

ЕКОНОМСКО -ТРГОВИНСКА ШКОЛА
Смедерево, 16. Октобра б.б.

ДОПУНА АКТА
О ПРОЦЕНИ РИЗИКА НА РАДНОМ
МЕСТУ И У РАДНОЈ ОКОЛИНИ
(COVID-19)

28.07.2020.

На основу члана 13. Закона о безбедности и здрављу на раду („Службени гласник РС”, бр. 101/05, 91/15 и 113/17 – др. закон), члана 15. став 2. тачка 5) Правилника о начину и поступку процене ризика на радном месту и у радној околини („Службени гласник РС”, бр. 72/06, 84/06 – исправка, 30/10 и 102/15) и Акта о процени ризика (измена и допуна) - ЕКОНОМСКО-ТРГОВИНСКА ШКОЛА СМЕДЕРЕВО, од 23.05.2019. године, доносим

О Д Л У К У

О ПОКРЕТАЊУ ПОСТУПКА ДОПУНЕ АКТА О ПРОЦЕНИ РИЗИКА

Покреће се поступак допуне Акта о процени ризика (измене и допуне) ЕКОНОМСКО - ТРГОВИНСКА ШКОЛА СМЕДЕРЕВО, од 23.05.2019. године, у циљу доношења Плана примене мера за спречавање појаве и ширења заразне болести Covid-19.

За спровођење поступка процене ризика, одређени су:

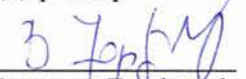
1. члан из школе
2. Дамир Лоренцин, лице за БЗР („РАША БОНАМИВА“ ДОО, Смедерево)

Са овом одлуком упознати све запослене.

Смедерево, 20.07.2020.



Директор


Виолета Ђорђевић

Доставити:

- именованим,
- за огласне табле
- у архиву.



На основу Члана 3. Правилника о превентивним мерама за безбедан рад за спречавање појаве и ширења епидемије заразне болести („Сл. гласник РС”, бр. 94/2020), директор - ЕКОНОМСКО -ТРГОВИНСКА ШКОЛА СМЕДЕРЕВО, 16. Октобра б.б., доноси

План примене мера за спречавање појаве и ширења епидемије заразне болести Covid-19, изазване вирусом SARS-CoV-2

План примене мера за спречавање појаве и ширења заразне болести Covid-19, саставни је део Акта о процени ризика – допуна Акта о процени ризика.

У Акту о процени ризика, у Закључку, односно делу – Приоритети у отклањању недостатака, додаје се тачка на крају:

„Превентивне мере ради спречавања ширења заразне болести COVID-19“

План примене мера ради спречавања ширења COVID-19 примењује на свим радним местима у радној околини, односи се на све локације, за све запослене и као и лица која се затекну у радној околини послодавца.

Обустава извођења наставе у просторијама средњих школа и непосредног рада установе траје док траје опасност од ширења заразне болести COVID-19, с тим што се одређене образовно-васпитне активности могу организовати у просторијама тих установа, у складу са прописима из области БЗР и одлукама Министарства просвете, науке и технолошког развоја.

Средње школе које располажу одговарајућом опремом и средствима за организовање наставе на даљину, настављају образовно-васпитни рад извођењем наставе на даљину. Остале установе организују наставу на даљину путем телевизијских канала, платформе РТС Планета, као и интернет платформи за учење.

Запослени у школским установама настављају са радним активностима, а ученици остварују права и обавезе у вези са спровођењем планова и програма наставе и учења сагласно закону и у складу са одлукама, инструкцијама и препорукама Министарства просвете, науке и технолошког развоја.

ПРЕВЕНТИВНЕ МЕРЕ ЗА СПРЕЧАВАЊЕ ЗАРАЗЕ COVID-19

1.1. Општи појмови о заразној болести COVID-19

Нови Корона вирус, Светска Здравствена Организација (СЗО) назвала је 2019-н CoV, где “n” означава новост, а „CoV“ је скраћеница за коронавирус, који припада истој групи као „SARS“.



Вирус изазива тешки акутни респираторни синдром попут "SARS", али се COVID -19 ипак разликује од "SARS".

1.1.1. Извор инфекције

До сада виђени извори инфекције су углавном заражене особе које носе вирус. Асимптоматска инфекција такође може бити извор инфекције.

1.1.2. Начин преношења

Могућа су два главна начина преноса вируса: **респираторни и контактни**. Респираторне капљице настају када заражена особа кашље или кија. Свака особа која је у блиском контакту са неким ко има респираторне симптоме (на пример, кијање, кашаљ) је у ризику од излагања потенцијално заразним респираторним капљицама. Капљице такође могу доспети на површине на којима би вирус могао да опстане. На тај начин, непосредно окружење заражених појединаца може послужити као извор преноса (познат као контактни пренос).

Примарни ризик је преношење инфекције са особе на особу – **директан контакт**.

Зато је неопходно направити план у циљу смањења ове врсте ризика за запослене, укључујући:

- Санитарне оперативне процедуре (СОП) за чишћење и дезинфекцију површина које се често додирују;
- СОП за поступке које треба следити када је запослени упућен на тестирање и/или тестиран позитивно на COVID -19.

Површине које се често додирују, као што су кваке и прекидачи за светло, представљају потенцијалне преносне тачке контаминације. Зато је важно идентификовати ове потенцијалне преносне тачке у радним и помоћним просторијама послодавца и развити и применити СОП-ове или протоколе како би се осигурало да се те тачке често чисте и дезинфикују.

Ако су површине глатке и непропусне, без видљивог накупљања нечистоће, може се применити дезинфекција без претходног чишћења. Међутим, од кључне је важности да се редовно рутинско чишћење и хигијена ових површина настави, према плану који сте и раније имали. Важно је да чишћење ових површина увек треба вршити када се обавља редовно чишћење, а учестала дезинфекција ових површина ће додатно смањити њихову контаминацију.

1.1.3. Осетљива популација

Општа маса популације је подложна инфекцији. Инфекције код старијих људи и оних са хроничним основним болестима су најчешће тешке, а деца и новорођенчад су такође развили симптоме, али не са тешким клиничким сликама.

