

## **ZARZĄDZENIE NR 15/2020**

**Kierownika Środowiskowego Domu Samopomocy „SZANSA” w Sianowie  
z dnia 30.09.2020 r.**

**w sprawie wprowadzenia Instrukcji dla pracowników Środowiskowego Domu Samopomocy „SZANSA” w Sianowie dotyczącej zasad postępowania w związku z potencjalnym ryzykiem zakażenia/zachorowania na Sars cov-2**

Na podstawie art. 207 oraz art. 207<sup>1</sup> ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (Dz.U. z 2020 r. poz. 1320) raz ustawy z dnia 2 marca 2020 r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz.U. z 2020 r. poz. 374 ze zm.) zarządza się, co następuje:

**§ 1.** W trosce o bezpieczeństwo pracowników związane z wystąpieniem stanu epidemii i rozprzestrzenianiem się wirusa SARS-CoV-2, wywołującego COVID - 19, wprowadza się:

„Instrukcję dla pracowników Środowiskowego Domu Samopomocy „SZANSA” w Sianowie dotyczącą zasad postępowania w związku z potencjalnym ryzykiem zakażenia/zachorowania na Sars Cov-2”

**§ 2.** Zobowiązuje się wszystkich pracowników ŚDS „SZANSA” w Sianowie do zapoznania się z treścią niniejszego Zarządzenia oraz do ścisłego przestrzegania jego postanowień.

**§ 3.** Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

# INSTRUKCJA DLA PRACOWNIKÓW ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „SZANSA” W SIANOWIE DOTYCZĄCA ZASAD POSTĘPOWANIA W ZWIĄZKU Z POTENCJALNYM RYZYKIEM ZAKAŻENIA/ZACHOROWANIA NA SARS CoV-2

Kryteria kwalifikacji:

- 1) osób potencjalnie narażonych w związku z powrotem z obszarów utrzymującej się transmisji wirusa
- 2) osób ze styczności z zakażonym.

Postępowaniu podlega osoba, która spełnia **kryteria kliniczne** oraz **kryteria epidemiologiczne**:

## a) kryteria kliniczne

Każda osoba, u której wystąpił co najmniej jeden z wymienionych objawów ostrej infekcji układu oddechowego:

- gorączka, - kaszel, - duszność

## b) kryteria epidemiologiczne

Każda osoba, która w okresie 10 dni przed wystąpieniem objawów spełniała co najmniej jedno z następujących kryteriów:

- podróżowała/przebywała w regionie, w którym podejrzewa się utrzymującą transmisję

SARS-CoV-2 (**informacje o krajach/regionach z utrzymującą się transmisją SARS-CoV-2 są dostępne pod linkiem: <https://www.ecdc.europa.eu/en/areas-presumed-ongoing-community-transmission-2019-ncov>** ).

- miała bliski kontakt z osobą, u której stwierdzono zakażenie SARS-CoV-2 (kontakt z przypadkiem *potwierdzonym lub przypadkiem prawdopodobnym*)

- pracowała lub przebywała jako odwiedzający w jednostce opieki zdrowotnej, w której leczono pacjentów zakażonych SARS-CoV-2.

**Bliski kontakt** jest definiowany jako zamieszkiwanie z pacjentem COVID19, praca w bliskiej odległości, przebywanie w kontakcie w odległości mniej niż 2 metrów przez ponad 15 minut z pacjentem COVID19, podróżowanie wspólnie z pacjentem COVID19 dowolnym środkiem transportu.

**Przypadek potwierdzony** (kryteria laboratoryjne): wykrycie kwasu nukleinowego SARS-CoV-2 z materiału klinicznego potwierdzone badaniem molekularnym ukierunkowanym na inny obszar genomu wirusa.

**Przypadek prawdopodobny** (kryteria laboratoryjne) co najmniej jedno z następujących kryteriów:

- dodatni wynik testu w kierunku obecności koronawirusów (pan-coronavirus test),

- niejednoznaczny wynik badania wykrywającego kwas nukleinowy SARS-CoV-2.

(na obecnym etapie dotyczy to przede wszystkim zagranicznych jednostek opieki zdrowotnej w których hospitalizowano osoby z potwierdzonym zakażeniem SARS-CoV-2.)

Jeśli pracownik ŚDS przebywał w rejonie zagrożenia epidemiologicznego w ciągu ostatnich 10 dni:

## ZALECANE POSTĘPOWANIE

- 1) **zaobserwowano u niego objawy, takie jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem** to:

• należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Koszalinie (tel. 94 342 40 85).

- lub zgłosić się bezpośrednio do lekarza rodzinnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego;

**2) nie zaobserwowano wyżej wymienionych objawów, to przez kolejne 10 dni należy kontrolować stan zdrowia, czyli codziennie mierzyć temperaturę ciała oraz zwrócić uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel)**

a) jeżeli po 10 dniach samoobserwacji nie wystąpiły wyżej wymienione objawy, można zakończyć kontrolę.

