

Zagrożenie koronawirusem reguły postępowania

Zalecenia wg stanu na 26 marca 2020

Wstępne informacje

Od momentu pojawienia się koronawirusa wszyscy podejmują działania mające na celu zminimalizowanie rozprzestrzeniania się choroby i uniknięcia powstania epidemii.

Zarząd Spółki powołał Grupę Zarządzania Kryzysowego, która pracuje nad wypracowaniem planu działania w sytuacji zagrożenia chorobą i jak najlepszym **wdrożeniem profilaktyki dla wszystkich pracowników.**

Bezpieczeństwo i zdrowie są zawsze priorytetem firmy. Opracowaliśmy niniejszą instrukcję, aby zapewnić stabilne i bezpieczne środowisko pracy oraz indywidualne zdrowie fizyczne i psychiczne.

Mamy nadzieję, że dzięki opisanymi w tej prezentacji środkom, wszyscy będziemy wiedzieli co należy robić by pomóc zabezpieczyć siebie i najbliższe otoczenie przed zarażeniem.

Co to jest koronawirus?

- Nowy koronawirus **SARS-CoV-2** wywołuje chorobę o nazwie **COVID-19**.
- Choroba objawia się najczęściej **wysoką gorączką, kaszlem, dusznościami – problemami z oddychaniem, bólami mięśni, zmęczeniem**. Najnowsze informacje publikowane przez Światową Organizację Zdrowia / WHO wskazują, że objawy zarażenia mogą być także inne – zostały one opisane na kolejnych slajdach.
- Aktualnie nie ma szczepionki przeciw nowemu koronawirusowi.

Jak przenosi się SARS COV-2?

- **Bezpośrednio** – poprzez kontakt z wydzielinami zainfekowanej osoby (droga kropelkowa, ale również kał i mocz, a także w filmie łzowym oraz w wydzielinie worka spojówkowego).
- **Pośrednio** – poprzez kontakt z powierzchniami, na których znajdują się wydzieliny osoby zainfekowanej poprzez kichanie i kaszel.
- Aktualnie dostępne dane wskazują na to, że wirus może przetrwać kilka godzin na powierzchniach. Wirusa można pozbyć się ze środowiska, podobnie jak w przypadku większości mikroorganizmów, za pomocą zwykłych środków dezynfekcyjnych stosowanych w gospodarstwie domowym.

Kryteria wskazujące na potencjalną możliwość zarażenia

Kryteria kliniczne – występowanie co najmniej jednego z wymienionych objawów ostrej infekcji układu oddechowego:

- gorączka
- kaszel
- duszność – problemy z oddychaniem

OD DNIA 23 MARCA – ZGODNIE Z ZALECENIAMI GIS – WYSTĄPIENIE OBJAWÓW KLINICZNYCH STANOWI PODSTAWĘ DO PRZEPROWADZENIA TESTU NA OBECNOŚĆ / ZARAŻENIE SARS-CoV-2

Najnowsze dane wskazują, że pierwszymi objawami zarażenia mogą być: **biegunka, wymioty, brak apetytu**, a także: **utrata węchu i/lub smaku**.

Pacjenci chorujący na COVID-19 mogą też mieć **przekrwione oczy wskazujące na zapalenie spojówek**. Objaw ten został uwzględniony w raporcie WHO /Światowej Organizacji Zdrowia.

Obowiązek poddania się testowi

- Od 23 marca – zgodnie z informacją podaną przez GIS – poddanie się testowi na obecność koronawirusa SARS-COV-2 jest obowiązkowe.
- **Nie ma możliwości odmowy wykonania testu**, jeśli jest wskazanie lekarskie.

Kryteria wskazujące na potencjalną możliwość zarażenia

Kryteria epidemiologiczne – jeżeli w okresie 14 dni przed wystąpieniem objawów miało miejsce choćby jedno z następujących kryteriów:

- **podróż/pobyt w regionie, w którym podejrzewa się utrzymującą się transmisję SARS-CoV-2** (*od momentu ogłoszenia pandemii w zasadzie dotyczy to większości krajów Unii Europejskiej i Dalekiego Wschodu, a także podróży – związanych w szczególności z przemieszczaniem się środkami komunikacji publicznej i przebywaniem na lotniskach, dworcach, w hotelach*)
- **bliski kontakt** z osobą, u której stwierdzono zakażenie SARS-CoV-2
- **przebywanie jako odwiedzający w jednostce opieki zdrowotnej, w której leczono pacjentów zakażonych SARS-CoV-2**

