

Patient Education

COVID-19 αφού έχετε εμβολιαστεί

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

Σχετικά με το θέμα αυτό

Η νόσος του κορωνοϊού 2019 ή COVID-19 είναι ένας ιός που μεταδίδεται εύκολα από ένα άτομο σε ένα άλλο. Το 2020, αναπτύχθηκαν μερικά είδη εμβολίων για να βοηθήσουν στην πρόληψη της COVID-19. Χρειάζονται 2 εβδομάδες μετά την τελευταία σας δόση του εμβολίου πριν να είστε πλήρως προστατευμένοι. Μέχρι τότε, είναι σημαντικό να συνεχίσετε τα συνηθισμένα σας μέτρα ασφαλείας.

Είστε πλήρως εμβολιασμένοι όταν έχει περάσει χρονικό διάστημα μεγαλύτερο των 2 εβδομάδων από όταν σας χορηγήθηκε η δεύτερη δόση ενός εμβολίου 2 δόσεων ή μεγαλύτερο των 2 εβδομάδων από όταν σας χορηγήθηκε ένα εμβόλιο μονής δόσης. Εκείνη τη στιγμή, ορισμένες από τις οδηγίες που χρειάζεται να ακολουθείτε αλλάζουν. Δημοσίως, είναι ακόμα σημαντικό να χρησιμοποιείτε μέτρα ασφαλείας. Φοράτε μάσκα προσώπου. Αποφεύγετε τον συνωστισμό και πλένετε τα χέρια σας συχνά.

Όταν είστε πλήρως εμβολιασμένοι, οι γιατροί πλέον αισθάνονται ότι είναι ασφαλές:

- Να συγκεντρώνεστε σε εσωτερικούς χώρους με άλλα άτομα τα οποία είναι επίσης πλήρως εμβολιασμένα χωρίς μάσκες.
- Να συγκεντρώνεστε σε εσωτερικούς χώρους με άλλα άτομα τα οποία δεν είναι εμβολιασμένα και προέρχονται από 1 νοικοκυριό. Εάν οποιοδήποτε άτομο σε αυτό το νοικοκυριό διατρέχει υψηλότερο κίνδυνο για σοβαρή νόσηση από COVID-19, πρέπει όλοι να εξακολουθείτε να φοράτε μάσκες.
- Να συγκεντρώνεστε σε εξωτερικούς χώρους χωρίς να φοράτε μάσκα. Ωστόσο, μπορεί να χρειαστεί να φορέσετε μάσκα εάν βρίσκεστε σε πολυσύχναστο χώρο ή το μέρος που βρίσκεστε απαιτεί μάσκες για όλους.
- Να ταξιδεύετε χωρίς να χρειάζεται να εξεταστείτε πριν το ταξίδι. Μετά από διεθνές ταξίδι μπορεί να χρειαστεί να εξεταστείτε. Δεν χρειάζεται επίσης να μείνετε σε καραντίνα μετά το ταξίδι. Ο προορισμός σας μπορεί ακόμα να έχει απαιτήσεις για εξέταση. Μπορεί να απαιτείται να φοράτε μάσκα ενόσω βρίσκεστε σε αεροπλάνο, λεωφορείο, τρένο ή άλλο μέσο μεταφοράς.

Εάν έχετε συναναστραφεί με κάποιο άτομο με COVID-19, δεν χρειάζεται να εξεταστείτε ή να μείνετε μακριά από άλλα άτομα εκτός εάν έχετε συμπτώματα.

Γενικά

Πολλοί άνθρωποι θέλουν να επιστρέψει η ζωή στο φυσιολογικό αφού κάνουν εμβόλιο για COVID-19. Δυστυχώς, αυτό δεν μπορεί να συμβεί.

Γιατί χρειάζεται να προσέχω ακόμα και αν έχω κάνει όλες τις δόσεις του εμβολίου;

Το σώμα σας χρειάζεται χρόνο για να αναπτύξει ανοσία στον ιό. Αυτό σημαίνει ότι δεν είστε πλήρως προστατευμένοι αμέσως μετά την πρώτη ή τη δεύτερή σας ένεση. Συνήθως, το σώμα σας χρειάζεται μία ή 2 εβδομάδες μετά τη δεύτερη δόση για να είναι προστατευμένο.

Νέα στελέχη του ιού ανακαλύπτονται συνεχώς. Το εμβόλιο που σας χορηγήθηκε μπορεί να μην είναι αποτελεσματικό ενάντια στο νέο στέλεχος. Επιπλέον, οι γιατροί δεν γνωρίζουν πόσο θα διαρκέσει η προστασία από ένα εμβόλιο για COVID-19. Ορισμένοι ενδέχεται ακόμα να μπορούν να μεταδώσουν την ασθένεια σε άλλα άτομα, ακόμα και εάν δεν είναι άρρωστοι και έχουν εμβολιαστεί.

