

**SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE**

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

**KRÍZOVÝ PLÁN PRE PRACOVISKÁ SLOVENSKEJ  
TECHNICKEJ UNIVERZITY V BRATISLAVE  
PRI PREDCHÁDZANÍ ŠÍRENÍ OCHORENIA COVID-19**

**Fakulta/pracovisko : .....**

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

Ochorenie COVID-19 je infekčné ochorenie, ktoré spôsobuje koronavírus SARS-CoV-2. Ide o kvapôčkovú infekciu, to znamená, že sa šíri najmä vzdušnou cestou kvapôčkami sekrétov slizníc, a to najmä pri kašľaní, kýchaní alebo rozprávaní.

Na pracoviskách, kde dochádza ku koncentrácii väčšieho množstva ľudí, je dôležité zabezpečiť účinné opatrenia, aby sa prenosu tohto ochorenia zabránilo.

## 1. Všeobecné preventívne opatrenia na zabránenie šírenia ochorenia

- 1.1. Často a dôkladne si umývať ruky s použitím mydla a teplej vody po dobu najmenej 20 sekúnd (pred konzumáciou jedla, nápojov, zapálením si cigarety, po použití toalety, po vystúpení z hromadného dopravného prostriedku, pred a po pobyte na mieste s veľkým počtom ľudí, po kýchaní, fúkaní nosa ...);
- 1.2. Ak nie je k dispozícii teplá voda a mydlo, tak použiť dezinfekčný prostriedok na báze alkoholu (najmenej 60%);
- 1.3. Nosiť rúško alebo respirátor;
- 1.4. Pri kýchaní a kašľaní si zakryť nos a ústa jednorazovou vreckovkou alebo laktovou jamkou – nekýchať a nekašľať do dlane ruky!
- 1.5. Používať jednorazové papierové vreckovky, ktoré po použití zahodiť do koša;
- 1.6. Nedotýkať sa neumytými rukami tváre – nosa, úst, očí ani rúška;
- 1.7. Vyhýbať sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, najmä ak majú príznaky nádchy, chrípky alebo iného respiračného ochorenia (kašeľ, kýchanie ...) - dodržiavať minimálne 2 metrovú vzdialenosť;
- 1.8. Vyhýbať sa miestam s vyššou koncentráciou ľudí;
- 1.9. Pravidelne dezinfikovať povrchy, pracovné plochy a pomôcky na pracovisku (ale aj v domácom prostredí) a to s použitím prípravkov na báze chlóru alebo alkoholu (vhodné je tieto prostriedky striedať);
- 1.10. Zabezpečiť dostatočné a pravidelné vetranie priestorov;
- 1.11. Sledovať svoj zdravotný stav a v prípade výskytu príznakov ako horúčka, kašeľ, sťažené dýchanie, bolesti kĺbov, svalov, slabosť, únava ..., zostať doma a telefonicky kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára a svojho zamestnávateľa.