1.1.4. Симптоми инфекције корона вирусом

Респираторни симптоми:

- главобоље, малаксалост
- висока температура преко 38,0⁰ C , грозница
- јак и сув кашљ, упаљено грло
- отежано дисање

У тежим случајевима инфекције, може доћи до:

- упале плућа
- јаке акутне респираторне инфекције са сувим кашљем

У појединим случајевима долази до:

отказивања бубрега
смртог исхода

Ипак, први симптоми инфекције су грозница, малаксалост и сув кашаљ. Ретке су особе са симптомима као што су зачепљеност носа, цурење носа и пролив. Поједине особе показују чак само ниску температуру, благи умор, итд. Тешки пацијенти често имају потешкоће са дахом након једне недеље инфекције.

1.1.5. Период инкубације

Период инкубације је 1 до 14 дана, углавном 3 до 7 дана.

1.1.6. Лечење

Ефикасни лекови су у фази развоја и нема ефикасних антивирусних метода. За Корона вирус тренутно не постоји вакцина.

1.2. Ради спречавања ширења COVID-19 послодавац је дужан да спроведе мере:

- 1) обавезну дезинфекцију руку и обуће пре уласка у просторије послодавца;
- 2) редовно информисање запослених и радно ангажованих лица о општим хигијенским мерама, а нарочито о важности честог прања руку, топлом водом и сапуном, минимум 20 секунди, и избегавања додиривања уста, носа и очију, осим марамицом, променама у организацији рада и одговорном понашању на радном месту;
- 3) организовање рада тако да се радни задаци изводе смањивањем рада у групи и непосредних контаката запослених који рад обављају у истом простору;
- 4) обезбеђивање међусобне дистанце од најмање 2 m и 4 m² површине слободног простора по једном запосленом;
- 5) обезбеђивање запосленима одговарајуће заштитне опреме, заштитних маски, посебно за запослене који обављају рад на терену, односно послове код другог послодавца;
- 6) забране наручивања и доставе хране запосленима у објект послодавца, препоруку запосленима да доносе готову храну у произвођачкој амбалажи или суву храну припремљену код куће;
- 7) забране гомилања отпада, посебно хране у радним просторијама;
- 8) странке, посетиоци, корисници, док се налазе у простору послодавца, морају све време да носе заштитну опрему (маску);
- 9) приликом пословних сусрета избегавати руковање и срдачно поздрављање;
- 10) ограничити групне пословне састанке (до 5 лица) уз поштовање физичке дистанце;
- 11) за састанке користити веће просторије како би се између учесника омогућила физичка дистанца од најмање 2 метра;
- 12) ограничити време трајања састанака на 30 минута;
- 13) пре почетка и након састанка потребно је обезбедити да се проветри и дезинфикује просторија (радне површине, кваке, коришћена опрема итд.), као и одмах након састанка;
- 14) дати предност комуникацији путем телефона, интернета, конференцијских позива.

1.3. Ради спречавања ширења COVID-19, запослени је обавезан да:

- 1) спроводи све превентивне мере безбедности и здравља на раду како би сачувао своје здравље, као и здравље других запослених;
- 2) наменски користи прописана средства и опрему за личну заштиту на раду и да са њима пажљиво рукује, да не би угрозио своју безбедност и здравље као и безбедност и здравље других лица;

- 3) додатно брине о својој хигијени тако што ће редовно и правилно прати руке;
- 4) личну одећу држи одвојену од средстава и опреме за личну заштиту на раду и радне одеће;
- 5) обавезно обавести послодавца уколико посумња на симптоме заразне болести код себе, код других запослених или чланова своје породице;
- 6) пре почетка рада прегледа своје радно место укључујући и средства за рад која користи, као и средства и опрему за личну заштиту на раду и да у случају уочених недостатака извести послодавца или друго овлашћено лице;
- 7) пре напуштања радног места, да радно место и средства за рад остави у стању да не угрожавају друге запослене;
- 8) да користи заштитна средства (маску и рукавице) у јавном превозу, за долазак и одлазак са радног места;
- 9) у складу са својим сазнањима, одмах обавести послодавца о неправилностима, штетностима, опасностима или другој појави која би на радном месту могла да угрози његову безбедност и здравље или безбедност и здравље других запослених;
- 10) сарађује са послодавцем и лицем за безбедност и здравље на раду, како би се спровеле додатне неопходне мере за безбедност и здравље на раду.

1.4. Опште превентивне мере (за сва радна места)

Како би се умањио ризик инфекције и ширења заразе, потребно је примењивати следеће опште превентивне мере и препоруке на нивоу целе организације :

- ✓ Пре почетка рада, на сваком радном месту и у радној околини, обезбедити писане инструкције и упутства о мерама и поступцима за спречавање појаве епидемије заразне болести, са информацијама о симптомима заразне болести (постављена сликовита обавештења и упозорења на видним местима у простору послодавца – седиште и издвојени објекти);
- ✓ Организовати рад у сменама, ако је могуће, или извршити прерасподелу радног времена са што мањим бројем запослених у радном простору (по потреби);
- ✓ Пре уласка свих лица у пословни простор, обавезна је дезинфекција обуће на улазним вратима (наменске дезо-баријере натопљене препорученим средствима за дезинфекцију);
- ✓ Улазак трећих лица (корисници, добављачи, сарадници) у пословни простор, дозвољен је само уз коришћење заштитне маске и дезинфекције обуће на улазу у објекат.
- ✓ Запослени су дужни да користе заштитне маске и рукавице ако се налазе у – приватним, службеним или возилима за организовани превоз запослених (ако се о возилу налази више од једне особе – рачунајући возача), као и у возилима јавног превоза.
- ✓ Возачи такође су обавезни да користе заштитна средства у току рада (маска и рукавице), посебно за улазак и боравак у продајне објекте. Пре сваког уласка у возило, извршити дезинфекцију обуће и рукавица/руку, алкохолем 70%.
- ✓ За све запослене обезбедити довољне количине средстава за дезинфекцију руку (искључиво на бази алкохола 70%).
- ✓ Избегавати блиске контакте, посебно са особама које имају симптоме прехладе и грипа, односно омогућити минималну дистанцу од друге особе најмање 2 m или 4 m² радног простора по запосленом
- ✓ Често прање руку, топлом водом и сапуном, минимум 20 секунди, посебно након „ризичног“ контакта.
- ✓ У недостатку воде и сапуна, користити дезинфекциона средства за руке са садржајем минимум 70% алкохола.

