



ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ

του ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΘΑΝΑΣΙΑ

**MD, Msc, MPH, PhDc, Ειδικός Ιατρός Εργασίας,
Μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Ιατρικής της Εργασίας
και Περιβάλλοντος (Ε.Ε.Ι.Ε.Π.)**

Η Ελλάδα συγκαταλέγεται στις Ευρωπαϊκές χώρες που καταγράφουν σημαντική επιβάρυνση από τον ιό του Δυτικού Νείλου, με τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (Ε.Ο.Δ.Υ.) να εκτιμά ότι η τρέχουσα περίοδος μετάδοσης ενδέχεται να εξελιχθεί σε μία από τις δυσκολότερες των τελευταίων ετών, όσον αφορά στον αριθμό κρουσμάτων.

Η έντονη κυκλοφορία του ιού, ιδιαίτερα σε περιοχές της Αττικής, και η ταχεία αύξηση των κρουσμάτων ήδη από τα πρώτα στάδια της περιόδου μετάδοσης, έχει θέσει τις υγειονομικές αρχές σε αυξημένη εγρήγορση.

Πότε αναμένεται η κορύφωση της φετινής περιόδου μετάδοσης;

Βάσει των ιστορικών δεδομένων, η κορύφωση της εποχικής έξαρσης της λοίμωξης συμβαίνει συνήθως κατά το δεύτερο μισό του Αυγούστου και το πρώτο μισό του Σεπτεμβρίου (από τα μέσα-τέλη Αυγούστου έως και τις αρχές-μέσα Σεπτεμβρίου).

Οι πολίτες πρέπει να τηρούν με συνέπεια τα μέτρα ατομικής προστασίας από τα κουνούπια, δηλαδή να αποφεύγουν, όσο γίνεται, τα τσιμπήματά τους. Δεν σημαίνει ότι όλα τα κουνούπια είναι μολυσμένα, τα περισσότερα δεν είναι. Όμως, επειδή κάποια κουνούπια είναι μολυσμένα, σε ορισμένες περιοχές, θα πρέπει οι πολίτες να λαμβάνουν τα μέτρα τους.

Να χρησιμοποιούν εγκεκριμένα εντομοαπωθητικά σώματος και χώρου (π.χ. ταμπλέτες, «φιδάκια»), σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης, να χρησιμοποιούν σήτες, κουνουπιέρες, κλιματιστικά/ανεμιστήρες και να φορούν, ιδίως από το σούρουπο και μετά, μακριά ρούχα (όσο βέβαια το επιτρέπει αυτό ο καιρός).

Να παρακολουθούν και να ενημερώνονται για τις περιοχές όπου σίγουρα κυκλοφορεί ο ιός, δηλαδή για τις περιοχές όπου έχουν καταγραφεί κρούσματα, και εάν διαμένουν ή επισκέπτονται αυτές τις περιοχές να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί.

Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, τα άτομα με ανοσοκαταστολή (π.χ. λέμφωμα, λευχαιμία, άλλες κακοήθειες, αυτοάνοσα νοσήματα, μεταμοσχευμένοι, όσοι λαμβάνουν ανοσοκατασταλτικά φάρμακα), ή με άλλα χρόνια υποκείμενα νοσήματα πρέπει να τηρούν τα μέτρα προστασίας από κουνούπια με ιδιαίτερη συνέπεια, καθώς κινδυνεύουν περισσότερο να νοσήσουν σοβαρά. Η ηλικία είναι ο βασικότερος παράγοντας κινδύνου για σοβαρή νόσηση και - έως και θανατηφόρες - επιπλοκές, καθώς επίσης και όσοι έχουν ανοσοκαταστολή κινδυνεύουν επίσης σοβαρά.

Παράλληλα, ένα σημαντικό μέτρο πρόληψης είναι η απομάκρυνση/εξάλειψη εστιών στάσιμου νερού, όπου τα κουνούπια αφήνουν τα αυγά τους, ώστε να περιοριστούν οι εστίες αναπαραγωγής τους στους ιδιωτικούς χώρους. Για τη μείωση των εστιών αυτών, η συμμετοχή της κοινότητας είναι καθοριστική, καθώς στους ιδιωτικούς χώρους δεν μπορούν να παρέμβουν οι αρμόδιες αρχές Τοπικής Αυτοδιοίκησης. Επί του πρακτέου, θα πρέπει να ελέγχονται τακτικά και ενδελεχώς όλοι οι ιδιωτικοί χώροι (αυλές, κήποι, βεράντες, ταράτσες, μπαλκόνια, χωράφια, οικόπεδα) για την ύπαρξη εστιών στάσιμων νερών και αυτές να εξαλείφονται. Όλα τα αντικείμενα που ενδέχεται να συγκεντρώνουν νερό πρέπει να είναι αναποδογυρισμένα ή καλυμμένα, ή το νερό τους να ανανεώνεται τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα. Πρέπει να καθαρίζονται υδρορροές, φρεάτια και λούκια, και να καλύπτονται με σήτα οι αγωγοί εξαερισμού ή άλλες ανοικτές δίοδοι των βόθρων.

Η σοβαρότητα της νόσου και ο πραγματικός αριθμός λοιμώξεων.

Μέχρι τη σύνταξη της τελευταίας αναφοράς, τα εγχώρια περιστατικά είχαν φτάσει τα εκατο δέκα (110), ενώ σημειώθηκαν εννέα (9) θάνατοι ασθενών ηλικίας 66 έως 99 ετών.

