδος από το σπίτι*.
- Δεν επιτρέπονται οι επισκέψεις.
- Συστήνεται η χρήση ξεχωριστών οικιακών σκευών. Εάν αυτό δεν είναι δυνατόν, τότε να γίνεται απολύμανση πριν και μετά τη από κάθε χρήση με κοινό απορρυπαντικό ή σαπούνι, ξέπλυμα και στέγνωμα.
- Συστήνεται η χρήση ξεχωριστού μπάνιου και αποχωρητηρίου. Εάν δεν υπάρχει αυτή η ευχέρεια, τότε να γίνεται απολύμανση σύμφωνα με τις οδηγίες των υγειονομικών υπηρεσιών (https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/4_3.pdf).
- Εάν υπάρχει προγραμματισμένο ταξίδι πριν την αποδέσμευση, ΔΕΝ επιτρέπεται η πραγματοποίησή του. Εξάιρεση μπορεί να γίνει σε περίπτωση που η μόνιμη κατοικία είναι εκτός Κύπρου, πάντοτε σε συνεννόηση με τη Μονάδα Επιδημιολογικής Επιτήρησης για ενημέρωση και οδηγίες.
- Η μετακίνηση επιτρέπεται ΜΟΝΟ σε περίπτωση επείγουσας ιατρικής ανάγκης και κατόπιν επικοινωνίας με τον Προσωπικό Ιατρό ή το 1420. Όπου είναι εφικτό, η μετακίνηση να γίνεται χωρίς συνοδεία και μόνο με προσωπικό όχημα (όχι με λεωφορείο ή ταξί).
- Μέχρι το τέλος της περιόδου του κατ' οίκον αυτοπεριορισμού, τα απορρίμματα θα πρέπει να τοποθετούνται σε διπλή σακούλα και να φυλάγονται για 72 ώρες σε ξεχωριστό χώρο από αυτόν της καθορισμένης συλλογής. Με το πέρας των 72 ωρών μπορούν να τοποθετηθούν στον συνήθη χώρο συλλογής τους.
- Σε περίπτωση που δεν υπάρχει δυνατότητα εφαρμογής των πιο πάνω, υπάρχει πρόνοια καραντίνας **με επιπρόσθετο κόστος** σε ενδεδειγμένο ξενοδοχείο καραντίνας 22691345. (Το κόστος αυτό καλύπτεται εξ ολοκλήρου από το Υφυπουργείο Τουρισμού, εάν η στενή επαφή



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

προέκυψε ήταν συνεπιβάτης κρούσματος σε αεροπλάνο και τηλεφωνήθηκε για οδηγίες από λειτουργό του Υπουργείου Υγείας).

- Εάν το ύποπτο κρούσμα είναι κάτω από 15 ετών ή είναι άτομο που έχουν ανάγκη φροντίδας και δεν αυτοεξυπηρετούνται τότε ένας γονέας/ κηδεμόνας/ φροντιστής μπορεί να αυτοπεριοριστεί μαζί με το ύποπτο κρούσμα για να το φροντίζει και να ζητήσει επίσης ειδική άδεια. Για το άτομο που θα επιλέξει να μείνει σε αυτοπεριορισμό μαζί με το ύποπτο κρούσμα, ισχύουν οι ίδιες οδηγίες αυτοπεριορισμού στο σπίτι και απομόνωσης από τους υπόλοιπους συγκατοίκους και το ευρύτερο περιβάλλον, όπως ισχύουν και για το ύποπτο κρούσμα.
- Η μόνη εξαίρεση για άρση της αυτοαπομόνωσης είναι για να σκοπούς εξέτασης στα ιατρεία δημόσιας υγείας ή για επείγον ιατρικούς σκοπούς. Οι στενές επαφές ΔΕΝ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΗΓΑΙΝΟΥΝ ΜΕ ΔΙΚΗ ΤΟΥΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΤΟ ΤΕΣΤ ούτε σε σημεία δειγματοληψίας rapid test ούτε σε ιδιωτικά χημεία καθώς θα θεωρείτε παραβίαση του αυτοπεριορισμού τους.

