

Mere prevencije protiv virusa COVID 19

UPUTSTVA ZA USTANOVE ZA SMEŠTAJ KORISNIKA

Navedene preporuke su bazirane na već postojećim preporukama Ministarstva zdravlja i Ministarstva za rad, zapošljavanje, boračka i socijalna pitanja Republike Srbije, ali i stručnim radovima i preporukama baziranim na iskustvima Kine, Japana, Koreje, Engleske, Amerike i zemalja zapadne Evrope.



Domovi za smeštaj različitih osetljivih grupa stanovništva (stara lica, deca sa smetnjama u razvoju, osobe sa



invaliditetom,
deca bez
roditeljskog
staranja), tokom
pandemije

izazvane virusom Sars-Cov 19, pokazali su se kao izuzetno osetljiva kategorija.

Posebno su osetljiva stara lica, pa tako ustanove koje imaju na smeštaju ovu kategoriju korisnika, moraju da primenjuju stroge mere prevencije, kontrole i izolacije pozitivnih pacijenata.

Osobe starije od 65 godina imaju povećanu stopu oboljevanja i umiranja od bolesti izazvanih virusom Covid 19.

Rizik oboljevanja povećavaju pridružene hronične bolesti koje su česte kod starije populacije.

Virus se prenosi kapljičnim (kijanje, kašalj) i kontaktnim putem, virulentnost je izrazito visoka a širenje virusa brzo.

Mnogi stručni radovi ukazuju da je deficit vitamina D loš prognostički faktor za pacijente obolele od virusa Covid 19.

Opšte PREVENTIVNE mere

Svako ko treba ili želi da uđe u dom za stare (zaposleni, korisnici, saradnici, posetioци), prvo treba da odgovori na osnovni **epidemiološki upitnik**:

1. Da li je imao(la) povišenu temperaturu ili neke od simptoma tipičnih za virus Covid 19 (gubitak mirisa, malaksalost, umor, glavobolja, dijareja, bol u grlu, kašalj, otežano disanje, kratak dah i sl.) tokom prethodnih četrnaest dana?

2. Da li je bio(la) u kontaktu sa nekim ko je imao povišenu temperaturu ili navedene simptome u prethodnih četrnaest dana?
3. Da li je putovao(la) negde u prethodnih četrnaest dana?
4. Da li je bio(la) u kontaktu sa nekim ko je putovao u prethodnih četrnaest dana?

Ukoliko je neki od odgovora pozitivan, neophodno je da prođe najmanje četrnaest dana do kontakta sa korisnicima usluga domova za smeštaj korisnika, uz negativan test na virus Covid 19.

Ukoliko je epidemiološki upitnik kao i test na Covid 19 uredan, pri ulasku u dom pristupa se **merenju temperature** bezkontaktnim toplomerom, uz obavezno nošenje maski i pranje ruku.

Obavezno je **nošenje maski** u zatvorenom prostoru i održavanje fizičke distance od minimum 1,5 m.

Obavezno je **redovno pranje ruku**, vodom i sapunom u trajanju od najmanje 20 sekundi, pre i nakon svakog ličnog kontakta, pre i nakon posete svakoj korisničkoj sobi kao i kontakta sa hranom i potencijalno kontaminiranim predmetima i površinama.

Nakon pranja ruku neophodna je i dezinfekcija ruku sredstvima na bazi alkohola.

Opšte HIGIJENSKE mere

Obavezno je redovno **provetravanje** zajedničkih prostorija i soba korisnika uz ispunjavanje preduslova adekvatne temperature prostorija, koja omogućava udobnost korisnika, tokom zimskog perioda. Preporučuje se otvaranje prozora 2-3 puta dnevno u trajanju od trideset minuta (kada korisnici nisu u sobama).

U slučaju da objekat koristi klima uređaje za ventilaciju i podešavanje unutrašnje temperature, preporučuje se redovno čišćenje i dezinfekcija ulaza i izlaza vazduha iz klima uređaja pomoću specijalizovanih dezinfekcionih sredstava ili onih koja sadrže hlor (500 mg / L), kao i čišćenje i dezinfekcija posuda i vode za hlađenje jedinice ventilatora.

Neophodna je redovna kontrola i održavanje uređaja za pranje i dezinfekciju ruku. Za čišćenje predmeta i radnih površina treba koristiti specijalizovana **dezinfekciona sredstava** (katjonske deterdžente, hlorna jedinjenja, peroksid, persirćetnu kiselinu, alkoholna i bazna jedinjenja-amonijak i hidrokside). Kompjuteri, televizori, daljinski upravljači, mobilni telefoni, automobili treba redovno da se čiste dezinfekcionim sredstvima (najbolje 70% alkoholom).

Unutrašnjost i okolinu objekata, treba održavati čistom (ubeležiti svako vreme čišćenja i dezinfekcije, uz potpis odgovornog lica koje je obavilo čišćenje). Obavezno je postavljanje podne „**dezobarijere**“ (natopljene dezinfekcionim sredstvom - natrijum hipohlorat) na ulazu u ustanovu ili obezbediti nazuvice za obuću koje se po izlasku bacaju u odgovarajuće kante koje se redovno prazne. Podovi se mogu održavati specijalizovanim dezinfekcionim sredstvima ili onim sa hlorom (250-500 mg / L).