## 2. Odporúčania pre zabezpečenie opatrení na pracovisku

- 2.1. Zamestnancov dostatočne informovať o ochorení COVID-19 a preventívnych opatreniach, ktoré je potrebné dodržiavať :
  - vhodné je vyvesiť informačné letáky na viacerých miestach (najmä tých najfrekventovanejších - vstup, spoločné priestory a pod.),
  - vhodné je vyvesiť nad umývadlá postup ako si správne umývať ruky, správne nasadzovanie rúšok/ respirátorov, všeobecné hygienické opatrenia;
- 2.2. Pre zamestnancov je potrebné zabezpečiť dostatočné množstvo OOP (rúška / respirátory, rukavice, prípadne okuliare) a dezinfekčných prostriedkov;
- 2.3. Preventívne je vhodné zabezpečiť zvýšenú dezinfekciu priestorov, pracovných povrchov, pomôcok, a kontaktných plôch, najmä kľučiek a pod., prípadne zabezpečiť zásadu otvorených dverí (otvoriť dvere, kde je to možné, aby zamestnanci mohli voľne prechádzať a nemuseli chytať kľučky;
- 2.4. Ak je na pracovisku potrebné vykonávať porady (meetingy), školenia, odporúča sa nahradiť osobný kontakt realizáciou na diaľku prostredníctvom techniky, e-learningovými školeniami a pod., ak to nie je možné zabezpečiť, tak sa odporúča splniť nasledovné podmienky :
  - v miestnosti, kde prebieha stretnutie je zabezpečiť dostatočné vetranie (okno),
  - rozostupy medzi jednotlivcami najmenej 2 metre a zároveň na jednu osobu vychádza 9 m<sup>2</sup> podlahovej plochy miestnosti,
  - pri vstupovaní aj pri opúšťaní miestnosti dodržiavať dvoj metrové rozostupy,
  - všetci majú nasadené rúška,
  - všetci používajú vlastné písacie potreby,
  - všetci si pred vstupom vydezinfikujú ruky alebo si nasadia jednorazové rukavice,

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

- odporúča sa skrátiť trvanie takýchto stretnutí na čo najkratšiu dobu (15 minút),
- pred začatím a po ukončení stretnutia sa vydezinfikujú kľučky, pracovné plochy, prípadne používané pomôcky (napr. ovládač, klávesnica, stoličky a pod.).

2.5. Zamestnanci, ktorí sa vracajú do práce po dlhšom čase (nepracovali z dôvodu PN, OČR, dovolenky....) vyplnia pred začatím vykonávania pracovných činností zdravotný dotazník.

- 2.6. Zavedenie osobitných technických a organizačných opatrení na ochranu zdravia na pracovisku :
- zdržanie sa sociálneho kontaktu zamestnancov na pracovisku;
  - vytvorenie prekážky, napr. plexisklo ak to umožňuje daná činnosť, ak to nie je možné;
  - dodržiavanie vzdialenosti zamestnancov viac ako 2 m;
  - rozmiestnenie zamestnancov pri pracovnej linke na oboch stranách, tak aby sa vylúčila možnosť postavenia zamestnancov oproti sebe;
  - obmedzenie počtu zamestnancov;
  - zabezpečenie striedavej práce zamestnancov, tak aby na pracovisku bolo len toľko zamestnancov ako je nevyhnutné;
  - ak je to možné zabezpečenie práce z domu.

### 3. Odporúčania pre zabezpečenie opatrení pre zamestnancov

#### Dôležité upozornenia pred nástupom do práce :

Ak bol zamestnanec v zahraničí, po návrate na územie SR sa mu nariaďuje izolácia v zariadeniach určených štátom na dobu nevyhnutnú na vykonanie laboratórnej diagnostiky ochorenia COVID-19 a následne po zistení negatívneho výsledku musí ostať v domácej izolácii v celkovej súhrnnej dobe 14 dní. Po návrate zo zahraničia má povinnosť kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára.

Ak zamestnanec zdieľa spoločnú domácnosť s človekom, ktorý bol v období posledných 14 dní v zahraničí a musí ostať v domácej izolácii, musí ostať v domácej karanténe aj on, a telefonicky kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára, ktorý mu nariadi 14 - dňovú karanténu.

Rovnako, ak bol zamestnanec v blízkom kontakte s osobou, u ktorej bolo potvrdené ochorenie COVID-19, je mu nariadená 14 -dňová karanténa.

