



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

8/1/2021

**Γενικές οδηγίες για μέτρα προστασίας στα διαιτολογικά γραφεία σχετικά με την πανδημία του COVID-19 από τον Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου**

Στο πλαίσιο της λήψης προληπτικών μέτρων στο γραφείο των μελών του ΣυΔικυ, ζητούμε την κατανόηση και συνεργασία των πελατών μας στην πιστή τήρηση στοιχειωδών κανόνων.

## **Μέτρα προστασίας στα διαιτολογικά γραφεία για τον κορονοϊό Covid-19**

Ο Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου ενημερώνει όλα τα διαιτολογικά γραφεία με εγγεγραμμένα /πτυχιούχα μέλη με άδεια άσκησης επαγγέλματος για τους βασικούς κανόνες υγιεινής, επισημαίνοντας τα εξής:

- Ο χώρος να αερίζεται επαρκώς
- Μεγάλες επιφάνειες (πάτωμα, τουαλέτα) να απολυμαίνονται κάθε μέρα
- Μικρότερες επιφάνειες (πόμολλα) να απολυμαίνονται κάθε φορά με την έξοδο του πελάτη
- Αποστειρώνεται τον ζυγό, λιπομετρητή βιολεκτρικής αγωγιμότητας, μεζούρα σώματος, υψόμετρο μετά από κάθε χρήση.
- Αποφύγετε τη χρήση έμμεσης θερμοδομετρίας.
- Το μπάνιο να είναι εφοδιασμένο με αντισηπτικό χεριών και χειροπετσέτες μιας χρήσης
- Καθαρίστε τα φίλτρα, χρησιμοποιείτε αντιβακτηριακό σπράυ και κάντε και επαγγελματική συντήρηση των κλιματιστικών
- Να υπάρχει προστατευτικό γυαλί μεταξύ του διαιτολόγου και του επισκέπτη/πελάτη (προαιρετικό) και ο διαιτολόγος θα φέρει προστατευτική μάσκα
- Ο διαιτολόγος/ διατροφολόγος μπορεί να φορεί ιατρική ρόμπα (προαιρετικό)
- Θα πρέπει να γίνεται απολύμανση του χώρου όταν αναχωρούν οι επισκέπτες /πελάτες

Αντίστοιχα ζητάμε από το κοινό τη συνεργασία του με στόχο την προάσπιση της Δημόσιας Υγείας στα εξής:

- Σε περίπτωση ύποπτης συμπτωματολογίας ή ανάγκης αυτοπεριορισμού να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά μαζί μας για διευθέτηση του ραντεβού με άλλο τρόπο (πχ τηλεδιάσκεψη, τηλεφωνικώς )
- Να προσέρχεστε στο γραφείο με προστατευτικές μάσκες μιας χρήσης και γάντια
- Πλύνετε τα χέρια σας ή χρησιμοποιήστε τα αντισηπτικά που βρίσκονται στο χώρο κατά την είσοδο και έξοδο σας από το γραφείο
- Προσέρχεστε στα ραντεβού σας την καθορισμένη ώρα και χωρίς συνοδό (φίλους) -1άτομο X 8m<sup>2</sup>
- Ζητήστε παρακολούθηση εξ αποστάσεως αν βρίσκεστε σε ευπαθή ομάδα ή υψηλού κινδύνου
- Θα πρέπει να υπάρχει απόσταση μεταξύ του διαιτολόγου και του επισκέπτη/πελάτη

Πρόεδρος: Ελένη Π. Ανδρέου, Αντιπρόεδρος: Χριστίανα Φιλίππου, Γραμματέας: Άννα Παχίτα, Ταμίας: Προκόπης Καλλή  
Βοηθός Γραμματέας: Νικολέττα Ντορζή, Μέλη: Νικόλαος Ντάφλος, Δημήτρης Παπαμιχαήλ

Ταχ. Διεύθυνση: Τ.Θ. 28823, Τ.Τ. 2083 Λευκωσία, Κύπρος / Τηλ: 22452258- Fax: 22-452292/ [www.cydadiet.org](http://www.cydadiet.org).



# ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ & ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

## Οδηγίες ατομικής υγιεινής

- Παραμονή κατ' οίκον και αποχή από την παρακολούθηση μαθημάτων(φοιτητές) ή την εργασία οποιουδήποτε ατόμου εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού
- Αποφυγή στενής επαφής, εφόσον αυτό είναι δυνατό, με οποιοδήποτε άτομο εμφανίζει συμπτώματα από το αναπνευστικό, όπως βήχα ή παρμό (φτέρνισμα). Αυτό ιδιαίτερα ισχύει για τα άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες.
- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης.
- Σε βήχα ή φτέρνισμα κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντηλου στους κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών.
- Τακτικό και επιμελές πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20'', πριν τη λήψη τροφής και μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα, και
- προσεκτικό στέγνωμα χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης και απόρριψη τους στους κάδους απορριμμάτων.
- Εναλλακτικά του πλυσίματος χεριών, μπορεί να εφαρμοστεί καλό τρίψιμο των χεριών με αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα ή χαρτομάντιλα με αλκοόλη.
- Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη περιοχή, επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με το τηλ. 1420 και παραμένουμε σπίτι μας.