

Προστάτευσε τον εαυτό σου από τον ιό Ebola

Ο ιός Ebola προκαλεί πολύ σοβαρή και συχνά θανατηφόρο νόσο

Τρόποι μετάδοσης:

- μέσω άμεσης επαφής από άνθρωπο σε άνθρωπο ή επαφής με σωματικά υγρά ή αίμα ή μέσω μολυσμένων αντικειμένων
- μέσω άμεσης επαφής με άγρια ζώα, νεκρά ή ζωντανά ή μέσω κατανάλωσης κρέατος από άγρια ζώα (bushmeat)



Αν ταξιδεύεις ΠΡΟΣ
τη Λαϊκή Δημοκρατία του Κονγκό ή την Ουγκάντα:

Απόφυγε:

- την επαφή με ζωντανά ή νεκρά ζώα (πχ πίθηκοι, νυχτερίδες)
- τη συμμετοχή σε τελετές ταφής που περιλαμβάνουν επαφή με τη σορό
- την άμεση επαφή με ασθενείς και σωματικά υγρά αυτών, όπως σάλιο, αίμα, εμέσματα, ούρα
- την επαφή με αντικείμενα που έχουν χρησιμοποιηθεί από ασθενείς
- την κατανάλωση ανεπαρκώς μαγειρεμένης ζωικής τροφής ή "bushmeat"
- τη σεξουαλική επαφή χωρίς προφύλαξη

Πρέπει να:

- εφαρμόζεις συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό
- αναζητήσεις άμεσα ιατρική βοήθεια, αν εμφανίσεις συμπτώματα όπως πυρετό, κακουχία, πονοκέφαλο, μυαλγίες, πονόλαιμο, κοιλιακό πόνο, διάρροια, εμέτους, εξάνθημα ή αιμορραγίες

Εάν επιστρέφεις **ΑΠΟ** επηρεαζόμενη περιοχή και είχες πιθανή έκθεση:

- εφάρμοσε αυτοπεριορισμό και παρακολούθηση της υγείας σου για 21 ημέρες
- αν εμφανίσεις πυρετό ή άλλα συμπτώματα ενημέρωσε άμεσα τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ) στο 1135 ή στο 210 5212054 και ακολούθησε τις οδηγίες που θα σου δοθούν