- 3.1. Časté a dôkladné umývanie rúk a Dezinfekcia pokožky rúk s dezinfekčným prostriedkom na báze alkoholu (s obsahom najmenej 60 %);
- 3.2. Nosenie rúška - povinnosť mať správne prekryté horné dýchacie cesty;
- 3.3. Zabezpečenie ochranných pracovných pomôcok (ochranný pracovný odev, pokrývka hlavy, pracovné okuliare/štít, jednorazové rukavice, ochranná pracovná obuv, návleky na obuv, jednorazový ochranný plášť atď. podľa druhu prevádzky a zamestnávateľa). Ak zamestnanec manipuluje s tovarom alebo inými predmetmi, pred začatím práce si nasadí rukavice.
- 3.4. Pravidelne si vymieňať rúško a rukavice (bližšie uvedené v časti OOP).
- 3.5. Sledovanie zdravotného stavu zamestnancov :
  - kontrola telesnej teploty zamestnancov pri vstupe do prevádzky alebo aj počas pracovnej zmeny certifikovaným bezkontaktným teplomerom osobou vybavenou OOP – jednorazové rukavice, respirátor alebo rúško, štít alebo okuliare :
    - ak je nameraná zvýšená teplota (napr. viac ako 37 °C ale menej ako 38 °C) je potrebná izolácia zamestnanca a opakovane odmerať teplotu po 5 -10 - 15 minútach, ak teplota bude stúpať, je potrebné zamestnanca poslať domov do domácej izolácie a poučiť ho, aby sledoval svoj zdravotný stav a aby kontaktoval svojho ošetrojúceho lekára, následne nech Vás informuje o postupe, aký zvolil jeho všeobecný lekár,
    - ak je nameraná zvýšená telesná teplota nad 38°C, v závislosti od závažnosti klinických príznakov sa osoba odošle buď do domácej izolácie s odporúčaním, aby si sledovala svoj zdravotný stav a telefonicky kontaktovala svojho všeobecného lekára, alebo v prípade náhleho zhoršenia alebo život ohrozujúceho stavu (napr. ťažkosti pri dýchaní, poruchy vedomia, rýchly tep) zamestnávateľ bez odkladu kontaktuje linku 112.

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

O zamestnancoch, u ktorých bola zistená zvýšená telesná teplota, je potrebné viesť evidenciu a nahlásiť túto skutočnosť vedúcemu zamestnancovi na pracovisku.

- sledovanie príznakov respiračného ochorenia (napr. respiračné ochorenie, kašeľ, horúčka, sťažené dýchanie, bolesti svalov) u zamestnancov počas pracovnej zmeny. Postup pri výskyte príznakov ochorenia u zamestnancov je popísaný v bode 5.

## 4. Vstup cudzích osôb na pracovisko

Odporúčania pri vstupe cudzích osôb na pracovisko - návštevníci (klienti), externí dodávatelia...:

- 4.1. Externé vstupujúce osoby musia mať prekrytie horných ciest dýchacích, jednorazové rukavice;
- 4.2. Obmedziť styk zamestnancov s externe prichádzajúcimi osobami pri dodávke alebo odoberaní tovaru;
- 4.3. Externe prichádzajúcim osobám, ktoré dodávajú tovar povoliť vstup len na vyhradenom mieste, najlepšie vo vonkajšom prostredí prevádzky;
- 4.4. Pri vstupe do budovy / areálu sa odporúča zabezpečiť meranie teploty - ak je zvýšená (nad 37 °C) je potrebná izolácia a opakovane odmerať teplotu po 5 minútach, ak teplota bude stúpať, je potrebné osobu oboznámiť s tým, že jej nebude umožnený vstup do objektu / areálu a odporučiť kontaktovať ošetrojúceho lekára;
- 4.5. Ak teplota nie je zvýšená, alebo sa jej meranie nezabezpečuje, odporúčame aby podpísal prehlásenie, nebol v kontakte s potvrdeným alebo pravdepodobným prípadom COVID-19. Ak spĺňa aspoň jednu z uvedených podmienok, nebude mu umožnený vstup do objektu / areálu.
- 4.6. Po podpísaní prehlásenia si pred vstupom vydezinfikuje ruky, prípadne nasadí rukavice.
- 4.7. Každý musí používať vlastné pero.

