



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΝΑΥΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

(Μέλος της Γ.Σ.Ε.Ε., της Ι.Τ.Φ. & της Ε.Τ.Φ.)

Αριθ. Πρωτ.1184...ΓΧ/ΜΛ

23 Φεβρουαρίου 2016

Προς τις
Οργανώσεις Δύναμης ΠΝΟ
Ενταύθα

Συναδέλφои

Ιός ΖΙΚΑ

Σας κοινοποιούμε για την ενημέρωση και προσοχή σας αντίγραφο -στα ελληνικά – χθεσινού e-mail του συν. Steve Trowsdale, Συντονιστή Επιθεωρητών της ΙΤΦ, με το οποίο μας ενημερώνει με επισυναπτόμενο δελτίο πληροφοριών για τον Ιό Ζίκα.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς



Γιάννης Χαλάς

Γενικός Γραμματέας ΠΝΟ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΜΗΝΥΜΑΤΟΣ STEVE TROWSDALE

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗ ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΩΝ ITF

Αγαπητοί συνάδελφοι

Η ITF, σε μια προσπάθεια να βοηθήσει τους ναυτικούς σε όλο τον κόσμο να προστατεύσουν τον εαυτό τους από τον ιό Ζήκα, έχει εκδώσει ένα δελτίο πληροφοριών.

Ο ιός, που προκαλείται από το τσίμπημα ενός μολυσμένου κουνουπιού Aedes, αυτή τη στιγμή κυκλοφορεί στην Αφρική, την Αμερική, την Ασία και την περιοχή του Ειρηνικού. Έχουν επίσης αναφερθεί περιπτώσεις του ιού που μεταδίδεται μέσω μετάγγισης αίματος και σεξουαλικής επαφής.

Η ασθένεια του ιού Ζήκα συνήθως προκαλεί ένα ήπιο πυρετό, δερματικό εξάνθημα και επιπεφυκίτιδα για χρονικό διάστημα 2-7 ημερών, αλλά είναι ιδιαίτερα επικίνδυνο για τις γυναίκες που κυοφορούν ή σχεδιάζουν να κυοφορήσουν και έχει συνδεθεί με γενετικές ανωμαλίες. Δεν υπάρχει ειδική θεραπεία ή διαθέσιμο εμβόλιο σήμερα.

Σας επισυνάπτουμε το δελτίο πληροφοριών αλλά το υλικό αυτό υπάρχει και στους παρακάτω συνδέσμους:

<http://www.itfglobal.org/en/resources/reports-publications/zika-factsheet/>

<http://www.itfglobal.org/en/transport-sectors/seafarers/>

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

Steve Trowsdale

Συντονιστής Επιθεωρητών ITF

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

ΔΕΛΤΙΟΥ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΝΑΥΤΙΚΟΥΣ

ΙΟΣ ΖΙΚΑ

Αν είστε σε πλοίο ταξιδεύει σε μια χώρα που έχει πληγεί από την τρέχουσα επιδημία της νόσου του ιού Ζήκα, οι παρακάτω πληροφορίες θα βοηθήσουν εσάς και άλλα μέλη του πληρώματος να προστατεύσετε τον εαυτό σας.

ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

- Η νόσος του ιού Ζήκα προκαλείται από το τσίμπημα ενός μολυσμένου κουνουπιού Aedes - το ίδιο κουνούπι με το οποίο εξαπλώνεται ο δάγκειος πυρετός, chikungunya και ο κίτρινος πυρετός.
- Τα άτομα με νόσο του ιού Ζήκα έχουν συνήθως ένα ήπιο πυρετό, δερματικό εξάνθημα και επιπεφυκίτιδα (κόκκινα μάτια) για 2-7 ημέρες.
- Δεν υπάρχει συγκεκριμένη θεραπεία ή εμβόλιο που διατίθεται σήμερα.
- Ο καλύτερος τρόπος για την πρόληψη της νόσου είναι η προστασία σας εναντίον τσιμπήματα των κουνουπιών.
- Ο ιός εμφανίζεται σε τροπικές περιοχές με μεγάλους πληθυσμούς κουνουπιών, και είναι γνωστό ότι κυκλοφορεί στην Αφρική, την Αμερική, Ασία και τον Ειρηνικό.
- Με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας δεν έχει συστήσει περιορισμό στα ταξίδια ή τις εμπορικές συναλλαγές εξαιτίας του ιού.

ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

- Για τους περισσότερους ανθρώπους, τα συμπτώματα είναι ήπια, αλλά λίγα είναι ακόμη γνωστά για τις επιπλοκές της νόσου.
- Ο μεγαλύτερος κίνδυνος για την υγεία φαίνεται να είναι για τις γυναίκες που κυοφορούν ή σκοπεύουν να κυοφορήσουν, καθώς ο ιός μπορεί να συνδέεται με την αύξηση των βρεφών που γεννιούνται με μικροκεφαλία στη Βραζιλία (μικρό κεφάλι που οφείλεται στην ανώμαλη ανάπτυξη του εγκεφάλου).
- Έχει αναφερθεί εξάπλωση του ιού μέσω μετάγγισης αίματος και σεξουαλικής επαφής.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

