



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΑΙΔΟΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

ΟΜΟΦΩΝΙΑ 11-09-2020

Οδηγίες για τη χρήση μάσκας στο σχολείο

- Ο κορωνοϊός Sars-Cov2 είναι ένας εξαιρετικά μεταδοτικός ιός που μπορεί να προκαλέσει σοβαρή πνευμονική και συστηματική νόσο (COVID-19), συχνά θανατηφόρο, σε άτομα με υποκείμενα νοσήματα ή ηλικιωμένους.
- Στα παιδιά η νόσος από κορωνοϊό συνήθως διαδράμει ήπια, με καταρροή, πονόλαιμο, πυρετό, βήχα, κοιλιακό άλγος ή διάρροια. Επειδή τα παραπάνω συμπτώματα, είναι μη ειδικά και απαντώνται στην πλειονότητα των ιογενών λοιμώξεων της παιδικής ηλικίας, η διάγνωση της COVID-19 βάσει της κλινικής εικόνας, είναι εξαιρετικά δύσκολη.
- Λόγω της ηπιότητας των συμπτωμάτων, τα παιδιά μπορεί να είναι φορείς του ιού και να τον μεταδώσουν στο οικιακό περιβάλλον. Δηλαδή, τα παιδιά αποτελούν τον «Δούρειο Ίππο», με τον οποίο μπορεί να μπει ο κορωνοϊός μέσα σε κάθε σπίτι και να προσβάλλει την οικογένεια.

Οι αναγνωρισμένοι τρόποι προφύλαξης από τον κορωνοϊό είναι:

1. Σχολαστική υγιεινή των χεριών και αποφυγή επαφής τους με μάτια, μύτη και στόμα.
2. Επαρκής αερισμός χώρων.
3. Διατήρηση απόστασης (τουλάχιστον 1,5 μέτρου) μεταξύ μας.
4. Χρήση μάσκας προσώπου.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, τα παιδιά όταν είναι στο σχολείο:

- Είναι πολύ δύσκολο να διατηρούν καθαρά τα χέρια τους .
- Είναι δύσκολο να διαβιούν σε καλά αεριζόμενο χώρο, ιδιαίτερα το χειμώνα με το κρύο.
- Είναι δύσκολο να κρατάνε την απόσταση ασφαλείας .

Γι' αυτό πρέπει να φοράνε μάσκα.

Συστάσεις

- Η χρήση μάσκας είναι απαραίτητη κατά τη διάρκεια του μαθήματος .
- Η χρήση μάσκας είναι προαιρετική στο διάλειμμα, δεν χρησιμοποιείται στη γυμναστική, εφόσον γίνονται σε εξωτερικό χώρο και με την προϋπόθεση ότι διατηρείται η απόσταση ασφαλείας .
- Ο ρόλος των εκπαιδευτικών είναι πολύ σημαντικός και συνίσταται στην:



- Καθημερινή υπενθύμιση, για την σωστή προφύλαξη (1-4) .
 - Επιτήρηση για την διατήρηση απόστασης ασφαλείας .
 - Ενθάρρυνση της συμμόρφωσης σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.
- Η χρήση «ασπίδας προσώπου», δεν συνιστάται σαν εναλλακτική λύση.
 - Δεν υπάρχουν μέχρι σήμερα επιστημονικά δεδομένα που να δικαιολογούν την έκδοση ιατρικής γνωμάτευσης, για τη μη χρήση της μάσκας σε παιδιά με φυσιολογική ψυχοκινητική εξέλιξη.

Συχνές ερωτήσεις

Ποιά μάσκα είναι κατάλληλη για το σχολείο;

Οι υφασμάτινες μάσκες είναι επαρκείς για σχολική χρήση. Ωστόσο, μεγαλύτερη σημασία έχει η σωστή χρήση τους. Οι μάσκες πρέπει να εφαρμόζουν καλά καλύπτοντας τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι του παιδιού. Οι γονείς μπορούν να δοκιμάσουν τη μάσκα που ταιριάζει καλύτερα στο παιδί τους.

