

VšĮ Ištiesk pagalbos ranką COVID– 19 PREVENCINIŲ VEIKSMŲ PLANAS

I SKYRIUS BENDROJI DALIS

1.1. Koronaviruso sąvoka

2019 m. naujas koronavirusas (2019-nCoV) dabar pavadintas sunkaus ūminio respiracinio sindromo koronavirusu-2 (SARS-CoV-2), o šio viruso sukeliama liga nuo šiol vadinama COVID-19. SARS-CoV-2 buvo identifikuotas 2019 m. pabaigoje Kinijoje. Tai naujos struktūros koronavirusas, kuris niekada anksčiau nebuvo sukėlęs infekcijų žmonėms.

1.2. COVID - 19 etimologija

Koronavirusai – tai didelė grupė virusų, kurie gali sukelti įvairias ligas. Dažniausiai koronavirusai sukelia lengvas ar net besimptomės infekcijas, tačiau gali sukelti ir sunkias kvėpavimo takų infekcijas, tokias kaip Artimųjų Rytų respiracinio sindromo (ARRS) ar sunkaus ūminio respiracinio sindromo (SŪRS) koronavirusines infekcijas. Koronavirusai yra virusai, kurie cirkuliuoja tarp gyvūnų, tačiau žinoma, kad kai kurie iš jų sukelia infekcijas žmonėms. Sukėlę infekciją žmonėms, jie toliau gali būti perduoti nuo žmogaus žmogui. Koronavirusų infekcijos šaltinis gali būti daugybė gyvūnų.

Koronavirusai cirkuliuoja tarp gyvūnų, tačiau kai kurie iš jų gali infekuoti ir žmones. Įvairūs gyvūnai gali būti koronavirusų infekcijos rezervuarais, pvz., ARRS-CoV infekcijos rezervuaras vienkupriai kupranugariai, SŪRS-CoV – civetos. SARS-CoV-2 infekcijos rezervuaras dar nėra nustatytas.

1.3. COVID- 19 epidemiologija

COVID-2019 taip pat gali būti perduodamas nuo žmogaus žmogui dažniausiai artimo sąlyčio su sergančiuoju koronavirusine infekcija metu, pavyzdžiui, namų ar darbo aplinkoje, gydymo įstaigoje.

Virusas plinta per orą kvėpavimo takų sekretų lašeliais, kuriuos žmonės išskiria į aplinką čiaudėdami, kosėdami ar iškvėpdami. Tokiu atveju tarp žmonių būtinas gana artimas kontaktas (manoma, kad ne didesnis nei 2 metrai). Teigiama, kad tai yra pagrindinis infekcijos plitimo būdas.

Užsikrėsti įmanoma ir liečiant įvairius aplinkos daiktus, kurie yra užteršti COVID-19 (pavyzdžiui, sergantysis nusičiaudėjo neužsidengęs ir lašeliai nusėdo ant stalo ar kitų

paviršių). Sveikas asmuo palietęs tokį paviršių, o vėliau nešvariomis rankomis pasitrynęs akis ar pasikrapštes nosį gali užsikrėsti. Tačiau šiuo metu teigiama, kad tai įmanomas, bet nepagrindinis infekcijos plitimo būdas.

1.4. Padidintos rizikos asmenų grupės

Sveikatos priežiūros darbuotojai, teikiantys medicinos pagalbą sergantiesiems COVID-19, šeimos nariai ir kiti asmenys, artimai bendraujantys su užsikrėtusiais ar sergančiais žmonėmis.

Įtariama, kad infekcija yra pavojingesnė vyresnio amžiaus asmenims bei sergantiesiems lėtinėmis ligomis.