## 5. Podozrenie na výskyt príznakov ochorenia COVID-19 u zamestnanca počas výkonu práce

**Čo robiť ak sa u zamestnanca počas pobytu na pracovisku vyskytnú príznaky ochorenia (napr. náhle sa mu zvýši teplota, bude cítiť slabosť, bolesti hlavy, svalov, záchvaty kašľa a pod.) ?**

V prípade podozrenia, že niektorý zo zamestnancov môže byť nakazený koronavírusom (osoba má príznaky podobné ochoreniu: kašeľ, horúčka, sťažené dýchanie, bolesť hlavy, kĺbov, svalov, prípadne hrdla ...) je potrebné postupovať nasledovne :

- 5.1. Osoba s príznakmi je odoslaná domov do domácej izolácie a je poučená, aby kontaktovala svojho ošetrojúceho lekára, ktorý ďalej posúdi zdravotný stav. O ďalšom postupe, ktorý určí lekár, bude zamestnanec bezodkladne informovať svojho zamestnávateľa;
- 5.2. Ak je osoba v nepriaznivom zdravotnom stave, ktorý si vyžaduje okamžité riešenie, je nevyhnutné privolať záchrannú zdravotnú službu na tiesňovej linke (155 alebo 112), informovať o podozrení na infekciu koronavírusom a postupovať podľa inštrukcií. Do doby príchodu záchranej zdravotnej služby je zamestnanec v izolácii s neustálym dohľadom osoby, ktorá je plne vybavená OOP (rúško / respirátor, rukavice, okuliare, podľa možnosti aj ochranný plášť). Pre tieto prípady sa odporúča vybaviť pracovisko takýmito ochrannými prostriedkami.
- 5.3. Po opustení pracoviska zamestnancom, ktorý je podozrivý z nákazy, je potrebné zabezpečiť dôkladnú dezinfekciu priestorov, najmä tých, v ktorých sa pohyboval.
- 5.4. O zamestnancoch, ktorí boli odoslaní do domácej izolácie a lebo im bola privolaná záchranná zdravotná služba, je potrebné viesť evidenciu a nahlásiť túto skutočnosť vedúcemu zamestnancovi na pracovisku.

**Každý, kto je v kontakte s podozrivým z infekcie koronavírusom musí mať nasadené OOP !!!**

## 6. Potvrdenie pozitívneho výsledku na ochorenie COVID-19 u zamestnanca

**V prípade potvrdenia ochorenia COVID-19 na pracovisku u zamestnanca je potrebné postupovať nasledovne :**

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

- 6.1. Ak dostanete informáciu o potvrdení ochorenia COVID-19 od zamestnanca, u ktorého bolo ochorenie potvrdené, je potrebné kontaktovať príslušný RÚVZ/ alebo bude kontaktovať príslušnú prevádzku o pozitívnom prípade zamestnanca/ov na COVID-19 priamo RÚVZ; **+421 917 426 111**
- 6.2. Zodpovedná osoba spoločnosti identifikuje v spolupráci s RÚVZ v rámci epidemiologického šetrenia, zamestnancov prevádzky, ktorí boli alebo mohli byť v kontakte so zamestnancom s potvrdeným ochorením COVID-19.

Zamestnanci sa rozdelia do dvoch skupín :

- **osoby v úzkom kontakte - vysoké riziko expozície** - zamestnanci, ktorí mali priamy kontakt s infikovaným zamestnancom, napr.:
  - v trvaní viac ako 15 min a vo vzdialenosti menej ako 2 m,
  - bol v priamom fyzickom kontakte s prípadom ochorenia COVID-19 (napr. podaním rúk).