Επόμενη ενημέρωση/ Αποδέσμευση

- Η περίοδος απομόνωσης καθορίζεται στις 14 ημέρες**. Το άτομο που ορίζονται ως στενή επαφή μπορεί να αποδεσμευτεί από την καραντίνα νωρίτερα από τις 14 ημέρες εφόσον κάνει PCR τεστ την 10η ημέρα από την επαφή του με επιβεβαιωμένο κρούσμα και έχει αρνητικό αποτέλεσμα. ([βλέπε ΕΠΙΚΑΙΡΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΗΞΗΣ ΚΑΡΑΝΤΙΝΑΣ ΤΩΝ ΣΤΕΝΩΝ ΕΠΑΦΩΝ ΚΡΟΥΣΜΑΤΩΝ COVID-19](#))
- Η καραντίνα ξεκινά από την τελευταία μέρα επαφής με το κρούσμα και όχι από την ημέρα ενημέρωσης***. Η ημέρα επαφής ορίζεται ως ημέρα μηδέν και οι μέρες αυτοπεριορισμού ξεκινούν να μετρούν από την επόμενη ημέρα.
- Εφόσον έχει δηλωθεί ως στενή επαφή από το επιβεβαιωμένο κρούσμα ένας λειτουργός του Υπουργείου Υγείας θα επικοινωνήσει τηλεφωνικώς με το ύποπτο κρούσμα μέσα σε λίγες μέρες για ενημέρωση ως προς τον δειγματοληπτικό έλεγχο. Θα δοθούν τηλεφωνικώς οι οδηγίες για τον τόπο και τρόπο μετάβασης. Από τη διαδικασία της ιχνηλάτησης, δικαιολογείται **ένα** δωρεάν τεστ σε κάθε στενή επαφή.
- Για το αποτέλεσμα του τεστ θα ενημερωθεί εντός 72 ωρών με γραπτό μήνυμα.
- Εάν το άτομο που ορίζεται σαν στενή επαφή δεν κληθεί για τεστ ή δεν επιθυμεί να κάνει το τεστ μπορεί να επιστρέψει στις δραστηριότητες του μετά από 14 ημέρες από την τελευταία σας επαφή με το κρούσμα εφόσον δεν παρουσιάσατε συμπτώματα.
- Η καραντίνα αίρεται αυτόματα με την πάροδο των ημερών αυτοπεριορισμού χωρίς άλλη ενημέρωση.



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Προσωπικός Ιατρός

- Δεν χρειάζεται να ενημερωθεί ο Προσωπικός Ιατρός από την αρχή, παρά μόνο σε περίπτωση ανάπτυξης συμπτωμάτων. Τότε ο ιατρός μπορεί να προγραμματίσει κι άλλη δειγματοληψία εάν θεωρηθεί απαραίτητη.
- Συστήνεται καθημερινή θερμομέτρηση από το ίδιο το άτομο.
- Σε περίπτωση που δεν υπάρχει προσωπικός ιατρός, συστήνεται η άμεση εγγραφή. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό, μπορεί το άτομο να απευθυνθεί στη γραμμή 1420.

Ειδική άδεια

- Υπάρχει δυνατότητα εξασφάλισης άδειας εργασίας από το Υπουργείο Υγείας σε άτομα που αξιολογήθηκαν ότι είχαν στενή επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα. Το σχετικό αρχείο επισυνάπτεται, αλλά μπορεί να συμπληρωθεί και ηλεκτρονικά με τον πιο κάτω τρόπο:
1. Στη σελίδα [rho coronavirus](#), στην καρτέλα Πληροφορίες / Οδηγίες υπάρχει το αρχείο *Αίτημα για έκδοση πιστοποιητικού απουσίας από την εργασία για λόγους Δημόσιας Υγείας*.
 2. Συμπληρώνεται και αποστέλλεται **μετά την πάροδο της καραντίνας** με fax (22771496) ή μέσω email (cycomnet1@cytanet.com.cy), όπως αναγράφεται στο έντυπο. Το πιστοποιητικό θα αποσταλεί πίσω με τον ίδιο τρόπο.
 3. Το Πιστοποιητικό Απουσίας από την Εργασία για λόγους Δημόσιας που εκδίδεται από το Υπουργείο Υγείας θα πρέπει να κατατίθεται στον Εργοδότη ή στις Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

Για γενικές πληροφορίες, καλέστε στη γραμμή 1412 (08:00-20:00).