II SKYRIUS COVID - 19 RIZIKŲ IDENTIFIKAVIMAS

2.1. Kontaktų rizikingumo lygiai

Eil. Nr.	Kontaktų rizikos	Kontaktų pobūdis	Rekomendacijos po kontaktų
1.	Didelės rizikos kontaktai	Nuolat būnant ar dirbant patvirtintame COVID-19 židinyje.	Privalu registruotis, Nacionalinio visuomenės sveikatos centre (NVSC), užpildant interneto svetainėje pateikiamą anketą, 14 dienų privalu izoliuotis ir sekti savo sveikatos būklę. Per šias 14-lia dienų būtina vengti socialinių kontaktų.
		Kartu su sergančiuoju COVID-19 gyvenantis šeimos narys, serganti COVID-19 nuolat slaugantis asmuo.	
2.	Vidutinės – didelės rizikos	Darbas vienoje patalpoje su sergančiuoju, kai patiriami artimi kontaktai, reguliarius sergančiųjų	Rekomenduojamas namų karantinas ir aktyvus simptomų vertinimas 14 dienų.
3.	Vidutinės rizikos kontaktai	Vienoje darbovietėje, bet ne patalpoje, su COVID-19 dirbantys ir turintys epizodinių kontaktų su	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas 14 parų.
4.	Mažos rizikos kontaktai	Buvimas tame pačiame koridoriuje, kuriame per pastarąsias 2 valandas lankėsi COVID-19 sergantis asmuo.	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas 14 parų.
5.	Nėra rizikos	Jeigu nėra visų aukščiau aprašytų sąlygų, o galimas kontaktas pasireiškia tik prasilenkimu koridoriuje, rizikos nėra ir jokios stebėjimo priemonės nėra	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas visą karantino laikotarpį

Šaltinis: Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto profesorius Vytautas Kasiulevičius pateikti kriterijai, pagal kuriuos galima įvertinti riziką užsikrėsti koronavirusu COVID-19. Prof. V. Kasiulevičius remiasi JAV Iliojaus valstijos mokslininkų tyrimu, kurio rezultatai publikuoti moksliniame žurnale „The Lancet“.

2.2. Virusų gyvybingumas ore ir ant paviršių

Virusas gali išlikti gyvybingas ir užkrečiamas suspenduotųjų dalelių pavidale tiek aplinkos ore, tiek ant paviršių. Virusų gyvybingumo laikas ant paviršių buvo skirtingas, priklausomai nuo medžiagos, ant kurios jis pateko.

Eil. Nr.	COVID 19 gyvybingumo laikas	Paviršiai
1.	<72 val.	Virusas išsilaikė ant plastiko ir nerūdijančio plieno
2.	<24 val.	Virusas išsilaikė ant kartoninių paviršių
3.	<4 val.	Virusas išsilaikė ant varinių, medinių paviršių
4.	<4 val.	Virusas išlieka gyvybingas patalpos ore

2020 m. kovo mėn. publikuotų amerikiečių mokslininkų tyrimais (šaltinis „New England Journal of Medicine“)

nustatyta, kad virusas gali išlikti gyvybingas ir užkrečiamas suspenduotųjų dalelių pavidale iki kelių valandų, o ant paviršių – iki kelių dienų. Tyrimė dalyvavo JAV Nacionalinio alergijos ir infekcinių ligų instituto, Prinstono universiteto, Kalifornijos universiteto ir JAV ligų kontrolės centrų mokslininkai.

2.3. COVID - 19 simptomai

Simptomai yra panašūs į gripą:

- karščiavimas,
- kosulys,
- dusulys ir kiti kvėpavimo sutrikimai.

Sunkesniais atvejais sukelia plaučių uždegimą, sepsį ir septinį šoką, inkstų nepakankamumą ar mirtį.