Πώς θα εκπαιδύσω το παιδί και πως θα φροντίσω ώστε η μάσκα του να παραμένει σε καλή κατάσταση;

- Συνιστάται το κάθε παιδί να έχει μαζί του στο σχολείο τουλάχιστον ΔΥΟ μάσκες, την καθημέρα στη δική της ξεχωριστή θήκη (π.χ. μια απλή πλαστική σακούλα).
- Πριν τη χρήση της μάσκας πλένουμε ΚΑΛΑ τα χέρια μας για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα με σαπούνι και νερό ή αντισηπτικό.
- Κρατάμε τη μάσκα από τα κορδόνια και την εφαρμόζουμε καλά στο πρόσωπο. Στη συνέχεια αποφεύγουμε να πιάνουμε με τα χέρια τη μάσκα , να αποκαλύπτουμε την μύτη ή να την κατεβάζουμε προς το σαγόνι .
- Αποφεύγουμε να πιάνουμε τη μάσκα από την μπροστινή επιφάνεια.
- Αποφεύγουμε να ακουμπάμε τη μάσκα σε κοινόχρηστες επιφάνειες.

Τα παιδιά με άσθμα ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες; Πρέπει να φορούν κάποιου άλλου είδους μάσκα ή και να μη φορούν καθόλου;

Τα παιδιά με άσθμα που ελέγχεται ικανοποιητικά με την φαρμακευτική αγωγή, δεν ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες για σοβαρή νόσηση από κορωνοϊό, σύμφωνα με τα σημερινά δεδομένα. Η χρήση μάσκας γι' αυτά τα παιδιά είναι απόλυτα ασφαλής, όπως ακριβώς και για τους συμμαθητές τους. Τα προφυλάσσει γενικότερα από αναπνευστικούς ιούς που μπορεί να πυροδοτήσουν ασθματική κρίση. Τα παιδιά με βαρύ μη επαρκώς ελεγχόμενο άσθμα, που στη χώρα μας είναι πολύ λίγα σε αριθμό, πιθανώς διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο για σοβαρή νόσηση. Η χρήση της μάσκας, όχι μόνο δεν αντενδείκνυται, αλλά επιβάλλεται για την καλύτερη προστασία των παιδιών αυτών.

Μπορεί η χρήση της μάσκας να προκαλέσει δυσκολία στην αναπνοή ή να επηρεάσει την ανάπτυξη των πνευμόνων του παιδιού;

Όχι, δεν υπάρχουν επιστημονικά δεδομένα μέχρι σήμερα που να υποστηρίζουν κάτι τέτοιο.



Μήπως η μάσκα εμποδίζει την εκπνοή του διοξειδίου του άνθρακα;

Όχι. Τα μόρια του εκπνεόμενου διοξειδίου είναι τόσο μικροσκοπικά που δεν μπορούν να παγιδευτούν σε μια μάσκα. Υπενθυμίζεται πως πολλοί επαγγελματίες υγείας, όπως οι γιατροί στα χειρουργεία, αλλά και οι οδοντίατροι, χρησιμοποιούν τις μάσκες πολλές ώρες της ημέρας και για πολλά χρόνια, χωρίς καμιά επίπτωση στην υγεία τους.

Μπορεί αντί για τη μάσκα ένα παιδί να χρησιμοποιήσει ασπίδα προσώπου;

Οι ασπίδες προσώπου χρησιμοποιούνται κυρίως για την προστασία των ματιών από μολυσμένα σταγονίδια. Έχει φανεί ότι παρέχουν κάποια προφύλαξη η οποία όμως είναι κατώτερη σε σχέση με τη χρήση μάσκας, καθώς σταγονίδια μπορούν να περάσουν από το πλάι της ασπίδας με αποτέλεσμα να μην προστατεύει το ίδιο το παιδί και τους γύρω του.

Ποιές είναι οι ευπαθείς ομάδες στα παιδιά που χρειάζονται ιδιαίτερη προσοχή;

Στις ευπαθείς ομάδες ανήκουν τα παιδιά με:

1. Σοβαρό μη ελεγχόμενο άσθμα
2. Κυστική ίνωση
3. Χρόνιες διάμεσες πνευμονοπάθειες
4. Τραχειοστομία ή με μηχανική υποστήριξη της αναπνοής
5. Ιστορικό σοβαρής ανοσοκαταστολής (χημειοθεραπεία, μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων ή συμπαγούς οργάνου)
6. Θεραπεία με βιολογικούς παράγοντες, όπως παιδιά με ρευματολογικά νοσήματα ή φλεγμονώδη νόσο του εντέρου
7. Σακχαρώδη διαβήτη
8. Μεσογειακή αναιμία

Ιδιαίτερα για τα ευπαθή παιδιά που προαναφέρθηκαν, προτιμώνται οι χειρουργικές μάσκες ή οι μάσκες υψηλής προστασίας (πχ. FFP2 ή N95) έναντι της απλής υφασμάτινης.