Bliski kontakt jest definiowany jako:

- zamieszkiwanie z osobą zarażoną,
- praca w bliskiej odległości osoby zarażonej,
- przebywanie w tej samej klasie szkolnej z osobą zarażoną,
- podróżowanie wspólnie z osobą zarażoną dowolnym środkiem transportu

Kryteria wskazujące na potencjalną możliwość zarażenia podawane przez WHO

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) najczęściej występujące objawy koronawirusa to:

- 1. gorączka (87,9 proc.),**
- 2. suchy kaszel (67,7 proc.),**
- 3. zmęczenie (38,1 proc.),**
- 4. odkrztuszanie płwociny (33,4 proc.) – w tym krwawej płwociny (0,9 proc.),**
- 5. duszności (18,6 proc.)**
- 6. ból gardła (13,9 proc.),**
- 7. ból głowy (13,6 proc.),**
- 8. bóle mięśni i stawów (14,8 proc.),**
- 9. dreszcze (11,4 proc.),**
- 10. nudności i wymioty (5 proc.),**
- 11. niedrożność nosa (4,8 proc.),**
- 12. biegunka (3,7 proc.),**
- 13. zapalenie spojówek (0,8 proc.)**

Żaden z objawów nie powinien być bagatelizowany – np. widoczne oznaki zapalenia spojówek mogą być jedyną oznaką zarażenia, bez innych objawów.

Stan epidemii. Kwarantanna. Sankcje.

- Zakażenie koronawirusem zostało objęte przepisami o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi.
- **Dnia 20 marca w Polsce ogłoszono stan epidemii**, co może być związane z wprowadzaniem kolejnych ograniczeń i wymagań w stosunku do obywateli.
- **Od dnia 25 marca wprowadzono ograniczenia w przemieszczaniu się**. Co to oznacza?
- Ograniczenia dotyczące przemieszczania w zasadzie nakazują **zminimalizowanie wyjść z domu do pójścia po zakupy spożywcze, do apteki, jak również przejazd do pracy**.
- **Dopuszcza się uprawianie aktywności sportowej** – ale to także może się zmienić.

- **KWARANTANNA**
- **Osoby, które miały styczność z osobą zarażoną i osoby z podejrzeniem zakażenia** można poddać kwarantannie (stan aktualny – na 25 marca – wskazuje, że każda osoba z podejrzeniem zarażenia ma zostać poddana testom).
- Wobec osób, które opierają się takiej izolacji, będzie **można zastosować środki przymusu bezpośredniego**.
- **Osoba poddana kwarantannie jest obowiązana jej przestrzegać**. Za naruszenie zasad kwarantanny grożą kary finansowe - mandat za nieprzestrzeganie kwarantanny wynosi do 30 000 zł (kwotę podwyższono z 5000 zł w związku z ogłoszeniem stanu epidemii).

Środki zapobiegawcze stosowane w firmie

Kompleksowe działania zapobiegawcze przed wirusem:

Stoły i biurka
czyszczone są
**codziennie środkami
dezynfekującymi
zawierającymi chlor.**
Proszę pozostawiać
biurko posprzątane

W łazienkach zostały
umieszczone
instrukcje
higienicznego mycia
rąk oraz **specjalne
preparaty
dezynfekujące**
przeznaczone do
zwalczania wirusów

Wdrażamy **proces
reagowania na
przypadki –
stwierdzone objawy
potencjalnego
zarażenia**, które
mogą zaistnieć

Przestrzenie wspólne
jak korytarze,
kuchnie, toalety są
dodatkowo
**dezynfekowane
odpowiednimi
preparatami**

Stosujemy **pomiar
temperatury każdej
osoby wchodzącej na
teren zakładu / firmy**

