



Příprava pracoviště na onemocnění COVID-19

Tento manuál pro prevenci před nakažením virem způsobujícím onemocnění COVID-19 má doporučující charakter a postupy v něm popsané je vždy nutné přizpůsobit podmínkám daného pracoviště.

Opatření proti COVID-19 na pracovišti

Jak se bránit šíření COVID-19 na vašem pracovišti

Níže uvedená opatření (bez významných nákladů) mohou pomoci omezit šíření infekcí na vašem pracovišti. **Tato opatření je vhodné začít používat hned, tedy ještě před výskytem COVID-19 ve Vašem okolí.** Mohou tím být ušetřeny nemalé náklady v souvislosti s případným výskytem COVID-19.

1) Ujistěte se, že vaše pracoviště jsou čistá a hygienická

- Povrchy (např. stoly, židle) a předměty (např. telefony, klávesnice) musí být pravidelně ošetřeny dezinfekčním prostředkem
- Proč? Protože kontaminace povrchů, kterých se zaměstnanci a zákazníci dotýkají, je jedna z hlavních způsobů šíření různých infekcí, včetně COVID-19

2) Připomínejte všem osobám na pracovišti, aby si pravidelně a důkladně myli ruce mýdlem a používali vhodnou desinfekci.

- Umístěte dezinfekční dávkovače rukou na viditelná místa na pracovišti. Ujistěte se, že jsou tyto zásobníky pravidelně doplňovány
- Propagujte mytí rukou prostřednictvím plakátů (příklad:)

MYJTE SI PRAVIDELNĚ RUCE

Pokud jsou Vaše ruce **viditelně špinavé**, použijte pro jejich umytí mýdlo a tekoucí vodu



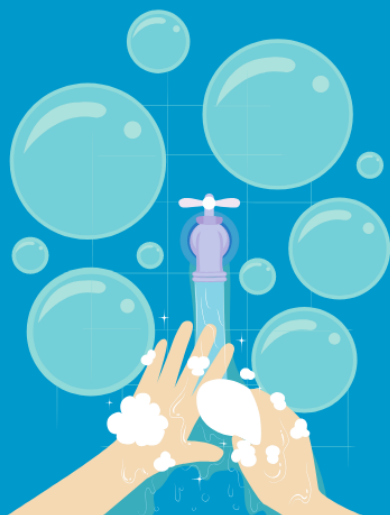
Pokud Vaše ruce **nejsou viditelně špinavé**, pravidelně je čistěte třením rukou dezinfekcí na alkoholové bázi nebo mýdlem a vodou.



World Health
Organization

Chraň sebe i své okolí před nemocí

Umývej své ruce



- po kašlání nebo smrkání
- pokud se staráš o nemocného
- před, během a po přípravě jídla
- před jídlem
- po použití toalety
- máš-li viditelně špinavé ruce
- při kontaktu se zvířaty nebo živočišným odpadem



World Health
Organization

informujte zaměstnance o těchto opatřeních také dalšími komunikačními kanály, např. na intranetu, informace na poradách

- Ujistěte se, že všechny osoby na Vašem pracovišti mají možnost umývat si pravidelně ruce
- Proč? Protože mytí zabíjí virus na vašich rukou a zabraňuje šíření COVID-19

3) Zajistěte respirační hygienu na Vašem pracovišti

Osoby s respiračními příznaky (kašel, kýchání) mají dodržovat následující opatření:

- Zakrývat si nos a ústa jednorázovým kapesníkem nebo ústenkou při kašli a kýchání
- Použité ochranné prostředky ihned po použití likvidovat, pokud možno co nejdříve provést hygienu rukou
- Zajistěte na pracovišti jednorázové papírové kapesníky a uzavíratelné koše.
- Proč? Protože dobrá dýchací hygiena brání šíření COVID-19

4) Sledujte aktuální informace a doporučení ke služebním cestám zaměstnancům na webu www.mzcr.cz a www.mzv.cz

5) Informujte své zaměstnance, dodavatele a zákazníky, že pokud zaznamenají příznaky podobné COVID-19, ale také mírný kašel nebo zvýšená teplota (37,3 ° C nebo více) musí zůstat doma. Měli by také zůstat doma (nebo pracovat z domova), pokud užili lék na snížení teploty, jako je paracetamol / acetaminofen, ibuprofen nebo aspirin, které mohou dočasně potlačit příznaky infekce COVID-19

6) Zaměstnancům je nutné zdůrazňovat, že musí zůstat doma i když mají jen mírné příznaky (může se jednat o COVID-19)

7) Umožněte zaměstnancům čerpání zdravotního volna, tzv. sick days

Co byste měli zvážit, když Vy a Vaši zaměstnanci cestujete do zahraničí

1) Před cestou

- Ujistěte se, že vaše organizace a její zaměstnanci mají nejnovější informace o oblastech kde se šíří COVID-19. Přehled najdete na této adrese

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>
Pravidelně sledujte stránky Ministerstva zahraničních věcí, kde jsou zveřejňovány informace pro občany České republiky cestující do zahraničí

<https://www.mzv.cz/jnp/cz/cestujeme/index.html>

- Na základě nejnovějších informací by měla vaše organizace posoudit přínosy a rizika související s cestou

- Vyhněte se vyslání zaměstnanců, kteří mohou být vystaveni vyššímu riziku z důvodu vážných onemocnění (např. starší zaměstnanci a ti, kteří mají chronické zdravotní obtíže, jako je např. diabetes, srdeční a plicní onemocnění) do oblastí, kde se šíří COVID-19.