Týmto zamestnancom RÚVZ nariadi povinnú 14 - dňovú izoláciu v karanténe, vrátane osôb žijúcich v spoločnej domácnosti. **Všetci zamestnanci sú povinní kontaktovať svojho všeobecného lekára, sledovať svoj zdravotný stav a v prípade objavenia sa príznakov ochorenia, ich okamžite hlásiť ošetrojúcemu lekárovi a RÚVZ, následne lekár určí ďalší postup** (napr. liečba, hospitalizácia, testovanie na COVID-19).

- **osoby v bežnom kontakte – nízke riziko expozície** – zamestnanci, ktorí mali nepriamy kontakt s infikovaným zamestnancom, napr.:
  - v trvaní menej ako 15 min a vo vzdialenosti viac ako 2 m, prípadne menej ako 15 minút a vo vzdialenosti menej ako 2.
  - ak cestovali spolu s prípadom COVID-19 akýmkoľvek spôsobom prepravy.

Títo zamestnanci sami sledujú svoj zdravotný stav 14 dní od posledného kontaktu s pozitívnym zamestnancom na COVID-19. V prípade objavenia sa príznakov typických pre ochorenie COVID-19 (kašeľ, dýchavičnosť, horúčka) nenastupujú do práce a okamžite kontaktujú ošetrojúceho lekára, ktorý následne určí ďalší postup.

- 6.3. RÚVZ vydá pokyny pre prevádzku v súvislosti s pozitívnym výsledkom COVID-19 u zamestnanca/ov. Pokyny a nariadenia RÚVZ sú záväzné a prevádzka sa ním musí riadiť. Pokyn bude obsahovať aj inštrukcie k osobám v priamom resp. nepriamom kontakte s nakazeným zamestnancom a tiež opatrenia, ktoré je potrebné vykonať na prevádzke (napr. dezinfekcia prevádzky).

Zároveň je potrebné dodržiavať na prevádzke všeobecné preventívne opatrenia na zabránenie šírenia kvapôčkových nákazám uvedené v úvode tohto dokumentu.

## 7. Postupy ukončenia domácej izolácie a hospitalizácie

Domáca izolácia trvá minimálne 14 dní, vzorky na dôkaz vírusovej RNA sa odoberajú s odstupom minimálne 24 hodín.

- Postup ukončenia domácej izolácie **u symptomatických (s príznakmi ochorenia) osôb infikovaných SARS-CoV-2, ktorí boli laboratórne potvrdení** :
  - u symptomatických osôb po ústupe príznakov a / alebo najskôr tri dni po ústupe horúčky bez používania antipyretík: dve negatívne vzorky na dôkaz vírusovej RNA; domáca izolácia pre rodinných príslušníkov sa takisto ukončuje po ich dvoch negatívnych vzorkách na dôkaz vírusovej RNA, vtom istom čase ako u symptomatickej osoby.
- Postup ukončenia domácej izolácie **asymptomatických (bez príznakov ochorenia) osôb infikovaných SARS-CoV-2, ktorí boli laboratórne potvrdení**:
  - u asymptomatických osôb musia byť dve negatívne vzorky na dôkaz vírusovej RNA odobrané najskôr 14 dní po počiatočnom pozitívnom výsledku; domáca izolácia pre rodinných príslušníkov sa ukončuje po ich dvoch negatívnych vzorkách na dôkaz vírusovej RNA vtom istom čase ako u asymptomatickej osoby.

