

Σας καλούμε να συμμετέχετε στην καμπάνια του ΠΟΥ Ευρώπης #ΚάνεΤαΌλα

Το σκηνικό

Υπάρχουν ανησυχητικά σημάδια σε ό,τι αφορά στην μετάδοση του SARS COV-2 στην Περιφέρεια της Ευρώπης. Παρότι παρατηρείται πτωτική τάση στους κυριότερους δείκτες που αφορούν στην εξέλιξη της πανδημίας, δεν υπάρχουν περιθώρια για εφησυχασμό. Αντιμετωπίζουμε μια ζοφερή πραγματικότητα: οι καταγεγραμμένοι θάνατοι έχουν ξεπεράσει το 1 εκατομμύριο στην Ευρωπαϊκή Περιφέρεια, ενώ μόνο την περασμένη εβδομάδα σχεδόν 19.000 άνθρωποι έχασαν τη ζωή τους λόγω της COVID-19.

Μερικοί από τους λόγους για την αύξηση του αριθμού των περιστατικών COVID-19 φαίνεται να σχετίζονται με τη χαλάρωση των μέτρων Δημόσιας Υγείας – που συνδέονται επίσης με την προσδοκία για απαλλαγή που μας προσφέρει ο εμβολιασμός. Τέλος, περαιτέρω αιτίες είναι η συνεχιζόμενη κυκλοφορία των μεταλλάξεων και η παρατηρούμενη χαλάρωση στον γενικό πληθυσμό. Τα βασικά μέτρα για την προστασία της Δημόσιας Υγείας εξακολουθούν να αποτελούν τον θεμέλιο λίθο στην αντιμετώπιση της πανδημίας.

Για τις αρχές Δημόσιας Υγείας, αυτό σημαίνει έλεγχος, ιχνηλάτηση επαφών, απομόνωση, υποστηριζόμενη καραντίνα και ποιοτική φροντίδα. Σε ατομικό επίπεδο, η αποφυγή του συγχρωτισμού, η τήρηση αποστάσεων, η υγιεινή των χεριών, η χρήση μάσκας και ο καλός αερισμός των χώρων παραμένουν απαραίτητα. Πρέπει να μειώσουμε τη μετάδοση, αντί να περιμένουμε ότι θα ακολουθήσει από μόνη της μια πτωτική πορεία.

Back to the basics

Για να γίνει αυτό, είναι σημαντικό να διατηρήσουμε τις συμπεριφορές πρόληψης που γνωρίζουμε ότι είναι αποτελεσματικές έναντι της COVID-19 και των μεταλλάξεων του ιού, όπως είναι το πλύσιμο των χεριών, η χρήση μάσκας και η τήρηση αποστάσεων ασφαλείας.

Τα μεταλλαγμένα στελέχη του ιού θα συνεχίσουν να εμφανίζονται και να εξαπλώνονται, θέτοντας νέες προκλήσεις. Πλέον όμως, γνωρίζουμε ότι ο μόνος τρόπος για να αποτρέψουμε την εμφάνιση και την εξάπλωσή τους είναι να μειώσουμε την μετάδοση της COVID-19 στον ανθρώπινο πληθυσμό.

Είμαστε στην αρχή μιας παγκόσμιας προσπάθειας για την διάθεση όχι μόνο ενός, αλλά πολλών εμβολίων, γεγονός που μας φέρνει ένα τεράστιο βήμα πιο κοντά στο τέλος της τρέχουσας φάσης της πανδημίας. Καθώς αυξάνεται η κάλυψη από τα εμβόλια, θα μειωθούν η νόσηση και οι θάνατοι και θα διασφαλιστούν οι βασικές υπηρεσίες υγείας. Ωστόσο, προκειμένου να διατηρήσουμε τα ποσοστά μετάδοσης χαμηλά και να μειώσουμε τις πιθανότητες μετάλλαξης του ιού, πρέπει να **#ΤαΚάνουμεΌλα**.