- Ujistěte se, že všechny osoby cestující na místa, která hlásí COVID-19, jsou informovány kvalifikovaným odborníkem (např. poskytovatelem zdravotní péče či zaměstnanci orgánu ochrany veřejného zdraví)

- Vybavte vyslané zaměstnance malými desinfekčními gely s virucidním účinkem do 100 ML (či obdobnými přípravky). To jim pomůže v pravidelné desinfekci rukou.

2) Během cesty

- Připomínejte vhodným způsobem svým vyslaným zaměstnancům, aby si pravidelně umývali ruce a zůstali alespoň jeden metr daleko od lidí, kteří mají zjevné projevy onemocnění (např. kašlou nebo kýchají)

- Zajistěte, aby zaměstnanci věděli, co mají dělat a na koho se mohou obrátit, pokud během cestování onemocní.

- Zajistěte (prostřednictvím informace před cestou, ale také během cesty), aby Vaši zaměstnanci dodržovali pokyny místních úřadů, zejména pokud jim například místní úřady nařídí, karanténu či izolaci. Vaši zaměstnanci by měli dodržovat všechna místní omezení při cestování a vyvarovat se účasti na velkých shromážděních.

3) Po návratu z cesty

- Zaměstnanci, kteří se vrátili z oblasti, kde se šíří COVID-19, by se měli sledovat na příznaky po dobu 14 dní a 2x denně si měřit teplotu.
- Pokud se u nich objeví mírný kašel nebo zvýšená teplota (tj. teplota 37,3 C nebo více) měli by zůstat doma a izolovat se. To znamená vyhnout se úzkému kontaktu (1 metr nebo blíže) s jinými lidmi, včetně členů rodiny. Dále pak mají telefonicky kontaktovat svého poskytovatele zdravotní péče a místní krajskou hygienickou stanici a sdělit jim průběh předchozí cesty, popsat současné zdravotní komplikace a sdělit jména osob, se kterými přišli do styku. Zaměstnanec také písemně nebo telefonicky informuje o této skutečnosti svého vedoucího zaměstnance (zaměstnavatele) a dohodnou se na podmínkách krátkodobé absence v práci.

4) Připravte si plán pro případ, že se ve Vaší společnosti objeví případ COVID-19

Pro velké zaměstnavatele:

- Vypracujte plán, jak postupovat, pokud někdo onemocní podezřením na COVID-19 na jednom z vašich pracovišť
- Plán by měl zahrnovat umístění nemocné osoby do místnosti, kde je ihned izolována od ostatních na pracovišti, což omezuje počet lidí, kteří mají kontakt s virem a kontaktuje místně příslušnou krajskou hygienickou stanici. Všechny zbývající prostory na pracovišti ihned vyvětrejte.
- Určete, jak identifikovat osoby, které mohou být ohroženy COVID-19, a poskytněte jim pomoc. Jedná se o osoby, které nedávno odcestovali do oblasti hlášení případů. Konzultujte svůj plán s místně příslušnou krajskou hygienickou stanicí a sledujte doporučení na webových stránkách Ministerstva zdravotnictví www.mzcr.cz.
- Umožněte zaměstnancům pracovat z domova, je-li to možné, v co nejširší míře. Pokud dojde ke vzniku lokálního ohniska nákazy COVID-19 je vhodné, aby se zaměstnanci zcela vyhnuli veřejné dopravě a přeplněným místům. Sledujte webové stránky Ministerstva zdravotnictví www.mzcr.cz. Práce na dálku pomůže vaší firmě zajistit provoz, zatímco vaši zaměstnanci zůstanou v relativním bezpečí.
- Informujte své zaměstnance a obchodní partnery o plánu a ujistěte se, že jsou si vědomi toho, co v rámci plánu musí/nemohou dělat. Zdůrazněte klíčové body plánu, jako je důležitost dodržovat izolaci, i když mají jen mírné příznaky nebo museli brát léky (např. paracetamol, ibuprofen), které mohou dočasně zmírnit příznaky
- Ujistěte se, že Váš plán řeší duševní zdraví a sociální důsledky výskytu COVID-19 na pracovišti a poskytněte informace a podporu.

Pro malé a střední zaměstnavatele:

- Sledujte pro aktuální informace a doporučení webových stránkách www.mzcr.cz, konzultujte situaci s místně příslušnou krajskou hygienickou stanicí.

Zapamatujte si: Nyní je správný čas se připravit na COVID-19. Jednoduchá preventivní opatření a plánování mohou mít velký význam. Dobrá příprava pomůže ochránit vaše zaměstnance a vaše podnikání.

Jak zůstat informován:

www.mzcr.cz

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Rady a pokyny WHO ohledně COVID-19

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.epi-win.com/>

SZÚ- <http://www.szu.cz/tema/prevence/2019ncov>