Τα καταγεγραμμένα αυτά περιστατικά αφορούν κυρίως σοβαρές μορφές της νόσου που επηρεάζουν το κεντρικό νευρικό σύστημα (προκαλώντας εγκεφαλίτιδα ή μηνιγγίτιδα). Οι ειδικοί εκτιμούν ότι για κάθε ένα σοβαρό περιστατικό αντιστοιχούν περίπου εκατόν σαράντα (140) άτομα που περνούν τη λοίμωξη εντελώς ασυμπτωματικά ή με πολύ ήπια ενόχληση.

Ο υγειονομικός χάρτης ανά Περιφερειακή Ενότητα-περιοχές υψηλού κινδύνου:

- **Βόρειος Τομέας Αθηνών:** Αγίας Παρασκευής, Νέας Ιωνίας, Χαλανδρίου, Παπάγου-Χολαργού, Πεντέλης, Βριλησίων, Αμαρουσίου, Λυκόβρυσης-Πεύκης, Κηφισιάς, Ηρακλείου, Φιλοθέης-Ψυχικού, Μεταμόρφωσης.
- **Ανατολική Αττική:** Σπάτων-Αρτέμιδος, Μαρκοπούλου Μεσογαίας, Κρωπίας, Λαυρεωτικής, Παλλήνης, Βάρης-Βούλας-Βουλιαγμένης, Παιανίας, Ραφήνας-Πικερμίου, Αχαρνών, Μαραθώνος, Σαρωνικού, Διονύσου.

- **Νότιος Τομέας Αθηνών:** Γλυφάδας, Αλίμου, Ελληνικού-Αργυρούπολης, Καλλιθέας, Νέας Σμύρνης*.
- **Κεντρικός Τομέας Αθηνών:** Αθηναίων, Ηλιούπολης, Δάφνης-Υμηττού*, Νέας Φιλαδέλφειας-Νέας Χαλκηδόνας.
- **Λοιπές Περιοχές Αττικής και Πειραιά:** Φυλής (Δυτική Αττική), Περιστερίου και Πετρούπολης (Δυτικός Τομέας), Πειραιά.
- **Θεσσαλία:** Λαρισαίων, Τεμπών, Κιλελέρ, Παλαμά, Σοφάδων, Τρικκαίων.
- **Μακεδονία:** Πέλλας, Σκύδρας, Νέας Ζίχνης, Αμφίπολης, Βέροιας, Αλεξάνδρειας, Ηρωικής Πόλης Νάουσας, Αμπελοκήπων-Μενεμένης, Χαλκηδόνας, Δέλτα.
- **Πελοπόννησος και Στερεά Ελλάδα:** Ευρώτα (Λακωνία), Θηβαίων (Βοιωτία).

Χρήσιμες πληροφορίες:

Ο ιός μεταδίδεται κυρίως με το τσίμπημα μολυσμένων κοινών κουνουπιών. Δεν μεταδίδεται με τη συνήθη κοινωνική επαφή από άνθρωπο σε άνθρωπο και δεν είναι μολυσμένα όλα τα κουνούπια.

Βασικά μέτρα προστασίας:

- **Χρησιμοποιούμε εγκεκριμένα εντομοαπωθητικά σώματος,** σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης.
- **Χρησιμοποιούμε εγκεκριμένα εντομοαπωθητικά ή εντομοκτόνα χώρου,** όπως ηλεκτρικές συσκευές με ταμπλέτες ή υγρό και καπνογόνες σπείρες («φιδάκια») σε εξωτερικούς χώρους, πάντοτε σύμφωνα με τις οδηγίες του προϊόντος.
- **Τοποθετούμε σίτες σε πόρτες και παράθυρα** και χρησιμοποιούμε κουνουπιέρες, κλιματισμό ή ανεμιστήρες.
- **Φοράμε μακριά και κατά προτίμηση ανοιχτόχρωμα ρούχα,** ιδιαίτερα από το σούρουπο έως το πρωί.
- **Αδειάζουμε, ή καλύπτουμε δοχεία** και αντικείμενα που μπορεί να συγκερατούν νερό.
- **Καθαρίζουμε τακτικά** υδρορροές, λούκια και φρεάτια.
- **Λαμβάνουμε αυξημένα μέτρα προστασίας** κατά τις υπαίθριες δραστηριότητες και σε περιοχές με πρόσφατη καταγραφή κρουσμάτων.

Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζονται τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, τα άτομα με ανοσοκαταστολή και όσοι έχουν χρόνια υποκείμενα νοσήματα, καθώς κινδυνεύουν περισσότερο να εμφανίσουν σοβαρή νόσο.

Πυρετός που συνοδεύεται από έντονη κεφαλαλγία, δυσκαμψία αυχένα, σύγχυση, υπνηλία, διαταραχή βάδισης, τρόμο, σπασμούς, σημαντική μυϊκή αδυναμία ή παράλυση απαιτεί άμεση ιατρική αξιολόγηση.

- **Προτείνεται οι εργοδότες να προμηθεύσουν τους εργαζόμενους σε εξωτερικές εργασίες που είναι κοντά σε πηγές κινδύνου με καταλληλά εγκεκριμένα εντομοαπωθητικά σώματος.**

Παρακαλώ δείτε τα επισυναπτόμενα αρχεία.

Πηγές και περισσότερες πληροφορίες:

- Ε.Ο.Δ.Υ. – Ιός του Δυτικού Νείλου:
<https://eody.gov.gr/el/nosimata/metadotika/nosimata-kai-themata-ygeias/ios-dytikou-neilou.html>
- Ε.Ο.Δ.Υ. – Μέτρα προστασίας από τα κουνούπια:
<https://eody.gov.gr/el/nosimata/loipa-themata-ygeias/kounouypia.html>