Τα εμβόλια λειτουργούν καλύτερα όταν τα έχουν κάνει οι περισσότεροι άνθρωποι σε μια χώρα. Τότε ο κίνδυνος να μεταδοθεί η ασθένεια σε ολόκληρη τη χώρα μειώνεται. Όλοι οι άνθρωποι είναι πιο ασφαλείς όταν κάνετε ένα εμβόλιο, φοράτε μάσκα, αποφεύγετε τον συνωστισμό, και διατηρείτε απόσταση 6 ποδιών (2 μέτρα).

Μπορώ να περάσω χρόνο με την οικογένεια και τους φίλους μου;

Εξαρτάται. Οι γιατροί πιστεύουν ότι είναι ασφαλέστερο να συγκεντρώνεστε σε εξωτερικούς χώρους. Ωστόσο, μπορείτε να συγκεντρώνεστε σε εσωτερικούς χώρους με άλλα άτομα τα οποία είναι επίσης πλήρως εμβολιασμένα χωρίς μάσκα. Μπορείτε επίσης να συγκεντρώνεστε με άτομα από 1 νοικοκυριό, ακόμα και εάν δεν έχουν εμβολιαστεί.

Το επίπεδο κινδύνου για συναναστροφή με άλλα άτομα βασίζεται σε πράγματα όπως:

- Εάν συναντιέστε σε εσωτερικό ή εξωτερικό χώρο.
- Εάν τα άλλα άτομα έχουν κάνει το εμβόλιο ή όχι.
- Πόσο χρονικό διάστημα έχει περάσει από όταν τα άλλα άτομα έκαναν το εμβόλιο.
- Εάν τα άλλα άτομα δεν έχουν κάνει το εμβόλιο αλλά έμειναν σε καραντίνα προτού συναντηθείτε.
- Χρήση μασκών, κοινωνική αποστασιοποίηση, κ.λπ.

Ακόμα και αν έχετε κάνει το εμβόλιο για COVID-19, εξακολουθεί να είναι σημαντικό να προστατεύετε τον εαυτό σας και τους άλλους όταν βρίσκεστε σε δημόσιους χώρους. Όταν βρίσκεστε σε εσωτερικούς χώρους, φοράτε μάσκα προσώπου πάνω από το στόμα και τη μύτη σας και προσπαθήστε να στέκεστε τουλάχιστον 6 πόδια (1,8 μέτρα) μακριά από τους άλλους.

Χρειάζεται να μείνω σε καραντίνα εάν εκτεθώ σε κάποιο άτομο με COVID-19;

Δεν χρειάζεται να μείνετε σε καραντίνα εάν:

- Είστε πλήρως εμβολιασμένοι **και**
- Δεν είχατε οποιαδήποτε συμπτώματα COVID-19 από τη στιγμή που εκτεθήκατε.

Εάν δεν έχετε ολοκληρώσει όλες τις ενέσεις του εμβολίου σας, πρέπει να μείνετε σε καραντίνα στο σπίτι για 14 ημέρες. Μείνετε επίσης σε καραντίνα στο σπίτι εάν έχετε συμπτώματα COVID-19.

Εάν εκτεθείτε σε COVID-19, προσέχετε για συμπτώματα για 14 ημέρες, ακόμα και εάν είστε πλήρως εμβολιασμένοι. Εάν έχετε οποιασδήποτε συμπτώματα, συζητήστε με τον γιατρό σας. Μπορεί να σας ζητήσει να κάνετε εξετάσεις.

Μπορώ να βγω έξω για φαγητό, ή σε μια συναυλία ή ένα αθλητικό γεγονός;

Η συγκέντρωση ή το φαγητό σε εξωτερικούς χώρους είναι το ασφαλέστερο. Τα εστιατόρια σε εσωτερικούς χώρους και άλλα μέρη εξακολουθούν να είναι περιοχές όπου η COVID-19 μπορεί να μεταδοθεί εύκολα από ένα άτομο σε ένα άλλο. Ορισμένες κατασκευές σε υπαίθρια εστιατόρια εμποδίζουν την κυκλοφορία του αέρα και μπορεί να είναι εξίσου επικίνδυνα με τα εστιατόρια σε εσωτερικούς χώρους. Δεν μπορείτε να φοράτε μάσκα ενώ τρώτε ή πίνετε. Πολλά μέρη μπορεί να έχουν κακό φιλτράρισμα αέρα. Συχνά υπάρχουν επίσης πλήθη και δυνατή συνομιλία σε αυτά τα μέρη. Το καθένα από αυτά τα πράγματα αυξάνει τον κίνδυνο μετάδοσης αυτής της ασθένειας. Οι εκδηλώσεις που είναι σε εξωτερικούς χώρους με ελεύθερη κυκλοφορία του αέρα και κοινωνική αποστασιοποίηση σας παρέχουν καλύτερη ευκαιρία να παραμείνετε ασφαλείς. Για εκδηλώσεις με συνωστισμό, ακόμα και σε εξωτερικούς χώρους, είναι ακόμα σημαντικό να φοράτε μάσκα.