**b) jeżeli w ciągu 10 dni zaobserwowane zostaną wyżej wymienione objawy to:**

- należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną,
  - każdego pracownika pozostającego w bezpośrednim kontakcie z osobą chorą lub w kontakcie w odległości mniej niż 2 metrów przez ponad 15 minut,
- lub chory powinien zgłosić się bezpośrednio do lekarza rodzinnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego;

**3) miał kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2 to:**

- należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Koszalinie. Zgodnie z ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz.U.2019.0.1239.tj.) w przypadku podejrzenia lub rozpoznania zachorowania na chorobę szczególnie niebezpieczną i wysoce zakaźną lekarz przyjmujący do szpitala, miejsca izolacji lub odbywania kwarantanny, kierując się własną oceną stopnia zagrożenia dla zdrowia publicznego, poddaje osobę podejrzaną o zachorowanie, chorą na chorobę szczególnie niebezpieczną i wysoce zakaźną lub osobę narażoną na zakażenie hospitalizacji, izolacji lub kwarantannie oraz badaniom.

Zgodnie z wytycznymi Ministerstwa Zdrowia i Krajowego Konsultanta w dziedzinie chorób zakaźnych (dostępne na stronach: [mz.gov.pl](http://mz.gov.pl), [gis.gov.pl](http://gis.gov.pl), [gov.pl/koronawirus](http://gov.pl/koronawirus)) każda osoba manifestująca objawy zakażenia SARS-CoV-2 powinna być hospitalizowana w oddziale zakaźnym (obserwacyjno-zakaźnym) z zapewnieniem warunków izolacji oddechowej i ścisłego reżimu sanitarnego.

Osoby nie spełniające kryteriów przypadku podejrzanego o zachorowanie na SARS-CoV-2 powinny być leczone w warunkach ambulatoryjnych w ramach podstawowej opieki zdrowotnej.

**Jeśli pracownik miał kontakt z potwierdzonym przypadkiem COVID-19, lub w okresie 10 dni przebywał na obszarze, gdzie występują przypadki zakażeń postępowanie rozstrzygające podejmuje pracownicy Państwowej Inspekcji Sanitarnej.**

Definicja **kontaktu** obejmuje:

- rozmowę z osobą z objawami choroby twarzą w twarz przez dłuższy czas,
- grupę najbliższych współpracowników w ŚDS,
- każdą osobę mieszkającego w tym samym gospodarstwie domowym, co osoba chora.

Osoby z kontaktu NIE są uważane za zakażone i jeżeli czują się dobrze i nie mają objawów choroby, jest mało prawdopodobne, aby rozprzestrzeniły infekcję na inne osoby, jednak zaleca im się:

- pozostanie w domu przez 10 dni od ostatniego kontaktu z osobą chorą i prowadzenie samoobserwacji – codzienny pomiar temperatury i świadome zwracanie uwagi na swój stan zdrowia,
- poddanie się monitoringowi pracownika Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Koszalinie w szczególności należy udostępnić numer telefonu w celu umożliwienia codziennego kontaktu i przeprowadzenia wywiadu odnośnie stanu zdrowia,
- jeżeli w ciągu 10 dni samoobserwacji zaobserwowane zostaną objawy (gorączka, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem) - należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Koszalinie lub zgłosić się do lekarza pierwszego kontaktu.

#### **Osoby, które nie miały bliskiego kontaktu:**

- decyzja, do jakiej grupy kontaktu należą pracownicy i uczestnicy powinna zostać podjęta w kontakcie ze służbami sanitarnymi.
- rodzina i przyjaciele, którzy nie mieli bliskiego kontaktu (jak wymieniono powyżej) z osobą chorą, nie muszą podejmować żadnych środków ostrożności ani wprowadzać żadnych zmian we własnych aktywnościach, takich jak uczęszczanie do szkoły czy pracy, chyba że źle się czują,
- w przypadku złego samopoczucia powinni telefonicznie powiadomić stację sanitarno- epidemiologiczną, aby rozważyć, czy potrzebują dalszej oceny,
- poza osobami, które są zdefiniowane jako bliskie kontakty, reszta pracowników ŚDS nie musi podejmować żadnych środków ostrożności. Jeśli źle się czują, poddane zostaną kwalifikacji, w zależności od objawów. To zalecenie dotyczy pracowników ŚDS, którzy nie przebywali w bliskim otoczeniu z osobą chorą.