Postępowanie prewencyjne i informowanie o potencjalnym zarażeniu

Wskazania dla pracowników

- **Przepisy prawa** o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych (m.in. rozporządzenie Ministra Zdrowia 27 lutego 2020 roku) **nakładają na każdego obywatela obowiązki, z których bezwzględnie należy się wywiązywać**
- **Jeśli zaobserwowałeś u siebie objawy**, takie jak: **gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem** to:
 - zasięgnij pomocy medycznej zgodnie z informacją zamieszczoną na stronie Ministerstwa Zdrowia <https://www.gov.pl/web/zdrowie>. Infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia **800 190 590**
 - telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego.
- **Jeśli miałeś kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2 to bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną i postępuj ściśle ze wskazaniami**

Postępowanie prewencyjne i informowanie o potencjalnym zarażeniu

Przed przyjazdem do pracy

- **Przed wyjściem z domu do pracy** – zmierz temperaturę
- Jeżeli masz podwyższoną temperaturę /stan podgorączkowy lub jeśli masz objawy przeziębienia, podobne do występujących przy grypie /kaszel, bóle mięśniowe, ogólne złe samopoczucie/ - **poinformuj przełożonego telefonicznie lub mailowo. Należy pozostać w domu**, aby obserwować rozwój choroby, a w razie potrzeby poszukać odpowiedniej pomocy medycznej.
- Poinformuj przełożonego telefonicznie / mailowo jeśli podejrzewasz u siebie zarażenie lub jesteś zarażony koronawirusem – **jeśli masz gorączkę (> 38,0°C), kaszel, duszności i inne objawy**. W takiej sytuacji postępuj zgodnie ze wskazówkami GIS (Głównego Inspektora Sanitarnego) - **bezzwłocznie skontaktuj się z najbliższym szpitalem zakaźnym, szpitalem, lekarzem pierwszego kontaktu lub właściwą miejscowo powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną**.
- **Postępuj ściśle według uzyskanych wskazówek !**
- Pamiętaj aby w przypadku podejrzenia zarażenia koronawirusem nie korzystać ze środków komunikacji publicznej – np. w celu dotarcia do szpitala.

Ocena i identyfikacja potencjalnego zagrożenia

Postępowanie na terenie zakładu

- **Wszyscy pracownicy** przed wejściem/wjazdem do firmy zobowiązani są poddać się kontroli temperatury ciała **przez pracownika ochrony / mistrza / koordynatora** na bramie wjazdowej lub wejściu do budynków

Postępowanie w przypadku stwierdzenia objawów przeziębienia

- W przypadku osób z widocznymi objawami infekcji lub u których stwierdzono stan podgorączkowy – **należy zaopatrzyć je w instrukcję postępowania (SARS-COV-2 INSTRUKCJA dla pracowników)** i poprosić o postępowanie zgodne z zawartymi w niej wskazaniem.
- Pracownik powinien bezzwłocznie **skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu lub właściwą miejscowo powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną** i postępować ściśle według uzyskanych wskazówek.

Ocena i identyfikacja potencjalnego zarażenia

Postępowanie w przypadku stwierdzenia objawów potencjalnego zarażenia

- W przypadku osób z 1/ widocznymi objawami infekcji lub u których stwierdzono temperaturę powyżej 38,0°C i/lub inne objawy (kryteria kliniczne), a także 2/ z wywiadu wynika, że przebywała w innym kraju lub miała styczność z osobą zarażoną lub potencjalnie zarażoną – należy zaopatrzyć pracownika w instrukcję postępowania, skierować go do wyodrębnionego pomieszczenia w **budynku A** i zalecić postępowanie zgodne z instrukcją, w tym **kontakt z najbliższym szpitalem zakaźnym lub powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną celem ustalenia trybu postępowania.**
- Pracownik, u którego stwierdzono objawy jak powyżej, winien **niezwłocznie skontaktować się z zewnętrzną pomocą medyczną** (szpital zakaźny, powiatowy inspektorat sanitarno-epidemiologiczny) i **ustalić sposób postępowania, m.in. miejsce i sposób dojazdu na badania.**
- W razie potrzeby udzielenia wsparcia – takich ustaleń może dokonać przedstawiciel Spółki (przełożony lub osoba kontrolująca)
- Jednym ze wskazań udzielanych pracownikowi przez służby sanitarne jest określenie z kim miała kontakt w ciągu poprzednich 14 dni – dotyczy to zarówno współpracowników, jak również dostawców i klientów. Ta informacja przygotowana przez pracownika staje się źródłem wskazań co do postępowania dla umieszczonych na liście osób, np. w celu skierowania na 14-dniową kwarantannę.
- Pomieszczenia, w których przebywała osoba z podejrzeniem zarażenia, a także przedmioty, z którymi miała styczność, muszą zostać bezzwłocznie zdezynfekowane.
- Zobacz: **SARS-COV-2 INSTRUKCJA dla kadry kierowniczej.**