III SKYRIUS

COVID – 19 PREVENČINĖS PRIEMONĖS

3.1. Vši Ištiesk pagalbos ranką. COVID-19 prevencinių priemonių planas

Eil. Nr.	Prevenčinė priemonė	Aprašymas
1.	Administracijos darbuotojų nuotolinis darbas	Darbuotojai, kuriems darbas gali būti organizuotas nuotoliniu būdu, atskiru vadovo sprendimu dirba iš namų.
2.	Darbuotojai nedelsdami deklaruoja apie savo ir šeimos narių kontaktus su patvirtintais COVID- 19 atvejais	Darbuotojai, susipažindami su prevencinių priemonių planu pasirašytinai, patvirtina, kad įsipareigoja informuoti darbdavį apie savo ir šeimos narių ir/arba apie savo buvusius kontaktus su asmenimis, kuriems patvirtintas COVID-19 atvejis.
3.	Privalomas asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas	Visi įmonės darbuotojai, kurie neturi galimybės dirbti nuotoliniu būdu, taip pat kuriems nėra suteikta galimybė išlaikyti socialinį kontakto atstumą, įmonės patalpose ir/arba teritorijoje privalo dėvi asmenines apsaugos priemones (veido kaukes arba respiratorius/ apsaugines pirštines- jei tokios išduotos).
4.	Dezinfekcijos priemonių įrengimas prie kiekvieno įėjimo į įmonės patalpas	Visi įmonės darbuotojai, į patalpas gali patekti tik praėję pilną rankų dezinfekciją. Prie kiekvieno įėjimo į visas įmonės patalpas įrengti rankų dezinfekcijos priemonių dispenceriai. Darbuotojams, dirbantiems patalpose pas klientus ar nuolat keičiantiems darbo vietą yra išduodami rankų dezinfekciniai skysčiai, kuriuos privalu naudoti po kiekvieno socialinio kontakto.
5.	Nuolatinė darbuotojų rankų higiena ir dezinfekcija	Visi darbuotojai privalo laikytis sugriežtintų higienos reikalavimų (dažnai plauti ir dezinfekuoti rankas, neliesti veido, vengti bet kokio fizinio kontakto tarpusavyje).
6.	Darbų įmonėje organizavimas taip, kad tarp darbuotojų būtų išlaikytas maksimalus atstumas.	Darbuotojai privalo vengti tiesioginio fizinio sąlyčio su kitais tuo metu įmonėje dirbančiais kolegomis, išlaikyti didesnį kaip 2 metrų atstumą, nesigrupuoti mažose erdvėse, nesant darbo reikalų nevaikščiųjų koridoriais ir nesilankytų kitose bendrose patalpose. Sudaromos sąlygos (30 min. tarpas), kad keičiantis pamainomis, darbuotojai tarpusavyje nesusitiktų.
7.	Organizuojamas reguliarus patalpų valymas, dezinfekcija bei vėdinimas	Įmonėje reguliariai palaikoma patalpų švara, vėdinamos patalpos, nuolat valomos bei dezinfekuojamos bendros patalpos bei darbo vietos.
8.	Tolimesni įmonės veiksmai sužinojus apie darbuotojui nustatytą COVID-19 ligą	Vadovaujantis Valstybinės darbo inspekcijos rekomendacijomis nedelsiant stabdomi darbai įmonėje, užtikrinama sąlyga visų galimai kontaktavusių su sergančiuoju asmeniu darbuotojų saviizoliacija, organizuojamas darbo patalpų dezinfekavimas.

3.2. Apsaugos priemonės

VšĮ Ištiesk pagalbos ranką darbuotojai privalo laikytis standartinių infekcinių ligų plitimą mažinančių priemonių:

- dažnai plauti rankas su šiltu vandeniu ir muilu,
- laikytis kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo (į alkūnės linkį ar naudotis vienkartinėmis servetėlėmis, kurią panaudojus vieną kartą reikia išmesti),
- esant galimybei vengti artimo sąlyčio (išlaikyti bent dviejų metrų atstumą) su visais, ypač su tais kam yra pasireiškę kvėpavimo takų ligos simptomai, pavyzdžiui, kosulys, čiaudulys;
- neliesti burnos, akių, nosies rankomis, ypač neplautomis.
- dėvėti apsaugines kaukes ar respiratorius, apsaugines vienkartinės pirštines.

Nesant galimybės rankų nusiplauti, rekomenduojama dezinfekuoti rankas rankų dezinfekciniu skysčiu, reguliariai dezinfekuoti dažniausiai liečiamus paviršius.

3.3. VšĮ Ištiesk pagalbos ranką darbuotojų veiksmai pajutus COVID-19 ligos simptomus, įtariant, kad serga COVID-19 liga ar turėjus kontaktą su patvirtinta COVID 19 infekcija

Sergantis COVID-19 liga, įtariamasis, kad serga COVID-19 liga ir turėjęs sąlytį su sergančiu COVID-19, darbuotojas privalo laikytis saviizoliacijos režimo.

Apie darbuotojo ar jo kartu gyvenančių šeimos narių nustatytą saviizoliacijos režimą, darbuotojas telefonu ar elektroniniu paštu privalo informuoti tiesioginį vadovą.

Žmonėms, kuriems taikomas izoliavimasis namuose, kitoje gyvenamojoje vietoje ar savivaldybės administracijos numatytose patalpose: jei per paskutines dvi savaites nuo paskutinės sąlyčio dienos ligos simptomai nepasireiškė, sąlytį turėjęs asmuo nebelaikomas keliančiu susirgimo riziką ir jam nėra taikomi jokie apribojimai.