Για τυχόν πρόσθετες οδηγίες και διευκρινίσεις, επικοινωνήστε με την Ομάδα Ιχνηλάτησης 22771923 ή στο email contacttracing2@moh.gov.cy

Για αναφορά συμπτωμάτων, καλέστε τον προσωπικό σας ιατρό ή το 1420 (24 ώρες).

**Η καραντίνα στο σπίτι ενδέχεται να επιτηρείται είτε με επιτόπιους είτε με τηλεφωνικούς ελέγχους. Τα άτομα που βρίσκονται σε κατ' οίκον περιορισμό είναι υποχρεωμένα να συμμορφώνονται με το σχετικό διάταγμα. Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης, θα κρίνονται ποινικά υπεύθυνα.*

***Επιστροφή στην εργασία πριν τις 14 ημέρες μπορεί εγκριθεί για επαγγελματίες υγείας και λοιπούς επαγγελματίες σε δημόσια ή ιδιωτικά νοσηλευτήρια μετά από συνεννόηση με τις τοπικές επιτροπές λοιμώξεων ή τον υπεύθυνο ασφαλείας του νοσηλευτηρίου όπου εργάζονται. Δεν εξαιρούνται όμως της κοινωνικής απομόνωσης όσον αφορά τις κοινωνικές και ενδοοικογενειακές τους επαφές.*



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

****Σε περίπτωση που οι στενές επαφές δεν απομονωθούν από το θετικό κρούσμα, τότε η ημέρα έναρξης της απομόνωσης τους ξεκινά από την ημέρα αποδέσμευσης του θετικού κρούσματος (αφού μέχρι την τελευταία ημέρα πριν την αποδέσμευση του το θετικό άτομο είναι εν δυνάμει μεταδοτικό).*

Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας
Υπουργείο Υγείας
22/01/2021



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ
ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
1449 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Αίτηση για έκδοση Ιατρικού Πιστοποιητικού για λόγους Δημόσιας Υγείας

Ημερομηνία Αίτησης*.....
(παρακαλώ όπως η αίτηση συμπληρώνεται και αποστέλλεται μετά την πάροδο της καραντίνας)

Όνοματεπώνυμο*.....

Αριθμός Δελτίου Ταυτότητας* ή Αριθμός Διαβατηρίου*.....
(να επισυνάπτεται αντίγραφο)

Τηλέφωνο Επικοινωνίας*.....

Ηλεκτρονική Διεύθυνση/ Τηλεομοιοτυπο(φαξ)* :.....

Όνομα κρούσματος* :

Τηλέφωνο κρούσματος :

Τελευταία Ημερομηνία Επαφής με επιβεβαιωμένο κρούσμα* :

Ημερομηνία πρώτης μέρας αυτοπεριορισμού (καραντίνας)*.....

Ημερομηνία τελευταίας μέρας αυτοπεριορισμού (καραντίνας)*.....

Σχέση με το κρούσμα (σημειώστε ανάλογα π.χ. Συνάδελφος, Συμμαθητής/τρια κλπ)*
.....

Πρόσθετες πληροφορίες σχετικά με την επαφή:

.....

Χώρα και Ημερομηνία Άφιξης* :

Να επισυνάπτονται ταξιδιωτικά έγγραφα (κάρτα επιβίβασης ή αεροπορικό εισιτήριο), με την οποία επιβεβαιώνεται η ημερομηνία άφιξης στη Κύπρο.

Υπογραφή* :

*Υποχρεωτικά πεδία

Η αίτηση να αποσταλεί με τηλεομοιοτυπο (φάξ) στο 22771496 ή
στο email: cycomnet1@cytanet.com.cy