

כ"ט שבט תש"פ  
 24 פברואר 2020

פרופסור דני נמט, המנהל הרפואי של הוועד האולימפי בישראל ופרופסור גל דובנוב רז, יו"ר הועדה הרפואית של הוועד האולימפי בישראל הוציאו היום לספורטאי הסגל האולימפי של ישראל הצוותים המקצועיים והאיגודים מסמך הנחיות מפורט להתנהלות והתמודדות עם תחלואה מנגיף קורונה החדש, ושיקול הדעת בעת החלטה לנסוע למחנות אימון ותחרויות בעולם.

הוועד האולימפי בישראל, בהמשך להנחיות משרד הבריאות, מנחה כי טרם יציאה למחנות אימונים/תחרויות בחו"ל יש לשקול היטב את נחיצות הטיסה, לעומת הסיכון הפוטנציאלי בהידבקות, בהדבקה ו/או בצורך לשהות בבידוד 14 יום וההשלכות של אלה על בריאות ומוכנות הספורטאים והצוות.

יודגש כי מדובר במגפה בהתהוות וכי ההנחיות בארץ ובעולם מתעדכנות כמעט מדי יום ביומו.

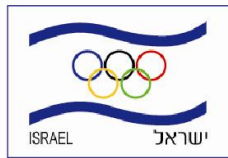
### הנחיות לספורטאי הועד האולימפי להתמודדות עם תחלואה מנגיף קורונה החדש

#### מבוא

בתאריך 30.1.2020 הכריז ארגון הבריאות העולמי על התפרצות נגיף הקורונה כאירוע חירום בבריאות בעל השלכות בינלאומיות. בשלב זה פעילויות משרד הבריאות בישראל מתמקדות בניסיון למנוע את הגעת הנגיף לישראל ואת התפשטותו, וזאת נוכח הסכנה הצפויה לבריאות הציבור הנשקפת מהנגיף. נכון לרגע כתיבת מסמך זה, בישראל אובחנו שני מקרים מיובאים וקיים חשש להדבקה מקבוצת מטיילים דרום קוראנים ששהו בישראל ונמצאו כנושאים את הנגיף בחזרתם לארצם. הנחת העבודה היא שקרוב לוודאי יאובחנו בישראל מקרים נוספים. הנחיות משרד הבריאות מופצות לצורך מניעת התפשטות הנגיף, העלאת המודעות למחלה והמוכנות אליה בישראל. מטרת מסמך זה לרכז את הנחיות משרד הבריאות נכון ל-23 בפברואר 2020 (חוזר 7) ולהדגיש נושאים הקשורים לספורטאי הועד האולימפי.

חשוב לציין כי מדובר במגפה בהתהוות, ומדי יום מתעדכנות הנחיות בארץ ובחו"ל. מדינה שלכאורה בטוחה היום, יכולה להיות מוגדרת כיעד בסיכון בכל רגע נתון. אחד הנושאים החשובים עבור ספורטאי הסגל בשלב זה הוא הצורך לשהות בבידוד למשך 14 יום לכל מי שחוזר משהיה באזורים בסיכון אותם מגדיר משרד הבריאות, או שנחשף לחולה בקורונה. מיותר להסביר את המשמעות של בידוד שכזה לשגרת האימונים.

#### רקע



מאז אמצע דצמבר 2019 דווח בעיר ווהאן, מחוז חוביי בסין על צבר תחלואה בדלקת ריאות ממקור נגיפי (חום, שיעול, קוצר נשימה ותסנינים דו צדדיים בצילום חזה). בדיווחים הראשוניים, לרוב החולים נמצא - קשר לשוק בעלי חיים ומאכלי ים גדול בעיר Wuhan (South China Seafood City). בחלק מהחולים בודד זן חדש של נגיף קורונה השונה מנגיף ה-SARS ומנגיף ה-MERS, המכונה (nCoV-2019) novel coronavirus 2019. מאז דווחה התפשטות הנגיף במספר יבשות.