- ✓ Избегавати додиривање уста, носа и очију, осим чистом марамицом и чистим рукама.
- ✓ Чишћење и дезинфекција радних површина, пре свега радних столова, тастатура, мишева, телефона, рукохвате и управљачке делове на опреми за рад (машине, уређаји, алати и сл.).
- ✓ Често проветравање радних, помоћних и других просторија у којима бораве запослени.
- ✓ Уносити довољно течности и витамина, редовни оброци и спавање (одржавање имунитета).
- ✓ Поштујте мере превенције, савете епидемиолога и апеле лекара.

1.5. Посебан план примене мера

Послодавац је дужан да запосленим лицима обезбеди заштитне маске и рукавице (рукавице за једнократну употребу/латекс рукавице), за сваки свој објекат

*Послодавац ће организовати рад у сменама са мањим бројем запослених или ће извршити прерасподелу радног времена (по потреби)

*Запослени су дужни да улазе у просторије и објекте послодавца са заштитним маскама и рукавицама за једнократну употребу, као и да их користе на својим радним местима.

*Запослени су дужни користе заштитне маске и рукавице за једнократну употребу у службеном возилу и возилима за организовани превоз запослених (ако се у возилу налази више од једне особе, рачунајући и возача), као и у средствима јавног превоза.

*По доласку на своје радно место, запослени могу скинути заштитне рукавице и ставити своје радне рукавице, које је прописао послодавац (ако је прописао);

*У затвореном простору ограничити број присутних до 5 особа обавезна је заштитна маска и дистанца између особа од 2m, односно 4 m² слободног простора по запосленом.

*За све просторије (канцеларије, радионица домара, магацини и сл.) треба обезбедити интензивно природно проветравање у току радног времена. Забрањена је употреба централних клима и вентилација у објектима.

*Пре уласка свих лица у пословни простор, обавезна је дезинфекција обуће на улазним вратима (наменске дезо-баријере натопљене средствима за дезинфекцију, на бази алкохола); Дезо-баријеру на улазу мењати барем неколико пута у току дана.

***Улазак трећих лица (корисници услуга, добављачи, возачи, сарадници) у пословни простор/ продајне објекте, дозвољен је само уз коришћење заштитне маске, дезинфекције обуће на улазу у објекат, дозвољен број особа у објекту и дражање дистанце између особа мин. 2m – Обавезно писано упозорење на улазу у објекат.**

*Возачи такође су обавезни да користе заштитна средства у току рада (маска и рукавице), посебно за улазак и боравак у продајне објекте. Пре сваког уласка у возило, извршити дезинфекцију обуће и рукавица/руку, алкохолом 70%. Обавезно је спроводити појачану – дневну дезинфекцију возила –Алкохолом 70% (товарни простор, седишта, кабина возача – команде, седишта и др.) и често проветравање возила током вожње и у паузама.

*Исхрану у наменским просторијама послодавца организовати по групама - до 5 особа, у супротном обезбедити дистанцу између особа (мин. 2 m) у току обедовања. Прање руку сапуном или дезинфекција алкохолом је обавезна пре и после јела.

*Обавезно је личну гардеробу држати одвојено од радне униформе, тако да не дођу у контакт.

*Обавезно је да лична и радна гардероба сваког запосленог стоји одвојена од личне и радне гардеробе другог запосленог (ормари за гардеробу) тако да међусобно не дођу у контакт.

*Послодавац је дужан да обезбеди запосленима довољне количине сапуна, убруса, текуће воде и дезинфекционих средстава на бази алкохола за прање руку за све објекте, издвојена места и просторије привредног друштва.

***Прање руку је обавезно** (пре уласка у простор за обедовање, после сваке употребе тоалета, после изношења смећа, после чишћења и руковања запрљаном опремом, после јела, пића, пушења, после кијања, кашљања и употребе папирних марамица, при сваком поновном уласку у свој радни простор или други затворен простор, после скидања рукавица и заштитних средстава.

*Обавезно је спроводити појачану хигијену и дезинфекцију радних и помоћних просторија (посебно тоалета и свих подова), као и често проветравање радног простора.

*Опремену за рад, њихове елементе и радне површине дезинфиковати алкохолом 70% (брисањем убрусом натопљеним алкохолом 70%), пре почетка рада, после сваке паузе у току рада и на крају рада - заштитне рукавице мењати одмах након извршене дезинфекције.

*Обавезно је организовати и обезбедити редовно уклањање технолошког отпада и смећа (канте за смеће морају бити обложене пластичном кесом) из просторија тако да се могу испразнити без контакта са садржајем.

*Обавезно је вођење редовне евиденције о чишћењу и дезинфиковању свих радних и помоћних просторија, као и опреме за рад (за евиденцију - задужени у објекту...).

*Запослени је обавезан да обавести послодавца уколико посумња на симптоме заразне болести код себе, код других запослених или чланова своје породице.

*Запослени је дужан да пре почетка рада прегледа своје радно место укључујући и средства за рад која користи, као и средства и опрему за личну заштиту на раду и да у случају уочених недостатака одмах извести послодавца или друго овлашћено лице како не би угрозио своју безбедност и здравље, како и других запослених.

*Запослени су дужни да пре напуштања радног места, да радно место и средства за рад остави у стању да не угрожавају друге запослене.

*Запослени је дужан и да сарађује са послодавцем и лицем за безбедност и здравље на раду, како би се спровеле додатне неопходне мере за безбедност и здравље на раду.