Kuhinju, prostorije za obroke kao i korišćeni kuhinjski pribor, treba dezinfikovati nakon svakog obroka. Ostaci hrane moraju se ukloniti pre dezinfekcije prostorija i posuđa jer prisutnost organskih materija smanjuje učinak dezinfekcionih sredstava. Preporučuje se dezinfekcija kuhinjskog posuđa iskuvavanjem do temperature ključanja ili parom u trajanju 15 minuta. Mogu se dezinfikovati i natapanjem u dezinficijensu koji sadrži hlor (od 250 mg / L) ali je bitno da se posuđe nakon dezinfekcije potpuno opere vodom.

Toaleta treba održavati čistim i suvim uz adekvatno provetravanje i dezinfekciju. Na vidnim mestima postaviti uputstva (pravilno pranje ruku, kako se pridržavati preventivnih mera i sl.). Radne površine, stolove, stolice, gelendere, sudopere, kvake i ostale zajedničke predmete, treba dezinfikovati adekvatnim dezinfekcionim sredstvima ili onim koja sadrže hlor (500 mg / L). Trideset minuta nakon dezinfekcije, dezinfikovane površine obrisati čistom vodom.

Vomitus i različite izlučevine korisnika mogu se prekriti i dezinfikovati upotrebom materijala koji apsorbuju vodu a nakon toga odgovarajućim dezinfekcionim sredstvom. Nakon uklanjanja potencijalno kontaminiranog materijala, površinu predmeta ili poda treba dezinfikovati specijalizovanim dezinfekcionim sredstvima (onima koje sadrže soli amonijaka ili hlor).

Otpad treba razvrstati pre odlaganja i povećati učestalost dezinfekcije prostorija i kontejnera za odlaganje otpada. Redovno prazniti korpe i kante uz pažljivu primenu preventivnih mera. Savetuje se prskanje ili brisanje uz pomoć specijalizovanih dezinfekcionih sredstava ili onih koja sadrže hlor (500 mg / L).

Svaka ustanova treba da obezbedi zaštitna sredstva kako za ustanovu tako i za zaposlene i korisnike: dezinfekciona sredstva, sapun, ubruse, maramice, toplomere, maske, rukavice, vizire.

KOMUNIKACIJA I POŠTOVANJE DISTANCE

Svaki objekat treba da ima plan i mehanizam redovne komunikacije sa korisnicima, zaposlenima, zdravstvenim radnicima i porodicom, uključujući i slučajeve kada se registruje virus Covid 19 u ustanovi.

IZBEGAVATI kontakte - rukovanje, grljenje, ljubljenje. Okupljanja (slobodne aktivnosti, obroci, druženja, vežbanje, proslave itd.) treba smanjiti na minimum, a broj ljudi na jednom mestu strogo kontrolisati.

Posete i izlasci tokom pandemije su zabranjene. Umesto toga, komunikaciju sa porodicom, prijateljima i drugim korisnicima, treba obavljati putem virtuelnih druženja i sastanaka, putem telefona ili web platformi (Skype, WhatsApp, Viber i sl.).

Obaveštenja korisnicima i porodici treba dopuniti sa pismenim saopštenjima uz kontakte članova osoblja koji blagovremeno mogu da daju informacije i odgovore na sva pitanja ili nedoumice.

U saopštenju (obaveštenju) se mogu naći i korisni telefoni i internet adrese poput kontakt telefona epidemiološke službe Instituta za javno zdravlje i Ministarstva zdravlja Republike Srbije.

Komunikacija treba da sadrži informacije koje opisuju trenutnu situaciju, planove za ograničavanje širenja virusa unutar objekta i preporučene radnje koje mogu preduzeti kako bi zaštitili sebe i druge.

Edukaciju treba sprovoditi intenzivno na dnevnom i nedeljnom nivou, i za osoblje i za korisnike, sve dok traje pandemija.

Ustanove bi sve podatke trebalo pravovremeno da postavle na svoje web stranice, oglasne table i sl. i da povremeno ažuriraju date informacije, u skladu sa razvojem situacije.

Sa ciljem očuvanja mentalnog zdravlja, treba omogućiti stručnu **psihološku podršku** i korisnicima i zaposlenima.

Zaposleni koji treba da budu izolovani zbog simptoma ili rizičnog kontakta, ne smeju snositi bilo kakve posledice od strane poslodavaca kao ni umanjeње plate.

U slučaju registrovanja simptoma vezanih za virus Covid 19 kod zaposlenih ili korisnika treba da postoji usaglašen protokol ili redosled postupanja u okviru svake ustanove. Svi pozitivni slučajevi se moraju izolovati i prijaviti nadležnim institucijama a svi kontakti testirati, izolovati i pratiti.

MEDICINSKE PREPORUKE

Svi zaposleni moraju biti edukovani i koristiti zaštitnu opremu (tokom rada sa pozitivnim pacijentima u izolaciji - zaštitno odelo, maske, rukavice, vizir).

Treba izdvojiti posebne prostorije za presvlačenje osoblja a zaštitna odeća se mora adekvatno održavati (pranje sa deterdžentom na 60-90 C) i dezinfikovati. Izbegavati kontakt kontaminirane odeće sa čistom.

Nošenje maski je ograničeno a tokom rada izbegavati dodirivanje očiju, usta i nosa.

Izabranim koordinatorima u okviru ustanove ili neposrednim rukovodiocima, prijaviti sve rizike i simptome kako kod zaposlenih tako i kod korisnika (**nedostatak čula mirisa, povišena temperatura, curenje iz nosa, bol u grlu, glavobolja, dijareja, kratak dah i rizične kontakte**).

Savetuje se i vakcinisanje protiv gripa. U slučaju pojave navedenih simptoma savetuje se testiranje na Covid 19 ali i na grip, naročito kod pacijenata sa obstruktivnom bolesti pluća.