Zasady postępowania w biurze

- **Minimalizuj ilość bezpośrednich spotkań** na rzecz komunikacji zdalnej
- **Rekomendujemy organizację spotkań w formie telekonferencji**, za pośrednictwem Skype lub Teams.
- **Ograniczaj udział w dużych zgromadzeniach**
- Zapewnij **regularne wietrzenie pomieszczeń** w których przebywasz.
- Bez uzasadnionej potrzeby **nie poruszamy się poza obszarami swojego stanowiska pracy**
- **Często myj ręce** wodą z mydłem lub używaj płynu dezynfekującego
- Jeśli czujesz, że **masz podwyższoną temperaturę** i chcesz ją sprawdzić skorzystaj z termometru.
- Jeśli **Twój stan zdrowia pogarsza się w ciągu dnia**, obserwujesz objawy przeziębienia lub grypopodobne, zgłoś to przełożonemu.

Ogólne zasady postępowania

- Zgodnie z wprowadzonymi **od dnia 25 marca** ograniczeniami w przemieszczaniu się („**zostań w domu**”) wprowadzono zakaz przebywania razem więcej niż 2 osób, zalecono aby wyjścia z domu ograniczyć do niezbędnych zakupów, wyjścia do apteki lub dla potrzeb aktywności fizycznej.
- Jeśli to możliwe – ogranicz do minimum **korzystanie z transportu publicznego**, jeżeli musisz – **korzystaj z niego poza godzinami szczytu** czyli albo wcześniej rano albo po porannej fali dojazdu
- **Staraj się ograniczyć dotykane przedmiotów** jeśli nie jest to konieczne (poręczy, uchwytów, ławek, itp.)
- Na stacji benzynowej podnoś dozownik („pistolet” dystrybutora paliwa) **za pomocą papierowego ręcznika lub jednorazowej rękawiczki**
- Naciskaj wyłączniki światła w ten sam sposób, w jaki **puka się w drzwi**.
- Otwieraj drzwi za pomocą biodra lub zamkniętej pięści. **Nie naciskaj klamki za pomocą otwartej dłoni**, szczególnie w biurach i miejscach publicznych.
- Z uwagi na sposób przenoszenia się wirusa (nie tylko droga kropelkowa, także kał i mocz) – **bardzo ważne jest przestrzeganie zasad higieny podczas korzystania z łazienek i toalet**

Kontakty z innymi osobami i higiena osobista



- Staraj się utrzymywać **bezpieczną odległość od innych (min. 1,5 m)**
- **Unikaj podawania ręki** na powitanie
- **Unikaj odruchowego dotknięcia oczu, nosa i ust**
- **Używaj płynu dezynfekującego** – pamiętaj, by mieć go również w samochodzie
- Myj dokładnie dłonie przynajmniej **przez 20 - 30 sekund**
- Używaj chusteczek higienicznych **tylko raz**
- W przypadku **kaszlu lub kichania** zasłaniaj twarz (nie kichaj w dłonie)
- **Kiedy kaszlesz lub kichasz** – odwracaj się od innych
- **Nie obawiaj się zwracać uwagi współpracownikowi i innym osobom**, w miejscach gdzie przebywasz, aby nie kasnęły i nie kichały w Twoim kierunku

Jak skutecznie myć ręce?



1 Zwilż ręce ciepłą wodą. Natóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2 Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3 Spleć palce i namydl je.



4 Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



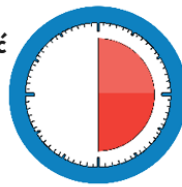
5 Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6 Namydl obydwie nadgarstki.