3.4. VšĮ Ištiesk pagalbos ranką patalpų valymas

Patalpų valymas COVID-19 pandemijos metu.

Dažnai liečiami paviršiai (durų rankenos, kėdės ir porankiai, stalviršiai, šviesos jungikliai, vandens čiaupai ir kt.) turi būti valomi kaip įmanoma dažniau (mažiausiai kartą per dieną). Bendros paskirties patalpose, kuriose nebuvo įtariamų ar patvirtintų COVID-19 atvejų, pakanka neutralaus ploviklio paviršiaus valymui.

Tualetų, vonios kriauklių, sanitarinių mazgų valymui ir dezinfekcijai naudojama 0,1 proc. natrio hipochloritas (skiedimas santykiu 1:50, jei naudojamas buitinis baliklis, kurio koncentracija yra 5 proc.) po valymo neutraliu plovikliu. Paviršius, kuriuos gali sugadinti natrio hipochloritas, reikia valyti 70 proc. koncentracijos etanoliu prieš tai paviršius nuvalius neutraliu plovikliu.

Aplinkos valymą atliekantys darbuotojai, atlikdami valymo darbus, privalo dėvėti asmenines apsaugos priemones (AAP).

Valymo reikmenys turi būti tinkamai valomi kiekvieno valymo pabaigoje.

Rankų higiena turi būti atliekama kiekvieną kartą, kai nuimamos AAP, pvz., pirštinės.

Valymo metu susidariusios atliekos turi būti metamos, kaip nerūšiuojamos šiukšlės.

Patalpų valymas įtarus ar patvirtinus COVID-19 atvejį

Nustačius apie įtariamą ar patvirtintą COVID-19 atvejį įmonės patalpos pirmiausiai turi būti vėdinamos mažiausiai 1 valandą, po to kruopščiai valomos neutraliu valikliu. Po valymo neutraliu plovikliu paviršiai nugenksminami dezinfekantu, veikiančiu virusus. Valymui naudojamas vienkartinis valymo inventorių. Personalas, užsiimantis įmonės patalpų valymu, kuriose buvo įtariamasis ar patvirtintas COVID-19 atvejis, turi dėvėti AAP:

- medicininę kaukę;
- uniformą ir plastikinę prijuostę;
- pirštines.

Rankų higiena atliekama kiekvieną kartą nusiėmus pirštines ar kaukę. Valymo metu susidariusios atliekos dedamos į atskirą maišą ir išmetamos kaip nerūšiuojamos atliekos.

3.5. VŠĮ Ištiesk pagalbos ranką veiksmai sužinojus apie darbuotojui nustatytą COVID-19 ligą

- nedelsiant stabdomi darbai įmonėje kol nebus išsiaiškinti visi galimi kontaktai;
- užtikrinama sąlyga visų galimai kontaktavusių su sergančiuoju asmeniu darbuotojų saviizoliacija:
 - sudaroma galimybė dirbti nuotoliniu būdu;
 - nesant galimybės dirbti nuotoliniu būdu, darbuotojas privalo kreiptis į asmens sveikatos priežiūros įstaigą su prašymu išduoti nedarbingumo pažymėjimą;
 - informuojami darbuotojai, kad jiems privalo paskambinti ir vykdyti koronaviruso karštosios linijos 1808 nurodymus.
- atitinkamai pildomas darbo laiko apskaitos žiniaraštis;
- vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos rekomendacijomis organizuojamas darbo patalpų dezinfekavimas;
- darbo patalpų dezinfekavimo metu darbuotojams, neturėjusiems kontakto su asmeniu, kuriam nustatyta COVID-19 liga, skelbiama prastova;
- darbai atnaujinami praėjus privalomam minimaliam dezinfekcijai naudotų medžiagų veikimo ir pasišalinimo iš aplinkos laikui;
- įgyvendinus organizacines, įdiegus kolektyvines bei aprūpinus asmeninėmis apsaugos priemonėmis į darbo vietas sugrįžti bei darbus atnaujinti leidžiama tik tiems darbuotojams, kurie neturėjo kontakto su darbuotoju, kuriam nustatyta COVID-19 liga.