Τι γίνεται με τα ταξίδια;

Οι γιατροί αισθάνονται ότι είναι ασφαλές να ταξιδεύετε όταν είστε πλήρως εμβολιασμένοι. Στις περισσότερες περιπτώσεις, δεν χρειάζεται να μείνετε σε καραντίνα ή να κάνετε εξέταση για COVID-19 πριν ή αφού ταξιδέψετε. Ορισμένα μέρη μπορεί ακόμα να απαιτούν να υποβληθείτε σε εξέταση πριν ταξιδέψετε. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι νέα στελέχη του ιού COVID-19 αναπτύσσονται παγκοσμίως. Αυτό σημαίνει ότι σε ορισμένα μέρη υπάρχουν περισσότεροι περιορισμοί σχετικά με τα ταξίδια και την εξέταση. Εάν χρειάζεται να ταξιδέψετε, κάνετε ό,τι καλύτερο μπορείτε για να αποφεύγετε τα πλήθη, φοράτε μάσκα κάθε στιγμή και πλένετε συχνά τα χέρια σας.

Τι πρέπει να κάνω τώρα;

Συνεχίστε να βοηθάτε στην προστασία του εαυτού σας και των άλλων.

- Φοράτε υφασμάτινη μάσκα προσώπου πάνω από τη μύτη και το στόμα σας εάν βρίσκεστε σε εσωτερικό χώρο και κοντά σε άλλα άτομα.
- Ασκείτε κοινωνική αποστασιοποίηση και στέκεστε τουλάχιστον 6 πόδια (1,8 μέτρα) μακριά από τους άλλους όταν βρίσκεστε σε δημόσιους χώρους. Φοράτε μάσκα όταν βρίσκεστε σε πολυσύχναστο χώρο.
- Αποφεύγετε τη συναναστροφή με άτομα εκτός του οικογενειακού σας περιβάλλοντος που δεν έχουν κάνει το εμβόλιο.
- Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ειδικά αφού βήξετε ή φτερνιστείτε. Χρησιμοποιείτε απολυμαντικά χεριών με βάση το οινόπνευμα με τουλάχιστον 60 τοις εκατό οινόπνευμα, όταν δεν είναι διαθέσιμο σαπούνι και νερό. Τρίψτε τα χέρια σας με το απολυμαντικό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.
- Αποφεύγετε να αγγίζετε το πρόσωπό σας, ιδιαίτερα το στόμα, τη μύτη και τα μάτια σας.

- Σκουπίζετε με απολυμαντικό τα αντικείμενα και τις επιφάνειες που αγγίζετε συχνά.

Χρήση πληροφοριών καταναλωτή και αποποίηση:

Οι πληροφορίες αυτές δεν αποτελούν εξειδικευμένη ιατρική συμβουλή και δεν αντικαθιστούν τις πληροφορίες που λαμβάνετε από τον δικό σας πάροχο υπηρεσιών υγείας. Πρόκειται για μια συνοπτική μόνο αναφορά των γενικών πληροφοριών. ΔΕΝ περιλαμβάνει όλες τις πληροφορίες σχετικά με τις καταστάσεις, τις παθήσεις, τους τραυματισμούς, τις εξετάσεις, τις διαδικασίες, τις αγωγές, τις θεραπείες, τις οδηγίες εξόδου ή τις επιλογές τρόπου ζωής που μπορεί να εφαρμόζονται στην περίπτωση σας. Για μια ολοκληρωμένη πληροφόρηση σχετικά με τις επιλογές για την υγεία και τη θεραπεία σας, θα πρέπει να συζητήσετε με το δικό σας πάροχο υπηρεσιών υγείας. Τις πληροφορίες αυτές δεν θα πρέπει να τις χρησιμοποιήσετε για να αποφασίσετε εάν θα πρέπει να αποδεχθείτε τις συμβουλές, οδηγίες ή συστάσεις του παρόχου υπηρεσιών υγείας σας. Μόνο ο πάροχος υπηρεσιών υγείας σας έχει τις γνώσεις και την εκπαίδευση για να παρέχει συμβουλές που είναι σωστές για σας.

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.