1.6. Посебне превентивне мере (у случају ванредне ситуације)

- ✓ Запосленима на дневном нивоу обезбедити коришћење средстава за основну хигијену и заштиту (топлу воду и сапун, средства за дезинфекцију руку и радних површина, заштитне маске и рукавице);
- ✓ Пре уласка свих лица у пословни простор, обавезна је дезинфекција обуће на улазним вратима (наменске дезо-баријере, које треба мењати у току дана 2-3 пута).
- ✓ Обезбедити довољне количине средстава за дезинфекцију за сваку радну просторију, посебно у тоалетима.
- ✓ Поставити Упутство за правилно прање руку које треба да стоји на зиду поред лавабоа за прање руку.
- ✓ За све запослене у радним просторијама обезбедити средства и опрему за личну заштиту: заштитне маске (платнене/хирушке или ФФП2) и заштитне рукавице-латекс. У случају да заштитне рукавице ометају рад у администрацији – обавезно је чешће коришћење средстава за дезинфекцију руку (Алкохол 70%).
- ✓ Обезбедити додатна средства за дезинфекцију просторија, радних површина и опреме за рад (Алкохол 70% и Асепсол 5% за опрему и радне површине, „Доместос“ и средство за дезинфекцију – Натриумхипохлорит, за подове и санитарije.
- ✓ На локацијама послодавца, где је то могуће, а због протока већег броја запослених и корисника, увести обавезу мерења телесне температуре, безконтактним топломером. Мерење температуре се врши на улазима у објекте од стране радника физичког обезбеђења, или овлашћених лица од стране послодавца.
- ✓ Забрањује се наручивање и достава хране у објекте послодавца. Уместо тога даје се препорука запосленима да доносе готову храну у произвођачкој амбалажи, или суву храну припремљену код куће.
- ✓ У циљу превенције ширења вируса, запосленима, у складу са могућностима и природом посла, обезбедити рад од куће (обезбедити лаптоп рачунар запосленима који раде од куће).
- ✓ Идентификовати ризичне категорије међу запосленима (старији од 65 година, запослени са хроничним обољењима, мајке деце до 12 година уколико други родитељ има радну обавезу) и у складу са препорукама запосленима омогућити рад од куће.
- ✓ Пратити информације и препоруке путем доступних, званичних извора информисања.
- ✓ Обезбедити контакт са амбулантом који би се могао одмах остварити у случају појаве „ризичне“ ситуације.
- ✓ У случају да се у просторијама налази особа (корисник услуга, пословни партнер и др.) са симптомима налик прехлади или грипу, а не понаша се у складу са мерама опште превенције, треба да се са дозвољене дистанце упозори од стране запослених.
- ✓ Уколико се у пословним просторијама задеси особа (корисник / пословни партнер) којој се стање налик прехлади или грипу нагло погорша, потребно ју је на безбедан начин изоловати и позвати хитну медицинску службу.
- ✓ У случају да дође до сумње да је запослени инфициран “коронавирусом” и буде упућен у “самоизолацију” (својевољно или по предлогу лекара), потребно је да обезбеди медицинску потврду да је по овом основу одсуствовао.

- ✓ Мере санитације радних и помоћних просторија примењивати пре почетка рада, у прекидима рада, а у току рада (препоручљиво на свака 2 – 3 сата) и на крају радне смене.
- ✓ Уколико се користе платнене маске, исте на крају рада је могуће опрати водом под високом температуром и након тога просушити пеглањем (на 150⁰ C).
- ✓ Број особа у затвореном простору ограничити на 5, уз поштовање дистанце од 2 m.
- ✓ На радним пултевима/шалтерима као заштита између клијената и запосленог, поставити заштитне баријере-преграде (од безбојне пластике или плексигласа).
- ✓ Корисници, добављачи и др. – улазак и док се налазе у објекту, морају све време да носе заштитну опрему (маску и рукавице).
- ✓ Запослени који раде на пултевима-шалтерима, односно раде са корисницима услуга, морају све време у току рада да користе заштитну опрему (маску и рукавице).
- ✓ На видном месту истаћи одговарајућа упутства које ће садржати инструкције за дозвољен број људи, најмање растојање између особа (2m) и обавезно понашање за време боравка и сл.
- ✓ Канте/корпе са комуналним отпадом морају се празнити свакодневно (обложене пвц кесама са унутрашње стране, тако да се могу испразнити без контакта са садржајем).
- ✓ За време пандемије не користите заједничке чаше, шоље, есцајг, већ чаше и прибор за једнократну употребу.

✓ Руке треба прати топлом текућом водом и сапуном, у трајању најмање 20 секунди:

- пре сваког обедовања.
- после сваке употребе тоалета.
- после изношења смећа.
- после чишћења и руковања запрљаном опремом.
- после кијања, кашљања и употребе папирних марамица.
- после скидања рукавица, маски и других заштитних средстава.
- након завршеног посла и изласка из радног простора.
- после употребе новца и након коришћења организованог превоза за запослене.

1.7. Поступање у случају појаве заразе COVID-19

У случају сумње на појаву вируса, поступа се по следећој процедури:

- 1) запослени пријављује постојање симптома непосредном руководиоцу, који извештава непосредно вишег руководиоца у предузећу;
- 2) запослени обавезно одлази код лекара у амбуланту надлежног Дома здравља на преглед и о исходу обавештава непосредног руководиоца;
- 3) појачано се прати здравствено стање запослених и других лица са којима је био у контакту;
- 4) запослени који су били у контакту са зараженим се стављају у изолацију;
- 5) дефинише се минимално потребан број запослених само за рад у тој унутрашњој јединици;
- 6) Послодавац сачињава писмена упутства и инструкције за све запослене о начину примене противепидемиолошких мера;
- 7) Послодавац и сарадници одмах организије дезинфекцију радних и помоћних просторија у којима је боравио и имао приступ инфицирани запослени;
- 8) запослени обавезно пријављује контакт са оболелим ван радног окружења;
- 9) након опоравку (потврда лекара) запослени се вараћа на посао.

1.8. Обавеза и правилно коришћење заштитне опреме

Заштитне маске дужни су да носе сви који остварују блиски контакт са другим лицима. Заштитне маске штите од директног удисања инфективног агенса, само ако се правилно користе, на следећи начин:

- 1) једна маска се може користити само док се не овлажи;
- 2) маска која се скине више се не може враћати на лице и поново користити, осим платнене која се може опрати откувавањем;
- 3) заштитна маска се не сме одлагати на радне површине, у џеп, остављати да виси око врата јер тако и сама постаје извор инфекције.

Употребљене маске и рукавице, као и искоришћене убрусе који се користе за дезинфекцију радних површина бацати у посебну кесу за ову врсту отпада која се налази на одвојеном месту.

Употребљене визире / наочаре (уколико се користе) дезинфиковати пре и после употребе.