- Η περίοδος επώασης του ιού Ζίκα (ο χρόνος από την έκθεση στον ιό μέχρι την εκδήλωση συμπτωμάτων) είναι πιθανό να είναι λίγες ημέρες.
- Τα συμπτώματα - τα οποία περιλαμβάνουν πυρετό, δερματικά εξανθήματα, επιπεφυκίτιδα (κόκκινα μάτια), πόνο των μυών και των αρθρώσεων, κούραση και πονοκέφαλο - είναι παρόμοια με άλλες λοιμώξεις, όπως του δάγκειου πυρετού.
- Τα συμπτώματα είναι συνήθως ήπια και συνήθως διαρκούν για 2-7 ημέρες.
- Ειδοποιήστε τον πλοίαρχο ή τον ιατρό του πλοίου αν νομίζετε ότι έχετε συμπτώματα της νόσου του ιού Ζήκα.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Δεν υπάρχει ειδική θεραπεία για τη νόσο του ιού Ζίκα. Θεραπεία υπάρχει μόνο για τα συμπτώματα.

Αν έχετε μολυνθεί από τον ιό Ζήκα:

- Ξεκουραστείτε αρκετά
- Πίνετε αρκετά υγρά για να αποφευχθεί η αφυδάτωση.
- Αντιμετωπίστε τον πόνο και τον πυρετό με κοινά φάρμακα.
- Εάν τα συμπτώματά σας επιδεινωθούν, ειδοποιήστε τον Πλοίαρχο του πλοίου και ζητήστε ιατρική φροντίδα και συμβουλές από τον ιατρό του πλοίου

ΠΡΟΛΗΨΗ

Ο καλύτερος τρόπος για την πρόληψη από τον ιό Ζίκα - και άλλων ασθενειών που μεταδίδονται από τα κουνούπια - είναι με την πρόληψη από τσιμπήματα των κουνουπιών είτε όταν το πλοίο είναι δεμένο στο λιμάνι ή όταν είναι αρόδου σε μια από τις χώρες που πλήττονται από τον ιό:

- Χρησιμοποιήστε εντομοαπωθητικό.
- Να φοράτε ρούχα (κατά προτίμηση ανοιχτόχρωμα) που καλύπτουν όσο το δυνατόν περισσότερο το σώμα.

- Χρησιμοποιήστε φυσικά εμπόδια, όπως σίτες, κλειστές πόρτες και παράθυρα.
- Κοιμηθείτε κάτω από κουνουπιέρες.
- Αδειάστε, καθαρίστε ή καλύψτε δοχεία που συγκρατούν το νερό - όπως κουβάδες - έτσι ώστε να μην υπάρχουν μέρη όπου τα κουνούπια να μπορούν να πολλαπλασιαστούν.
- Κατά τη διάρκεια της έξαρσης του ιού, οι υγειονομικές αρχές μπορούν να συμβουλεύουν να πραγματοποιηθεί ψεκασμός με εντομοκτόνα.
- Συνιστάται από τον Σχεδιασμό Αξιολόγησης Φυτοφαρμάκων του Παγκοσμίου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) ότι μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν ψεκασμοί με νυμφοκτόνα για σχετικά μεγάλα δοχεία νερού.
- Αν πάσχετε από τον ιό Ζίκα, να προλαμβάνετε τσιμπήματα των κουνουπιών κατά τη διάρκεια της πρώτης εβδομάδας της μόλυνσης, γιατί ο ιός μπορεί να βρεθεί στο αίμα και να εξαπλωθεί σε άλλα άτομα από τσιμπήματα των κουνουπιών.

ΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΝΑΥΤΙΚΩΝ ΠΟΥ ΚΥΟΦΟΡΟΥΝ Η ΣΧΕΔΙΑΖΟΥΝ ΝΑ ΚΥΟΦΟΡΗΣΟΥΝ

Μέχρι να υπάρξουν περισσότερες γνώσεις σχετικά με τον πιθανό συσχετισμό μεταξύ του ιού Ζίκα σε γυναίκες που κυοφορούν και την μικροκεφαλία στα νεογέννητα μωρά τους, εάν είστε έγκυος ή σκοπεύετε να μείνετε έγκυος, θα πρέπει να λάβετε επιπλέον φροντίδα για να προστατεύσετε τον εαυτό σας από τα τσιμπήματα των κουνουπιών (βλέπε πρόληψη).

- Αν είστε έγκυος και υποψιάζεστε ότι μπορεί να έχετε τη νόσο του ιού Ζίκα, συμβουλευτείτε τον ιατρό του πλοίου για τη στενή παρακολούθηση κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης σας, ή να ζητήσετε ιατρική συμβουλή στο λιμάνι.
- Σε ορισμένες χώρες έχουν ενημερωθεί οι γυναίκες για να εξετάσουν το ενδεχόμενο αναβολής προγραμματισμένης εγκυμοσύνης.

Η ITF θα συνεχίσει να παρακολουθεί την κατάσταση και θα κρατήσει τους επιθεωρητές και τους ναυτικούς ενήμερους σχετικά με τις εξελίξεις, όπου και όταν χρειάζεται.

Μπορείτε επίσης να ενημερώνεστε από την ιστοσελίδα του Παγκοσμίου Οργανισμού Υγείας

www.who.int/emergencies/zika-virus/en/