נכון לבוקר ה-24 בפברואר, אובחנו כ-78,950 נשאים של הנגיף (רובם בסין), ממנו נפטרו 2463 חולים. עדכון שוטף באתר:

<http://who.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/c88e37cfc43b4ed3baf977d77e4a0667>

**הדבקה ודגירה** - הנגיף מועבר מאדם לאדם. תקופת הדגירה המשוערת הינה 5-7 ימים. הטווח נע בין 2-14 יום, אם כי דווח על מקרה של התפתחות מחלה גם לאחר 27 יום מהחשיפה.

התסמינים השכיחים הם חום מעל 38 מעלות או שיעול או קושי בנשימה או תסמין נשימתי חד אחר. חשוב לדעת כי חלק מהנשאים הם א-תסמיניים.

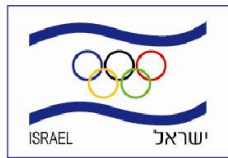
### הנחיות משרד הבריאות לנוסעים לחו"ל

א. יש להימנע מנסיעות שאינן חיוניות לסין היבשתית. בכל מקרה, אין להגיע למחוז חוביי (כולל העיר וואהן).

ב. משרד הבריאות ממליץ לשקול נחיצות של נסיעות ליעדים הבאים: הונג קונג, מקאו, טאיוואן, יפן, דרום קוריאה, סינגפור, תאילנד, אוסטרליה או איטליה. יש לשים לב כי ישנן מגבלות תנועה המוחלות על ידי השלטונות ביעדים השונים ויש להתעדכן עליהן בזמן אמת. הועד האולימפי בישראל מנחה כי טרם יציאה למחנות אימונים/תחרויות בחו"ל יש לשקול היטב את נחיצות הטיסה, לעומת הסיכון הפוטנציאלי בהדבקה ו/או צורך בבידוד 14 יום כמו גם הסיכון בטווח הבינוני לספורטאים, המאמנים, הצוותים וחברים לנבחרות שעלול להשפיע על הסיכוי להשתתף במשחקים האולימפיים.

תחרויות רבות מתבטלות או משנות את המשתתפים בהם (לדוגמא מרתון טוקיו), ובאחריות המשלחות המתוכננות להתעדכן מול המארגנים.

ג. מומלץ להתעדכן באופן שוטף בדיווחים על מצב התחלואה באזור שאליו נוסעים על סמך הנחיות משרד הבריאות, משרד החוץ והשלטונות המקומיים בכל מדינה.



## יש להשמע להנחיות אלה במלואן.

להלן קישור להמלצות משרד הבריאות:

<https://www.health.gov.il/Subjects/disease/corona/Pages/default.aspx>

**חשוב גם לציין כי מדינות רבות אינן מאפשרות כניסת מבקרים המגיעים בטיסה ממדינות בהן קיימת התפרצות של וירוס הקורונה. שוב נדגיש כי מדינה עלולה להכנס בכל רגע לרשימת המדינות בסיכון. נבחרות עלולות למצוא שאינן יכולות להיכנס להתאמן או להתחרות במדינות מסוימות לקראת המשחקים האולימפיים בשל ביקור קודם במדינה שנכנסה לרשימת היעדים בעלי סיכון לתחלואה.**

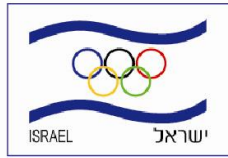
ד. אם בכל זאת הוחלט כי הנסיעה חיונית ומתקיימת נסיעה לנסוע לאזור בו קיימת תחלואה, יש לפעול לפי ההנחיות הבאות:

- 1) ( הימנעות ממגע עם בעלי חיים, חיים או מתים, והימנעות משהייה בשוקי בעלי חיים.
- 2) ( הימנעות מקשר הדוק עם אנשים הסובלים ממחלה נשימתית חדה.
- 3) ( להשתעל ולהתעטש לתוך המרפק.
- 4) ( יש להקפיד הקפדה יתירה על כללי ההיגיינה בזמן השהייה. בין השאר: הקפדה על רחיצת ידיים עם מים וסבון או בחומר חיטוי לעיתים קרובות ולאחר שיעול ועיטוש, ולאחר מגע עם אדם חולה או סביבתו.
- 5) ( הימנעות משהיה בלתי הכרחית במוסדות בריאות.
- 6) ( יש לצמצם למינימום מגעים שאינם חיוניים.