Odnośnie kontaktów z osobami spoza ŚDS, należy pamiętać, aby:

- **zachować bezpieczną odległość w kontakcie z drugą osobą** za którą uważa się 2 m pod warunkiem, że osoba ta nie kicha i nie kaszle. Wirus przenosi się drogą kropelkową z wydzieliną oddechową, która w trakcie mówienia opada siłą ciężkości. Wirus nie ma zdolności unoszenia się w powietrzu,
- **jeśli osoba wygląda na osobę chorą, kicha, kaszle** (wówczas wydzieliną oddechową wydostaje się z płuc pod ciśnieniem na dalszą odległość), ma trudności w oddychaniu zaleca się:
  - poinstruować go, aby kichała i kaszłała w zgięcie łokciowe lub chusteczkę higieniczną, którą powinna od razu wyrzucić do pojemnika na odpady wyłożonego workiem;
  - zaproponować wezwanie karetki pogotowia i poprosić ją o przejście do odrębnego pomieszczenia, w którym poczeka do jej przyjazdu; kosz na odpady umieścić w najbliższej okolicy osoby chorej;
  - jeśli chory nie dysponuje chusteczkami – zapewnić mu chusteczki lub ręczniki jednorazowe;
  - po opuszczeniu pomieszczenia, gdzie przebywała należy poprosić osobę sprzątającą o:
    - założenie rękawiczek jednorazowych,
    - umycie wodą z detergentem powierzchni, których chory mógł dotykać (jak blaty poręcze krzeseł, klamki, uchwyty),
    - usunięcie worka z chusteczkami do zbiorczego pojemnika na odpady,
    - zdjęcie rękawiczek i wyrzucenie ich do pojemnika na odpady,
    - niezwłoczne umycie rąk wodą z mydłem;
- jeśli chory nie wyraża zgody na wezwanie karetki należy zaprzestać załatwiania sprawy, z którą przyszedł i poprosić go o udanie się bezpośrednio do domu, skąd powinien telefonicznie skonsultować

swój stan zdrowia z lekarzem rodzinnym bądź skontaktować się z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Koszalinie. W takiej sytuacji należy poinstruować tą osobę, aby unikała środków transportu publicznego bądź zasłaniał a usta i nos podczas kichania i kaszlu,

- zachować spokój i porozmawiać z pracownikami, czy któryś z nich miał bliski kontakt z osobą chorą (mniej niż 2 m przez 15 minut i więcej):

a) jeśli tak – pracownik powinien pozostać w domu i przez kolejne 10 dni obserwować swój stan zdrowia oraz codziennie mierzyć temperaturę; gdy wystąpią niepokojące objawy zadzwonić do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Koszalinie, aby skonsultować dalszy tryb postępowania, a jeżeli nie po tym czasie można bezpiecznie wrócić do pracy,

b) jeśli nie - można bezpiecznie wrócić do pracy, nie ma powodów do niepokoju.

## **PODSTAWOWE ŚRODKI OCHRONNE**

Podstawowe zasady zapobiegawcze, które istotnie wpłyną na ograniczenie ryzyka zakażenia:

### **1. Często myć ręce**

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60 %). Wirus osłonięty jest cienką warstwą tłuszczową, którą niszczą detergenty, mydło, środki dezynfekcyjne, promienie UV.

Mycie rąk z użyciem wodą z mydłem zabija wirusa, jeśli znajduje się on na rękach.

### **2. Stosować zasady ochrony podczas kichania i kaszlu**

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60 %).

Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów. Jeśli nie przestrzega się tej zasady można łatwo zanieczyścić przedmioty, powierzchnie lub dotykane, np. przy powitaniu osoby.

### **3. Zachować bezpieczną odległość**

Należy zachować co najmniej 2 metry odległości od innych osób.

Gdy ktoś z chorobą układu oddechowego, taką jak SARS-CoV-2, kaszle lub kicha, wydalą pod ciśnieniem małe kropelki zawierające wirusa. Jeśli jest się zbyt blisko, można wdychać wirusa.

### **4. Unikać dotykania oczu, nosa i ust**

Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.

### **5. Będąc chorym, mając: gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu – NIE należy przychodzić do pracy.**

Należy niezwłocznie zasięgnąć pomocy medycznej – zgodnie z wytycznymi zamieszczonymi w komunikacie krajowego konsultanta w dziedzinie chorób zakaźnych ([mz.gov.pl](http://mz.gov.pl), [gis.gov.pl](http://gis.gov.pl), [gov.pl/koronawirus](http://gov.pl/koronawirus)).

Należy przy tym pamiętać, żeby unikać środków komunikacji publicznej, aby nie narażać innych osób. Zaleca się osłonięcie ust i nosa maseczką ochronną, która stanowi pierwszą barierę ochronną dla otoczenia.

6.. **Mając łagodne objawy ze strony układu oddechowego należy** starannie stosować podstawowe zasady higieny oddychania oraz higieny rąk i pozostać w domu do czasu powrotu do zdrowia, jeśli to możliwe.

### **7. Dbać o odporność, wysypiać się, dbać o kondycję fizyczną, racjonalne odżywianie.**