1.9. Контрола спровођења мера

За извршење мера и активности одговоран је руководилац сваке организационе јединице (производња, транспорт, издвојени објекти и др.).

Свакодневну контролу спровођења мера од стране запослених и радно ангажованих лица обављају – послодавац, лице задужено од стране послодавца (писани акт) и лице за БЗР код послодавца.

1.10. Прилози - Сликочита и писана упутства и упозорења

Допуна акта о процени ризика – План примене мера за спречавање заразе COVID-19, ступа на снагу од дана доношења и објаве на огласној табли.

Смедерево, 28.07.2020.



Директор

Виолета Борђевић

БУДИМО ОДГОВОРНИ ПРЕМА СЕБИ И ДРУГИМА

БУДИМО ОДГОВОРНИ ПРЕМА СЕБИ И ДРУГИМА

4 О Д 5

инфицираних новим коронавирусом
немају или имају благе симптоме
сличне грипу



Повишена температура
Суха кашља
Отежано дисање
Угори
Болови у мишићима

У случају објављене инфекције новим коронавирусом јавља се тешка упала плућа, синдром акутног отежаног дисања, сепса и септички шок који могу узроковати смрт пацијента. Особе старије од 60 година и које болују од хроничних болести (као што су повишен крвни притисак, шећерна болест, болести срца и респираторних органа, малигне болести) подложније су тежим облицима инфекције новим коронавирусом.

Придржавајте се следећих мера:



Често прајте руке сапуном и топлом водом, избегавајте блиски контакт са особама које имају симптоме инфекције новим коронавирусом. Превладајте кашљање, премегавање према болесним, даљичке у одређеним или одређеним.

Уколико имате неки од

следећих симптома:

одмах ставите маску преко уста и носа,
избегавајте контакт са другим људима
и кућанима,

обратите се свом изабраном лекару
у најближем дому здравља (опште медицине
или педијатри) ради добијања
даљих упутстава.

За више информација посетите www.covid19.rs



Република Српска
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА



Институт за јавно здравље Србије
Др Војислав Костић



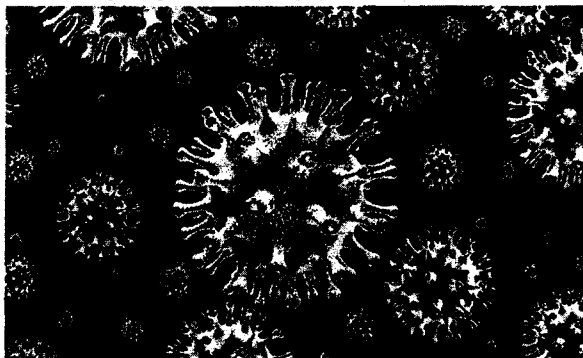
World Health
Organization
Europe



UNICEF
za svako dete

i ostali kontakt telefoni Instituta za javno zdravlje u mestu odredišta.

UPUTSTVO O MERAMA PREVENCIJE ZA CORONA VIRUS - COVID-19



ZAŠTITITE SE

Korona virusi (CoV) su velika porodica virusa koji izazivaju bolesti u rasponu od blage prehlade do težih respiratornih bolesti, poput poznatog bliskoistočnog respiratornog sindroma (MERS-CoV) i teškog akutnog respiratornog sindroma (SARS-CoV). Pored ovih poznatih korona virusa, trenutno se pojavio novi korona virus (2019-nCoV) koji je dobio naziv COVID-19. To je soj koji ranije nije identifikovan kod ljudi.

ZNACI, SIMPTOMI INFEKCIJE KORONA VIRUSOM

Respiratorni simptomi poput:

- glavobolje, curenja iz nosa,
- visoke temperature preko (38°C), groznice,
- jakog kašlja, upaljenog grla i
- otežanog disanja.

U težim slučajevima infekcije, može doći do:

- upale pluća,
- jakog akutnog respiratornog sindroma.

A u pojedinim slučajevima dolazi do:

- otkazivanja bubrega i
- smrti.

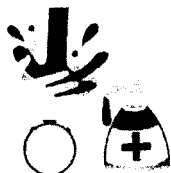


KAKO SE ŠIRI CORONA VIRUS



Kada neko ko ima CORONA VIRUS kašlje ili izdiše, oslobađa kapljice zaražene tečnosti. Većina ovih kapljica pada na obližnje površine i predmete - poput stolova ili telefona. Ljudi bi mogli dobiti CORONA VIRUS dodirivanjem zagađenih površina ili predmeta - a zatim dodirivanjem očiju, nosa ili usta. Ako stoje na udaljenosti od jednog metra od osobe sa CORONA VIRUSOM, mogu je dobiti udisanjem kapljica koje oboleli iskašlja ili iskašlje. Drugim rečima, CORONA VIRUS se širi na sličan način kao i grip. Većina osoba zaraženih CORONA VIRUSOM ima blage simptome i oporavlja se.

MERE ZAŠTITE



Perite ruke oko 20 sekundi
sapunom i toplom vodom ili
koristite gel za
dezinfikovanje



Kašljite i kijajte u
papirne maramice



Ukoliko nemate
maramicu, koristite
rukav



Izbegavajte dodir ožiju,
nosa i usana neopranim
rukama

Najbolji način da se ruke ispravno operu

Korak 1: Pokvasite ruke (šake) tekućom vodom.

Korak 2: Upotrebite dovoljno sapuna da se prekriju mokre šake.

Korak 3: Istrljajte sve površine šaka – uključujući delove na pozadini, između prstiju i ispod noktiju – čineći to najmanje 20 sekundi.

Korak 4: Temejno isperite tekućom vodom.

Korak 5: Osušite ruke čistim ubrusom/maramicom ili peškirom za jednokratnu upotrebu.

Šta da radite ako posumnjate na novu CORONA VIRUSNU infekciju?



Ako imate temperaturu, kašalj i otežano disanje, **potražite lekarsku pomoć** sa prvim simptomima bolesti kako biste smanjili rizik od razvoja težih oblika infekcije i setite se da kažete svom lekaru ako ste nedavno putovali u virusom ugrožena područja.

Uzimanje lekova na svoju ruku poput antibiotika nije efikasno protiv CORONA VIRUSA i može čak biti štetno.

