

HIGIENSKA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA OKUŽB Z NOVIM KORONAVIRUSOM PRI IZVEDBI RAZLIČNIH SESTANKOV IN SKUPŠČIN

18. 3. 2021

Svetujemo, da se sestanki in skupščine izvajajo preko videokonference, če to ni izvedljivo, pa se naj upoštevajo vsa navedena priporočila.

Pri izvedbi različnih sestankov in skupščin je treba upoštevati veljavne vladne odloke. Tudi število udeležencev mora biti skladno z veljavnim vladnim odlokom.

Najpomembnejša pot prenosa novega koronavirusa je preko izločkov iz dihal in preko onesnaženih rok.

Prenosi so posebej pogosti v zaprtih, neustrezno prezračevanih prostorih, kjer se zadržuje več ljudi.

Upoštevajmo priporočila glede **medosebne razdalje, nošenja maske, higiene kašlja, higiene rok, prezračevanja.**

Priporočena medosebna razdalja zaradi virusa, ki se izloča s kihanjem, kašljanjem, glasnim govorjenjem ..., je vsaj 1,5 oz. 2 metra. V primeru, da je ta razdalja manjša, je tveganje za okužbo večje.

Roke vedno smatramo kot onesnažene, izjema je le neposredno po njihovem umivanju ali razkuževanju. Z onesnaženimi rokami prenašamo povzročitelje okužbe nase in na druge osebe ter predmete, ki se jih dotikamo (npr. kljuke, ročaji, držaji, delovni pripomočki, denar, ipd.).

Z upoštevanjem vseh navedenih ukrepov bomo zmanjšali možnost za okužbo in s tem ščitili sebe in druge. Za pravilno izvajanje samozaščitnih ukrepov mora odgovornost prevzeti vsak posameznik.

Splošna priporočila za preprečevanje okužb z novim koronavirusom

Pri preprečevanju okužb z novim koronavirusom SARS-CoV-2, je tako kot pri drugih nalezljivih boleznih, ki povzročajo okužbe dihal, priporočljivo upoštevati splošna priporočila:

- Ključnega pomena je vzdrževanje priporočene medosebne razdalje, vsaj 1,5 oziroma 2 metra.
- Umivanje rok z milom in vodo, v primeru, da v bližini ni umivalnika za roke, le-te razkužimo. V ta namen uporabimo namensko razkužilo za roke npr. s 60 do 80 % alkohola.

- Skrbno si umivamo roke z milom in vodo, še posebej po kihanju, kašljanju ali uporabimo razkužilo za roke.
- Upošteevamo higieno kašlja. Preden zakašljamo ali kihnemo, si usta in nos pokrijemo z robcem ali z zgornjim delom rokava. Robec nato odvržemo v koš za odpadke in obvezno umijemo ali razkužimo roke.
- Pazimo, da se z rokami ne dotikamo oči, nosu in ust.
- Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, še posebej, če kažejo znake bolezni okužbe dihal.
- V primeru, da zbolimo, ostanemo doma.
- V času povečanega pojavljanja okužb dihal in epidemije COVID-19 se z omejitvami vstopov izogibamo velikemu številu ljudi v zaprtih prostorih.

Splošna priporočila naj bodo smiselno izobešena na vhodu in na več vidnih mestih v objektu.

Posebna priporočila za izvajanje sestankov in skupščin

Udeležencem se svetuje, da upoštevajo priporočila, ki sicer veljajo za zmanjšanje prenosa povzročiteljev nalezljivih bolezni:

- na sestanke oz. skupščine morajo prihajati zdravi, brez katerega izmed navedenih simptomov in znakov: povišana telesna temperatura, zamašen nos/nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, driska, slabost/bruhanje, sprememba voha in/ali okusa, neobičajna utrujenost, vnetje očesnih veznic tako v blagi kot v težji obliki;
- ne hodijo na sestanke oz. skupščine, če živijo z osebo s potrjeno boleznijo COVID-19, ali jim je bila zaradi tesnega stika z bolnikom s COVID-19 (doma ali druge) odrejena karantena;
- skrbijo za ustrezno in redno higieno rok ter higieno kašlja;
- se izogibajo osebam, ki kažejo znake okužbe dihal.

Organizatorji naj poskrbijo tudi za naslednje:

- Pred vstopom je za udeležence postopkov obvezna uporaba z maske ter razkuževanje rok. Pravilna namestitvev in odstranitev obrazne maske je prikazana na naslednji povezavi: <https://www.nijz.si/sl/splosna-uporaba-zascitnih-mask>. Masko naj nosijo ves čas, tudi med govorom.
- V stavbo je treba vstopati posamično na razdalji najmanj 2m in si ob tem razkužiti roke. Vstopanje in izstopanje iz prostora naj poteka v eni smeri tako, da ne prihaja do križanja poti - da se udeleženci ne srečujejo. Razkužilniki naj bodo na takšni višini, da bodo dostopni tudi z invalidskega vozička, namesti naj se jih tudi na sekundarnih vhodih ter na čim več vidnih mestih v prostoru.
- V prostore naj vstopajo in se tam srečujejo le zdrave osebe.
- Ves čas naj se med udeleženci vzdržuje razdaljo najmanj 2 m, sedeži naj bodo na razdalji vsaj 2 metra v vse smeri.
- V primeru uporabe mikrofona naj ima vsak svojega ali ga pred/po uporabi obriše z razkužilnim robčkom;
- Vse površine naj bodo predhodno razkužene. Sicer svetujemo čiščenje prostorov vsaj 1 x dnevno po navodilih NIJZ: Več: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>

- Sanitarije naj bodo redno čiščene in razkužene ter prezračevane, na voljo morajo biti papirnate brisače, milo in razkužilo, tudi ob obisku sanitarij je obvezna uporaba maske; (https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/higienska_navodila_za_uporabo_in_ciscenje_javnih_sanitarij.pdf)
- V prostorih naj se zagotavlja stalno zračenje. Več: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-prezracevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>
- Roke si je potrebno razkužiti pred in po dotikanju gradiva in predmetov, s katerim rokuje več oseb.
- Število udeležencev naj bo čim manjše, trajanje čim krajši čas.
- Udeleženci naj se čim manj dotikajo različnih predmetov in površin, le toliko, kot je nujno.
- Pogostitve s hrano ali pijačo naj ne bo.