

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΟΥΣΜΑΤΩΝ COVID19 & ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΚΡΟΥΣΜΑ

Διαχείριση ύποπτου ή επιβεβαιωμένου κρούσματος σε αθλητή

Ασυμπτωματικός αθλητής με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης

- απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ
- οι ασυμπτωματικοί αθλητές επανέρχονται στην αθλητική δραστηριότητα εφόσον πληρούνται όλα τα παρακάτω
 - ✓ μετά από 7 ημέρες από την ημέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης
COVID-19 **ΚΑΙ**
 - ✓ εφόσον έχουν δύο αρνητικά φαρυγγικά δείγματα, με ≥ 24 ώρες απόσταση το πρώτο από το δεύτερο (ιδανικά την 4^η και 5^η ημέρα) **ΚΑΙ**
 - ✓ δεν έχουν εμφανίσει εν τω μεταξύ οποιοδήποτε σύμπτωμα νόσου

Συμπτωματικός αθλητής με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης

- απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ
- οι συμπτωματικοί αθλητές επανέρχονται στην αθλητική δραστηριότητα εφόσον πληρούνται όλα τα παρακάτω
 - ✓ απυρεξία χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών για 3 ημέρες **ΚΑΙ**
 - ✓ απουσία συμπτωμάτων αναπνευστικού **ΚΑΙ**
 - ✓ έχουν δύο αρνητικά φαρυγγικά δείγματα, με ≥ 24 ώρες απόσταση το πρώτο από το δεύτερο

ΠΡΟΣΟΧΗ: Για την επανέναρξη της αθλητικής δραστηριότητας απαιτείται πλήρης καρδιολογικός έλεγχος και συχνή παρακολούθηση!

Στενές επαφές (μη προστατευμένες) αθλητή με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης

Απομόνωση (καραντίνα) των μη προστατευμένων στενών επαφών σε προκαθορισμένο, από τη Διοργανώτρια Αρχή ή τον σύλλογο, χώρο και με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ ως εξής:

- Η απομόνωση λήγει σε **48 ώρες** με 2+1 τεστ. Σε αυτή τη περίπτωση οι μη προστατευμένες επαφές κάνουν το τεστ αμέσως μετά τον εντοπισμό του θετικού κρούσματος. Προϋπόθεση για άρση της απομόνωσης είναι οι μη προστατευμένες επαφές να μην έχουν εμφανίσει οποιοδήποτε σύμπτωμα της νόσου και το δεύτερο ρινοφαρυγγικό δείγμα (PCR) μετά από 48 ώρες να είναι επίσης αρνητικό. Στη συνέχεια κάνουν ακόμα ένα τεστ μέσα στην εβδομάδα (δηλ. αν υπάρχει τακτικό εβδομαδιαίο τεστ δεν συμπεριλαμβάνεται στα δύο έκτακτα τεστ).
- Η απομόνωση λήγει σε **5 ημέρες** με ένα τεστ. Όλες οι μη προστατευμένες επαφές παραμένουν σε απομόνωση χωρίς αρχικό τέστ. Η απομόνωση λήγει μετά από 5 ημέρες εφόσον δεν έχουν εμφανίσει κανένα σύμπτωμα της νόσου σε αυτό το διάστημα και το ρινοφαρυγγικό δείγμα (PCR) που θα πραγματοποιηθεί το πρωί της 5ης ημέρας βγει αρνητικό. Στο διάστημα αυτό μπορούν να προπονούνται μόνο με τη σύνθεση της απομόνωσης. Μετά την 5η μέρα μπορούν να επιστρέψουν σε προπονήσεις (και μικτές για τα ομαδικά αθλήματα) και αγώνες και εφόσον δεν έχουν εμφανίσει εν τω μεταξύ οποιοδήποτε σύμπτωμανόσου
- εάν δεν υπάρχει δυνατότητα μοριακού ελέγχου (PCR) συστήνεται η επιστροφή στην αθλητική δραστηριότητα σε αγώνες μετά από απομόνωση **7 ημερών** και εφόσον δεν έχουν εμφανίσει εν τω μεταξύ οποιοδήποτε σύμπτωμα νόσου. Στο διάστημα αυτό μπορούν να προπονούνται μόνο με τη σύνθεση της απομόνωσης.

Σε περίπτωση που γνωστοποιηθεί ότι ένα μέλος τεχνικού, προπονητικού ή διοικητικού επιτελείου έχει ύποπτα κλινικά συμπτώματα ή θετικό test PCR Covid-19, τότε με μέριμνα του ιατρού του συλλόγου/ομοσπονδίας το κρούσμα τίθεται σε απομόνωση (“καραντίνα”) στην οικία τους και ενημερώνεται άμεσα ο ΕΟΔΥ για ενέργειες. Τα μέλη της ομάδας (υπόλοιπο τεχνικό/βοηθητικό προσωπικό και αθλητές) μπαίνουν σε καθεστώς ενεργητικής επιτήρησης με καθημερινή θερμομέτρηση και χρήση ερωτηματολογίου (πυρετός, βήχας, αίσθημα κόπωσης, μυαλγίες) και το εβδομαδιαίο τεστ PCR για Covid-19.

Η προστασία των προσωπικών δεδομένων και το ιατρικό απόρρητο θα πρέπει να εξασφαλίζεται τόσο κατά τη δειγματοληψία όσο και κατά τη διαχείριση των αποτελεσμάτων σύμφωνα με τη νομοθεσία.