

Πώς μπορώ να προφυλαχτώ;

- ✓ Χρησιμοποιείτε κατάλληλα μέσα προστασίας κατά τη διάρκεια γεωργοκτηνοτροφικών εργασιών ή παραμονής σε πλημμυρισμένες περιοχές (γαλότσες, αδιάβροχα γάντια, αδιάβροχος ρουχισμός κλπ.). Αν χρησιμοποιείτε νερό υπό πίεση για καθαρισμό χώρων, συστήνεται επιπλέον η χρήση μάσκας αναπνευστικής προστασίας FFP2 ή N95 και προστατευτικής ασπίδας προσώπου για να μην έρχεστε σε επαφή με τυχόν σταγονίδια που εκτινάσσονται.
- ✓ Καλύψτε ανοιχτές πληγές με αδιάβροχους επιδέσμους ή επιθέματα κατά τις υπαίθριες εργασίες. Πλύνετε τα χέρια σας και καθαρίστε τις πληγές (κατά προτίμηση με σαπούνι ή αλκοολούχο αντισηπτικό) μετά από επαφή με ούρα, ζώα, χώμα ή στάσιμα νερά.
- ✓ Αποφύγετε την επαφή με νερά πλημμύρας και μην καταναλώνετε υγρά ή τρόφιμα που έχουν έρθει σε επαφή με νερά πλημμύρας.
- ✓ Αποφύγετε την κολύμβηση, την κατάποση ή τη βύθιση του κεφαλιού σε δυνητικά μολυσμένο γλυκό νερό (ποτάμια, λίμνες, στάσιμο νερό, πλημμυρισμένες εκτάσεις).
- ✓ Πλένετε πολύ καλά φρούτα και λαχανικά που είχαν επαφή με χώμα και τρώγονται ωμά. Μην τα καταναλώνετε κατευθείαν από το χωράφι.
- ✓ Διατηρείτε υγρά και τρόφιμα σε κλειστούς περιέκτες (δοχεία, καλάθια με καπάκι ή άλλα κλειστά συστήματα) όταν βρίσκονται σε υπαίθριο χώρο. Μην καταναλώνετε υγρά ή τρόφιμα που μπορεί να έχουν εκτεθεί σε τρωκτικά.
- ✓ Απομακρύνετε τα απορρίμματα και τυχόν υπολείμματα τροφών και νερού γύρω από το σπίτι σας έτσι ώστε να μην προσελκύουν τρωκτικά.
- ✓ Κρατήστε τους πληθυσμούς τρωκτικών (αρουραίους και ποντίκια) υπό έλεγχο εφαρμόζοντας συστηματικά μυοκτονίες.
- ✓ Περιφράξτε και διατηρήστε με ασφάλεια αποθηκευμένα τρόφιμα, ζωοτροφές ή αγροτικά προϊόντα ώστε να μην έχουν πρόσβαση τρωκτικά.
- ✓ Εμβολιάζετε προληπτικά τα κατοικίδια σας έναντι της λεπτοσπείρωσης σύμφωνα με τις οδηγίες του κτηνιάτρου.



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΛΕΠΤΟΣΠΕΙΡΩΣΗ

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ – ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ - ΜΕΤΡΑ
ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ

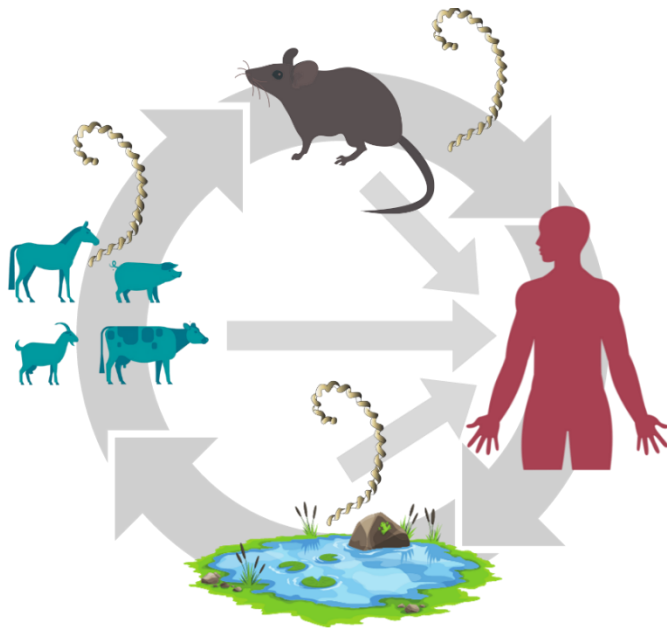


Τι είναι η λεπτοσπείρωση;

Η λεπτοσπείρωση

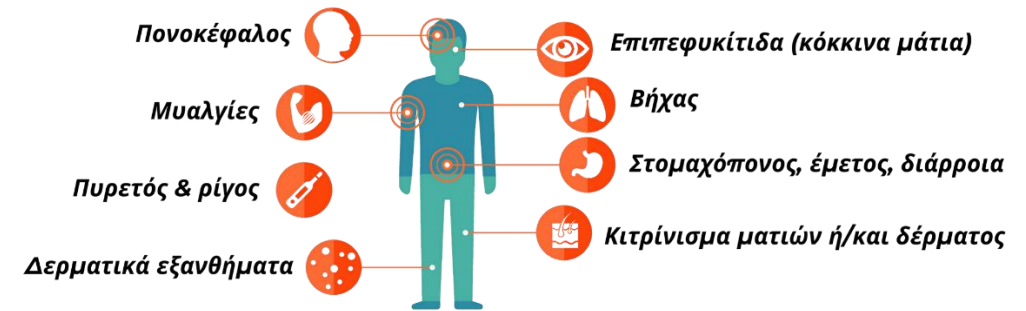
- είναι μια μικροβιακή λοίμωξη η οποία προσβάλλει τόσο τον άνθρωπο όσο και τα ζώα.
- προκαλείται από βακτήριο (*Leptospira*).
- είναι δυνητικά θανατηφόρος.

Πώς μπορεί να μολυνθεί ο άνθρωπος από την *Leptospira*;



Η μόλυνση γίνεται μέσω επαφής με μολυσμένα ζώα, με το φυσικό περιβάλλον ιδίως όταν υπάρχουν νερά/υγρασία ή μέσω κατανάλωσης τροφής/υγρών που ήρθαν σε επαφή με μολυσμένα ζώα ή με το φυσικό περιβάλλον.

Ποια είναι τα συμπτώματα της λεπτοσπείρωσης;



Τα συμπτώματα της λεπτοσπείρωσης μπορεί να εκδηλωθούν από 2 ημέρες έως και 30 ημέρες (συνήθως 5-14 ημέρες) μετά την έκθεση στην *Leptospira*.

Η νόσος μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο!

Σε περίπτωση έκθεσης είναι σημαντικό να παρακολουθείτε την υγεία σας μέχρι και για ένα μήνα μετά. Αν αναπτύξετε οποιοδήποτε από τα παραπάνω συμπτώματα επικοινωνήστε **άμεσα** με τον ιατρό σας.

Τι αυξάνει τον κίνδυνο να νοσήσω;

- Αγροτική, κτηνοτροφική, απασχόληση.
- Εργασία στην αποκομιδή σκουπιδιών.
- Εργασία στις αποχετεύσεις.
- Επαφή με νερά σε πλημμυρισμένες περιοχές ή καθαρισμός χώρων μετά από πλημμύρες χωρίς χρήση μέσων προστασίας (αδιάβροχα γάντια, γαλότσες κλπ.).
- Κολύμβηση σε ποτάμια, λίμνες και υπαίθριες ψυχαγωγικές δραστηριότητες.
- Διαβίωση σε περιοχές που έχουν εκδηλωθεί πρόσφατα κρούσματα λεπτοσπείρωσης.
- Παραμονή σε επικίνδυνο περιβάλλον χωρίς χρήση μέσων προστασίας.