UPUTSTVO ZA PONAŠANJE U VEZI CORONA VIRUSA

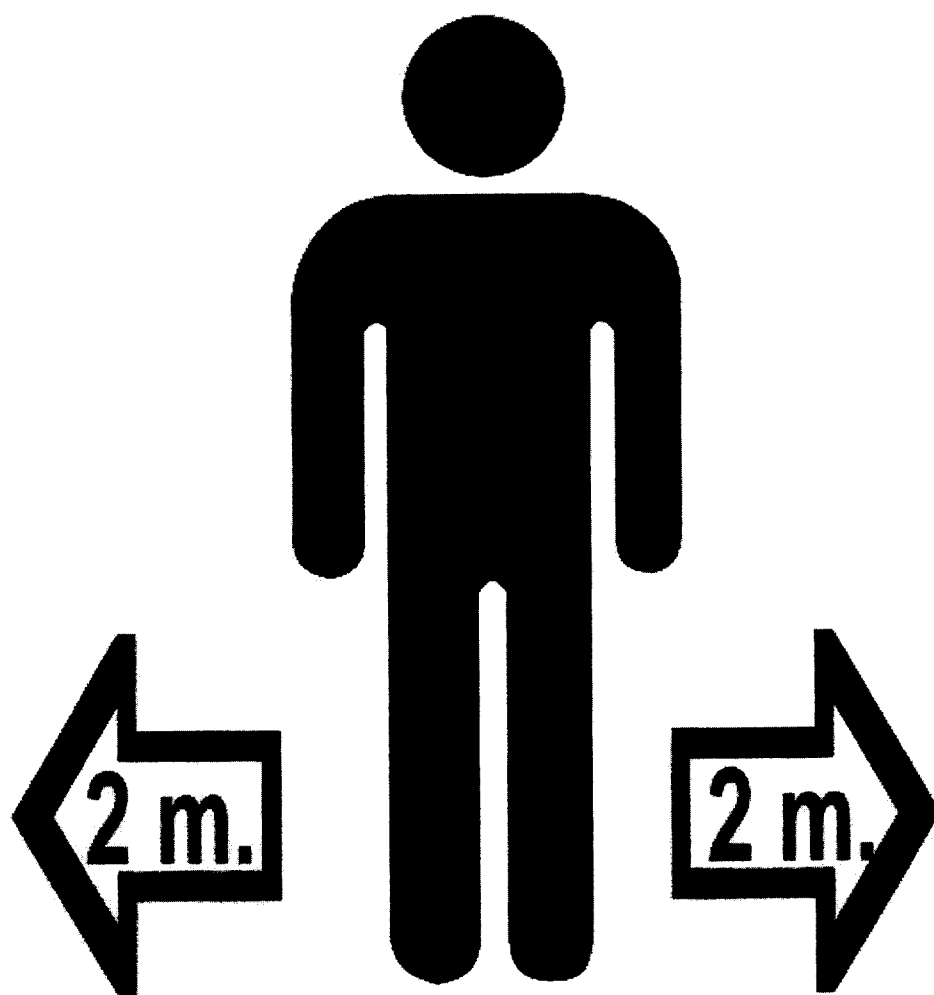
- 1) Ne paničite! Budite razumni, svesni, oprezni i organizovani, svako u svom okruženju (porodica, posao, škola...). Detaljno isplanirajte kako ćete da se ponašate ako se pojave prvi simptomi.
- 2) Važno je da se onaj koji doputuje iz inostranstva sam prijavi gde je sve i koliko boravio.
- 3) Opšta lična higijena.
- 4) Hranite se zdravo. Jedite voće i povrće i sve ono što će da vam podigne imunitet i ublaži kliničku sliku. Namirnice dobro operite i dovoljno termički obradite.
- 5) Koristite lepe dane, šetajte pored jezera, u parkovima i gde nema zagađenja.
- 6) Izbegavajte boravak u grupama.
- 7) Ako već dođe do zaraze, lečenje se sprovodi u izolaciji. Takva osoba nije u stanju da radi i ne treba ni zbog drugih da odlazi na radno mesto

Kontakt: Institut za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut“ – Epidemiološki centar.

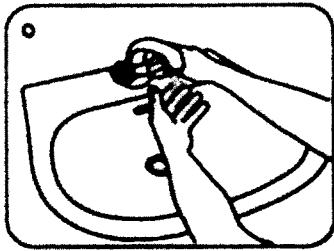
Telefoni mobilnih ekipa epidemiologa: 011 2078 672

Telefoni epidemiološke službe u „Gradskom zavodu za javno zdravlje Beograd“ su:

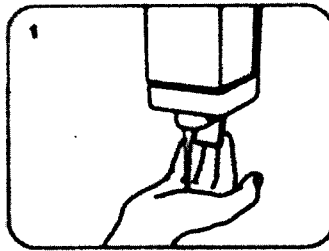
011/2078671 | 011/2078673



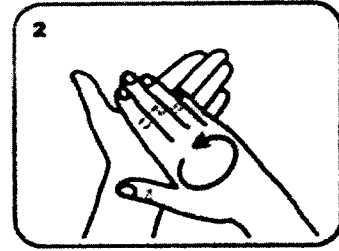
DRŽI RASTOJANJE



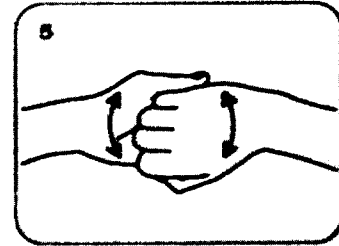
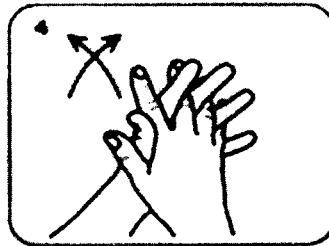
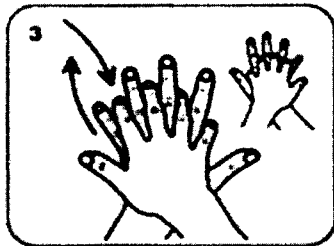
Pokvasite ruke