**המלצות נוספות למניעת זיהומים פורסמו לאחרונה מטעם הוועד האולימפי בישראל, בקישור:**

<https://drive.google.com/file/d/1WolWRG42O6xcG-NQMwixqQSEcr9oBv/view?usp=drivesdk>

ה. **במקרה של הופעת חום ולא מחלה נשימתית (שיעול ו/או קוצר נשימה) בעת שהיה בחו"ל ביעדים שלהלן או במשך 14 יום מהיציאה מהם טרם ההגעה לישראל: סין, הונג קונג, מקאו, טאיוואן, יפן, דרום קוריאה, סינגפור, תאילנד, אוסטרליה או איטליה יש לפעול כדלקמן (ראו טבלה מסכמת, מטה):**

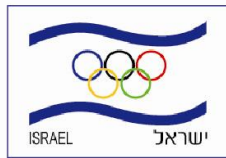


- 1) אין לטוס במצב זה.
- 2) יש לפנות לקבלת הערכה רפואית, בתלות בחומרת המחלה ובמקום השהיה.
- 3) יש לצמצם מגע עם אחרים כדי לא להדביק אותם.
- 4) יש לכסות את הפה ואת האף בעת שיעול ועיטוש. יש להתעטש למרפק. מיד לאחר מכן יש לרחוץ ידיים עם מים או עם חומר ניקוי על בסיס אלכוהול.
- 5) **יש לדווח מיידית לרופאת הסגל האולימפי דר' לובה גליצקיה ו/או למנהל הרפואי של הוועד האולימפי פרופסור דני נמט.**
- 6) **ספורטאי שפיתח תסמינים בטווח של 14 ימים מהגעה מהמדינות המוזכרות מעלה (גם אם טרם שב לארץ), יעדכן על הסימפטומים ויכנס לבידוד - על כל המשתמע מכך.**
- 7) **עם החזרה לארץ ידווח על מחלתו כנדרש למשרד הבריאות/מד"א ויבדק. הספורטאי ישאר בבידוד עד קבלת אישור משרד הבריאות.**
- 8) **בכל מקרה ישלים הספורטאי 14 יום בידוד כנדרש (גם אם חלק מהזמן שהה בחו"ל).**

בכל ספק/שאלה יש להתייעץ עם אנשי מקצוע רפואיים הבקיאים בתחום; איגודים הכוללים סגלים אולימפיים יתייעצו עם הצוות הרפואי של הוועד האולימפי בישראל. מאחלים לכולם בריאות והמשך אימונים פוריים

פרופ' גל דובנוב רז  
יו"ר הוועדה הרפואית, הוועד האולימפי בישראל

פרופ' דני נמט  
מנהל רפואי, הוועד האולימפי בישראל



**טבלה: סיכום ההנחיות לניהול מקרים בסיכון**

המלצות לשקילת נסיעה (סעיף 10)	בידוד עד לקבלת תשובת מעבדה (סעיף 11-12)	בדיקת מעבדה (סעיף 9)	בידוד 14 יום* (סעיף 11)	מצב קליני (תסמיני קורונה, סעיף 6)	
+++ (יש להימנע)			✓	בריא	סין ודרום קוריאה (כולל חניית ביניים)
	=✓	✓	✓	תסמיני	
+ (לשקול נחיצות)			✓	בריא	הונג קונג, מקאו, סינגפור, תאילנד או יפן (לא כולל חניית ביניים במדינות אלו)
	=✓	✓	✓	תסמיני	
+ (לשקול נחיצות)				בריא	טאיוואן, אוסטרליה או איטליה
	✓	✓		תסמיני	
				בריא או תסמיני	יעדים אחרים
			✓	בריא	"מגע הדוק" (לא מיגון תקני) עם חולה מאומת
	=✓	✓	✓	תסמיני	