Τα εμβόλια από μόνα τους δεν θα επιστρέψουν τον κόσμο στη ζωή προ-COVID. Θα χρειαστεί ενδεχομένως να ζήσουμε με τον ιό. Το ότι εμβολιαστήκαμε δεν σημαίνει ότι μπορούμε να πάψουμε να προσέχουμε και να θέσουμε τον εαυτό μας και τους άλλους σε κίνδυνο. Παρόλο που τα εμβόλια μας προστατεύουν από την βαριά νόσηση και τον θάνατο, δεν είναι ακόμα ξεκάθαρο σε τι βαθμό μπορούν να μας προστατεύσουν από τη λοίμωξη και τη μετάδοση του ιού.

Η **καμπάνια #ΚάνεΤαΌλα** του ΠΟΥ Ευρώπης προτρέπει όλες και όλους μας να συνεχίσουμε ΟΛΕΣ τις

προστατευτικές συμπεριφορές που γνωρίζουμε ότι λειτουργούν σε ατομικό επίπεδο. Αυτό περιλαμβάνει:

- Καθαρισμό χεριών
- Χρήση μάσκας που καλύπτει τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι
- Αποφυγή συγχωτισμού και τήρηση αποστάσεων
- Ανοιχτά παράθυρα όπου είναι δυνατό και καλός αερισμός των χώρων
- Κάλυψη του στόματος και της μύτης όταν βήχουμε

Και

- Εμβολιασμός μόλις είναι διαθέσιμο το εμβόλιο για εσένα και βάσει των συστάσεων των υγειονομικών αρχών. **#ΚάνεΤαΌλα**

Η επόμενη φάση για τη χώρα μας

Στην παρούσα φάση, η χώρα μας βρίσκεται σε μια κρίσιμη καμπή σε ό,τι αφορά στην εξέλιξη της πανδημίας. Τόσο η χαλάρωση των μέτρων, που μας δίνουν μια μικρή ανάσα ελευθερίας, όσο και η εκκίνηση της τουριστικής σεζόν μας βάζουν όλους σε ένα σχετικό κλίμα χαλαρότητας. Παρ'όλα αυτά δεν μπορούμε να εφησυχάζουμε, καθώς ο κίνδυνος του ιού ελλοχεύει, ενώ η εμβολιαστική κάλυψη της χώρας, όπως και των περισσότερων χωρών της Περιφέρειας, δεν μας επιτρέπει να αμελήσουμε τις υπόλοιπες προστατευτικές συμπεριφορές.

Όπως κάθε καλοκαίρι, έτσι και φέτος, προκειμένου να προστατεύσουμε τον εαυτό μας από τον ήλιο και τη ζέστη, επιστρατεύουμε όχι μια μόνο συμπεριφορά, αλλά έναν συνδυασμό από εργαλεία (π.χ. αντηλιακό, γυαλιά ηλίου, καπέλο, κλπ), τα οποία μας προστατεύουν και μας προφυλάσσουν.

Έτσι λοιπόν και με τη συμπεριφορά έναντι του ιού, θα πρέπει αφενός να επιδιώξουμε τον εμβολιασμό μας το συντομότερο δυνατόν και πάντα βάσει των συστάσεων των αρμόδιων αρχών, θα πρέπει όμως αφετέρου να φροντίσουμε να τηρούμε και όλες τις υπόλοιπες συμπεριφορές που έχουμε μάθει τόσο καλά τους τελευταίους μήνες. Αναλυτικότερα: καθαρίζουμε συχνά τα χέρια, φοράμε μάσκα, αποφεύγουμε τον συγχωτισμό και τηρούμε αποστάσεις, αερίζουμε καλά τους χώρους και καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε. **#ΚάνεΤαΌλα** κι εσύ, προκειμένου να προφυλλάξεις τον εαυτό σου και τους γύρω σου και να μπορέσουμε όλοι μας να απαλλαγθούμε από τον ιό το συντομότερο δυνατόν.