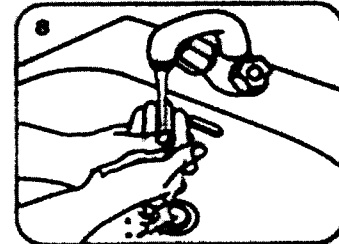
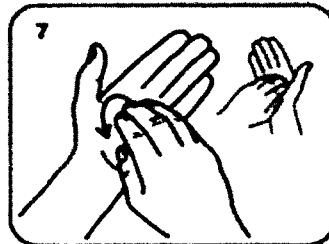
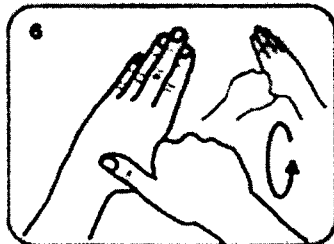
Nanesite dovoljnu količinu sapuna



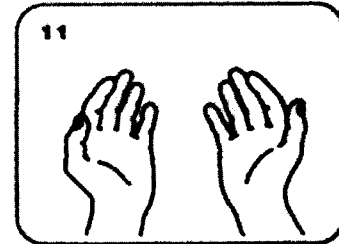
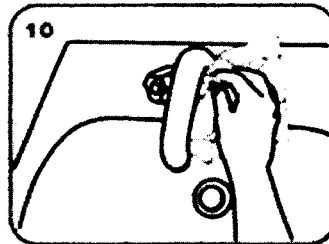
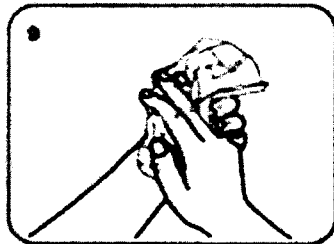
Trljajte ruke



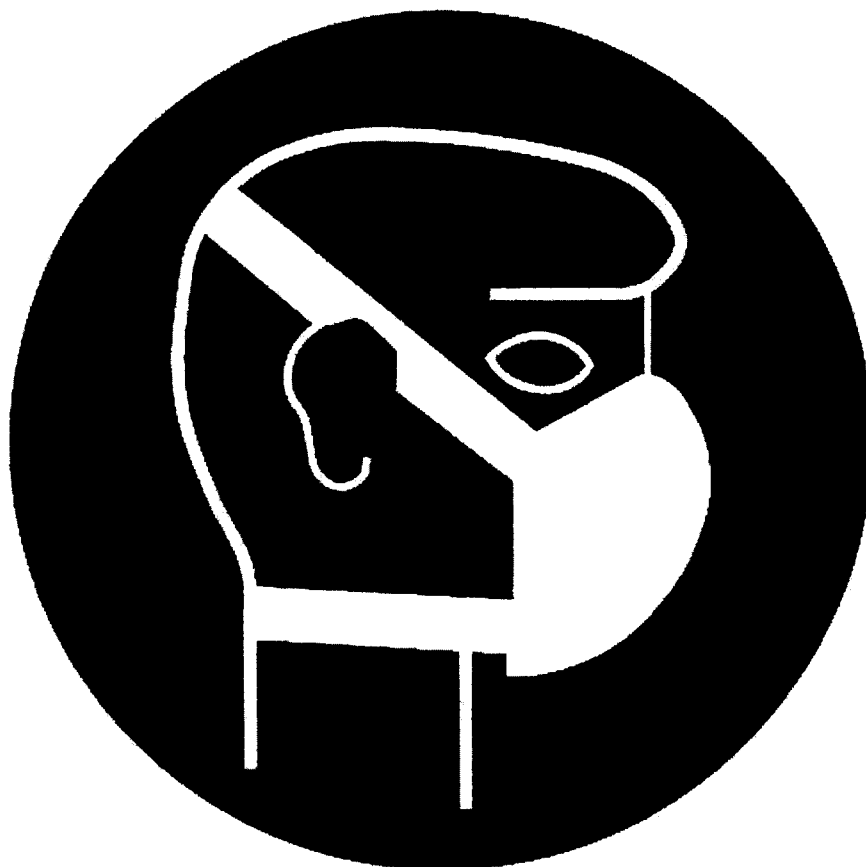
Trljajte ruke, a posebnu pažnju obratite na područje između prstiju i prste



Palčevi kao i vrhovi prstiju su posebno bitni. Nakon temeljnog trljanja – ruke je potrebno isprati pod mlazom vode.



Ruke se posušuju ubrusom koji se može iskoristiti za zatvaranje slavine.



PAŽNJA!