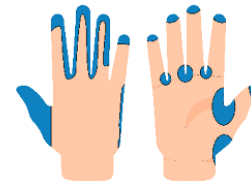


7 Sptucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



**Całkowity czas:
30 sekund**

Nie zapomnij umyć tych obszarów:



Ważne informacje - koronawirus

- **Infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 190 590**, gdzie można uzyskać informacje dotyczące postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia nowym koronawirusem
- Specjalna Infolinia **dla pacjentów ENEL-MED: 501-111-999**
- Konsultacja medyczna dla wszystkich obywateli – **infolinia PZU : (22) 505-11-88**
- Zgłoszenia przypadków potencjalnego zarażenia – **Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna we Wrocławiu, ul. Kleczkowska 20, 50-227 Wrocław**

W sprawach dotyczących podejrzenia zachorowania lub kontaktu z osobą chorą na koronawirusa SARS-CoV-2 prosimy o kontakt **WYŁĄCZNIE** telefoniczny pod nr telefonu w godzinach pracy urzędu:

- **telefony czynne od poniedziałku do piątku (w dni robocze)**
tel. 71 361 46 91 lub 71 361 46 92
693 900 908
781 400 199
887 811 060
- **telefon czynny 7 dni w tygodniu (całodobowo):** 603 720 579

Lista szpitali zakaźnych dla woj. dolnośląskiego

Zgłoszenie się do szpitala zakaźnego

- <https://www.gov.pl/web/koronawirus/lista-szpitali> (zakaźnych)

Województwo dolnośląskie

1. Wałbrzych, Specjalistyczny szpital im. Dra Alfreda Sokołowskiego, ul. Batorego 4
 - Centrala telefoniczna: 74 64 89 742
2. Wrocław - Śródmieście, Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego, Oddział Kliniczny Zakaźny Tytusa Chałubińskiego 2-2a (Oddział dziecięcy) Klinika Pediatrii i Chorób Infekcyjnych, ul. Chałubińskiego 2-2A
 - Informacja (71) 733-11-10 od 7:30 do 15:00
 - Szpitalny Oddział Ratunkowy (71) 733-29-64 czynny 24 h
3. Wrocław, Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J.Gromkowskiego, ul. Koszarowa 5
 - Tel. 71/ 326-13-27 do 31
 - Koronawirus INFOLINIA 519 338 486
4. Bolesławiec, Zespół Opieki Zdrowotnej, ul. Jeleniogórska 4
 - Numery telefonów: 511 742 111 lub 75 738 01 31

Zalecenie ogólne:

PAMIĘTAJ! Zanim zechcesz skorzystać z porady lekarza, podobnie jak dzieje się to obecnie we wszystkich przychodniach podstawowej opieki zdrowotnej, najpierw – w celu konsultacji – należy skontaktować się telefonicznie

Więcej informacji znajdziesz na stronach:

Ministerstwo Zdrowia

- <https://www.gov.pl/web/koronawirus>
- <https://www.gov.pl/web/zdrowie/co-musisz-wiedziec-o-koronawirusie>
- <https://www.gov.pl/web/koronawirus/lista-szpitali> (zakaźnych)

Główny Inspektor Sanitarny

- <https://gis.gov.pl/>
- <https://gis.gov.pl/aktualnosci/koronawirus-co-trzeba-wiedziec-o-kwarantannie/>
- <https://gis.gov.pl/aktualnosci/zasady-postepowania-z-osobami-podejrzanyimi-o-zakazenie-nowym-koronawirusem-2019-ncov/>
- <https://gis.gov.pl/aktualnosci/qa-dotyczace-zywnosci-i-koronawirusa/>

Narodowy Fundusz Zdrowia

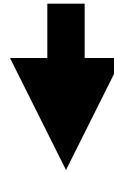
- <https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-oddzialow/infolinia-nfz-najczesciej-zadawane-pytania-zwiazane-z-koronawirusem,387.html>

Wojskowy Ośrodek Medycyny Prewencyjnej Wrocław

- <http://wompwroclaw.wp.mil.pl>

Liderzy:

1. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
2. YYYYYYYYYYYYYYYY

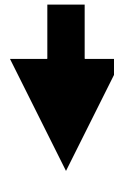


Koordynatorzy:

Dział HR:

1. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
2. YYYYYYYYYYYYYYYY

1. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
2. YYYYYYYYYYYYYYYY



Dodatkowi Eksperti

1. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
2. YYYYYYYYYYYYYYYY

Razem – odpowiedzialnie społecznie – stosując się do zaleceń,
przestrzegając wprowadzanych ograniczeń pokonamy zagrożenie.