Σημειώσεις

- Οι παραπάνω οδηγίες συντάχθηκαν από την ομάδα εργασίας της Ελληνικής Παιδοπνευμονολογικής εταιρείας .
Τα μέλη της ομάδας εργασίας (αλφαβητικά) ήταν: Μανώλης Αλεξόπουλος, Μιχάλης Ανθρακόπουλος, Παναγιώτης Γιάλουρος, Δήμος Γίδαρης, Κώστας Δούρος, Νίκος Καρανταγλής, Χάρης Κατσαρδής, Φώτης Κυρβασίλης, Ελένη Μχαηλίδου, Χάρης Όψιμος, Μάριος Παπαδόπουλος, Μανώλης Παρασκάκης, Αργυρή Πετροχείλου, Κώστας Πρίφτης, Ιωάννης Τσανάκας, Φάνης Τσιλιγιάννης, Σωτήρης Φούζας, Κατερίνα Χαϊδοπούλου, Ελπίδα Χατζηαγόρου ,Αθανάσιος Χατζημιχαήλ .

Η ομάδα εργασίας ευχαριστεί θερμά τον Αν. καθηγητή Παιδιατρικής-Λοιμωξιολογίας Χαράλαμπο Ανταχόπουλο και τον Πανεπιστημιακό Υπότροφο ΑΠΘ Παιδιατρικής- Λοιμωξιολογίας Ηλία Ηωσιφίδη, για την συμβολή τους στη σύνταξη του κειμένου.



- Οι παρούσες οδηγίες που βασίζονται στη μέχρι τώρα εμπειρία, τις εθνικές και διεθνείς κατευθυντήριες οδηγίες, θα βρίσκονται υπό συνεχή αναθεώρηση καθόσον τα δεδομένα της πανδημίας συνεχώς επικαιροποιούνται.
- Για όποια περαιτέρω πληροφορία, διευκρίνιση ή παρατήρηση, παρακαλούμε γράψτε μας στο: info@hpps.gr

Περισσότερες πληροφορίες – Βιβλιογραφικές αναφορές

1. WHO
WHO-2019-nCoV-IPC_Masks-Children-2020.1-eng.pdf
2. American Academy of Pediatrics,
<https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/COVID-19/Pages/Mask-Mythbusters.aspx>
3. To mask or not to mask children to overcome COVID-19, Susanna Esposito^{1,2} & Nicola Principi, European Journal of Pediatrics (2020) 179:1267–1270
4. Universal use of face masks for success against COVID-19: evidence and implications for prevention policies, Susanna Esposito, Nicola Principi, Chi Chi Leung, Giovanni Battista Migliori, Eur Respir J 2020; in press
(<https://doi.org/10.1183/13993003.01260-2020>).
5. CONSIDERATION OF FACE SHIELDS AS A RETURN TO SCHOOL OPTION
<https://www.acialliance.org/page/consideration-of-face-shields-as-return-to-school-option>
6. ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2 ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ, ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ, σελίδες 13-17
https://eody.gov.gr/wpcontent/uploads/2020/09/COVID_%CE%B4%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%B1_%CE%BF%CE%B4%CE%B7%CE%B3%CE%B9%CE%B5%CF%82%CE%91%CF%8D%CE%B3%CE%BF%CF%85%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%82-2020.pdf
7. ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ με βίντεο για το σωστό τρόπο χρήσης μάσκας
 - a. https://youtu.be/9Tv2BVN_WTk
 - b. <https://youtu.be/ciUniZGD4tY>
 - c. <https://youtu.be/adB8RW4I3o4>
8. Η χρήση της μάσκας στα παιδιά -Πανεπιστήμιο Κύπρου.
<https://iliaktida.eu/covid-19-και-χρήση-μάσκας-προσώπου/>