**OBAVEZNO JE KORIŠĆENJE
ZAŠTITINIH MASKI PRILIKOM
BORAVKA U RADNIM PROSTORIJAMA**

ŠTA POSLODAVCI TREBA DA PREDUJZMU

- Proverite da li su vaša radna mesta čista i higijenska**
- Površine (stolovi) i predmeti (telefon, tastatura) moraju se redovno brisati i dezinfikovati.
 - Zašto? Budući da je kontaminacija na površinama koje dodiruju zaposleni i ljudi jedan od glavnih načina na koji se širi CORONA VIRUS.
 - Pravilna ventilacija zatvorenih prostorija (Kekaoince, učionice, javni prevoz, konferencijski sala itd.)
 - Pravilna ventilacija poslovnih zgrada koje imaju spojinu strukturu ili zajedničke radne prostore.
 - **Promovišite redovno i temeljno pranje ruku zaposlenih, Izvođača radova i kupaca**
 - Stavite sredstva za dezinfekciju ruku na istaknuta mesta na radnom mestu. Vodite računa da se u dozatori redovno dopunjavaju.
 - Osigurajte da izvođači radova i zaposleni imaju pristup mestima na kojima mogu da operu ruke sapunom i vodom.
 - **Zašto? Zato što pranje ubija virus na rukama i sprečava širenje CORONA VIRUSA.**
 - **Promovišite dobru higijenu disajlnih puteva na radnom mestu**
 - Obavezite da su na Vašim radnim mestima dostupne maske za lice lili papirne maramice, za one koji imaju curenje iz nosa ili kašalj na poslu, zajedno sa zatvorenim kranama za higijensko odlaaganje. Maske su delimična zaštita. Protiv virusa su potrebne medicinske maske ili tvrde maske FFP kroz koje ne može da prođe nijedan virus.
 - **Zašto? Zato što dobra respiratorna higijena sprečava širenje CORONA VIRUSA.**
 - **Savetujte zaposlene i izvođače da konsultuju nacionalne savete o putovanjima pre odlaska na poslovna putovanja**
 - Obavezite svoje zaposlene, izvođače i kupce da ako se CORONA VIRUS počne širiti u širem okruženju, svako ko ima čak i blagi kašalj ili nisku temperaturu (37,3°C ili više) mora ostati kod kuće. Takođe bi trebalo da ostanu kod kuće (ili da rade od kuće) ako su morali da uzimaju jednostavne lekove, poput paracetamola, ibuprofena ili aspirina, koji mogu da prikriju simptome infekcije.
 - Nastavite da prenosite i promovirate poruku da ljudi treba da ostanu kod kuće, čak i ako imaju samo blage simptome CORONA VIRUSA.
 - **Stvari koje treba da razmotrite kada Vi ili Vaši zaposleni putujete**
 - Proverite da li imate najnovije informacije o oblastima u kojima se širi CORONA VIRUS. Poslodavac i zaposleni trebalo bi da prouče najnovije smernice i preporuke za svaku destinaciju.
 - Trebalo bi da savetujete zaposlene da pre puta obave zdravstveni pregled, kako bi se utvrdilo da li ima simptoma akutne bolesti disajlnih puteva. Ukoliko ima, važno je ostaniti kod kuće.
 - Obavezite da svi zaposleni koji putuju na lokacije koje prijavljuju CORONA VIRUS dobiju informacije od kvalifikovanog stručnjaka (zdravstvene službe, pružaca zdravstvene zaštite ili lokalnog javnog zdravstvenog partnera).
 - Izbegavajte stajanje zaposlenih koji mogu biti izloženi većem riziku od ozbiljnih bolesti (starijih zaposlenih i osoba sa medicinskim stanjima poput dijabetesa, bolesti srca i pluća) u područja gde se širi CORONA VIRUS.
 - Razmislite o izdavanju malih boca (ispod 100 ml) gelova za dezinfekciju na bazi alkohola zaposlenima koji će uskoro opustovati. To može olakšati redovno pranje ruku.
 - Ohrabrite zaposlene da redovno peru ruke i drže se najmanje jedan metar od ljudi koji kašlju ili kijaju.
 - **Oraj ko se razboli na putu, o tome odmah treba da obavesti svog rukovodioca.**
 - Zaposleni koji su se vratili sa područja gde se širi CORONA VIRUS, trebalo bi da nadgledaju simptome 14 dana i proveravaju temperaturu dva puta dnevno.
 - Ako razviju blagi kašalj ili nisku temperaturu (ili temperaturu od 37,3°C ili više), trebalo bi da ostanu kod kuće i da se stave u izolaciju.

ŠTA ZAPOSLENI TREBA DA PREDUJZMU

- Mere za sprečavanje infekcije novim CORONA VIRUSOM i one koje ograničavaju širenje virusa moraju preduzeti svi, posebno pacijenti, bez obzira da li im je dijagnostikovao virus ili imaju klinička obilježja specifična za njega.**
- Izbegavanje korišćenje gradskog prevoza;
 - Izbegavanje kašljanje i kijanje stavljanjem ruke; preporučuje se da se to radi u prvoj lakta ruke, a ako to nije moguće, da se odmah izvrši higijena ruku bez dodirivanja površina;
 - Uputreba maramice pri kijanju ne isključuje pranje ruku, nakon bacanja maramice u kantu za smeće;
 - Izbegavajte blizi kontakt sa ljudima koji pokazuju znakove infekcije ili imaju simptome bolesti;
 - Izbegavajte putovanje u pogodena područja;
 - Pravilno nošenje zaštitne maske i menjanje iste u kratkim intervalima (nakon svakih 1,5h).
- Šta znači bliski kontakt sa potencijalno zaraženom osobom?**
- Živite u istom domaćinstvu;
 - Direktni fizički kontakt sa obolelim (npr. dodir);
 - Nezaštićen direktni kontakt (boravak u neposrednoj blizini) sa pacijentom tokom njegovog kijanja, kašljanja, itd.
 - Boravite u istoj sobi manjoj od 2 m u trajanju dužem od 15 minuta;
 - Kontakt medicinskog i laboratorijskog osoblja koje se brine o bolesnima;
 - Korišćenje javnog prevoza.
- Koje su razlike između korona virusa i gripa?**
- Korona virusi i infekcije gripa imaju slične simptome koji otežavaju dijagnozu. Glavni simptomi korona virusne infekcije su groznica i kašalj. Grip često prate i drugi dodatni simptomi poput bolova u mišićima i grlu.
- Da li treba da nosim medicinsku masku?**
- Uпотреba medicinske maske savetuje se ako imate respiratorne simptome (kašalj ili kijanje) kako biste zaštitili druge. Ako nimate nikakve simptome, nema potrebe da nosite masku.
 - U slučaju nošenja maske, iste se moraju koristiti i odbacivati na adekvatan način kako bi se obezbedila njihova delotvornost i izbegao povećani rizik od prenošenja virusa.
 - Korišćenje maske samo po sebi nije dovoljno da zaustavi infekcije i mora se kombinovati sa čestim pranjem ruku, pokrivanjem usta i nosa prilikom kijanja i kašlja, kao i s izbegavanjem bliskog kontakta s bilo kim ko pokazuje simptome koji ukazuju na prehladu ili grip (kašalj, kijanje, groznica).
- OSOBA KOJA JE POD SUMNJOM DA JE ZARAŽENA KORONA VIRUSNOM INFEKCIJOM TREBA DA:**
- Se javi u epidemioški centar;
 - Izoluje se od drugih ljudi;
 - Odmah stavi masku za lice.
- Svi građani Srbije, a pre svega oni koji su boravili u tržišnim područjima, a koji imaju simptome koji podsećaju na ovu bolest, neophodne informacije mogu da dobiju putem broja 0644/8245-235. Odmah po pozivu navedenog broja, ekipe za hitnu medicinsku pomoć operativne zaštitom opernom pružaju pomoć i transportuju osobu koja je u prethodnom periodu boravila u području zahvaćenom korona virusom na kliniku za infektivne i tropске bolesti, gde se sprovodi operativna i kompletna dijagnostika kao i dalje lečenje ukoliko je potrebno.**