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

- Postup ukončenia domácej izolácie u osôb **bez laboratórneho vyšetrenia, ktoré mali počas domácej izolácie klinické príznaky** akútneho respiračného ochorenia:
  - u symptomatických osôb po ústupe príznakov: dve negatívne vzorky na dôkaz vírusovej RNA odobrané po ústupe príznakov a / alebo najskôr tri dni po ústupe horúčky používania antipyretík; domáca izolácia pre rodinných príslušníkov sa ukončuje vtom istom čase ako u symptomatickej osoby.
- Postup ukončenia domácej izolácie **u osôb bez laboratórneho vyšetrenia, ktoré nemali počas domácej izolácie klinické príznaky akútneho respiračného ochorenia:**
  - domáca izolácia sa ukončuje 14. dňom jej trvania; domáca izolácia pre rodinných príslušníkov sa ukončuje vtom istom čase.
- Prepustenie z izolácie **hospitalizovaných symptomatických osôb infikovaných SARS-CoV-2 do domácej izolácie, ktorí boli laboratórne potvrdení:**
  - telesná teplota má normálne hodnoty a tento stav pretrváva viac ako tri dni, respiračné príznaky sa významne zlepšili, zápal pľúc vykazuje zjavné známky absorpcie - pacient môže byť prepustený do domácej izolácie. Ďalej sa postupuje podľa prvého bodu. Pacient je povinný informovať telefonicky / e-mailom svojho všeobecného lekára o svojom prepustení z nemocnice, liečbe COVID-19 a nariadení 14-dňovej domácej izolácie.
  - dopravu pacientov po prepustení z hospitalizácie a pacientov, ktorí boli vyšetrení, ale neboli hospitalizovaní, zabezpečuje zariadenie ústavnej zdravotnej starostlivosti prostredníctvom poskytovateľov dopravnej zdravotnej služby.

Po ukončení domácej izolácie v súvislosti s koronavírusom odporúčame zamestnanca pri nástupe do práce informovať o všeobecných preventívnych opatreniach a špecifických opatreniach vykonávaných zamestnávateľom.

Zamestnanec by mal aj naďalej sledovať svoj zdravotný stav (rovnako ako aj ostatní zamestnanci v rámci prevencie) a v prípade výskytu prejavov ochorenia ostať doma a kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára a svojho zamestnávateľa.

## 8. Používanie osobných ochranných prostriedkov (OOP)

OOP používané pri prevencii nákaze koronavírusom :

### 8.1. Ochrana horných dýchacích ciest

- jednorazové rúško
  - je použiteľné len raz (odporúčaná doba použitia je cca 2 hodiny, prípadne po zvlhnutí),
  - pred nasadením je potrebné umyť si ruky vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom,
  - pri nasadzovaní je potrebné dotýkať sa len gumičiek alebo šnúrok, nikdy nie časti, ktorá zakrýva tvár,
  - postup odstránenia rúška z tváre: uvoľnite šnúrky na zadnej časti (nikdy neodstraňujte rúško uchopením rúška v časti zakrývajúcej tvár) a rúško dajte vyprať,
  - po použití (pri bežnom nosení u ľudí a firiem) je potrebné ho zlikvidovať - ako bežný netriedený komunálny odpad,
  - umyť si ruky rovnakým spôsobom ako pri nasadzovaní.
- látkové rúško
  - najvhodnejším materiálom je bavlna alebo husto tkaná látka,
  - pred nasadením je potrebné umyť si ruky vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom,
  - pri nasadzovaní je potrebné dotýkať sa len gumičiek alebo šnúrok, nikdy nie časti, ktorá zakrýva tvár,
  - po dobe cca 2 hodín alebo po jeho zvlhnutí je vhodné ho vymeniť (inak sa jeho účinnosť znižuje),
  - postup odstránenia rúška z tváre: uvoľnite šnúrky na zadnej časti (nikdy neodstraňujte rúško uchopením rúška v prednej časti zakrývajúcej tvár),

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

- umyť si ruky rovnakým spôsobom ako pri nasadzovaní
- rúško by sa malo prať pri teplote najmenej 60 °C s bežne dostupnými pracími prostriedkami, je možné ho aj vyvariť pri 100°C po dobu 5 minút,
- po usušení rúško vyžehliť z oboch strán suchým teplom nie parou.

## **Správne nasadené rúško zakrýva ústa aj nos, medzi rúškom a tvárou nie sú medzery !!!**

### ➤ respirátor

- pri práci, kde je veľký počet ľudí, je vhodné použiť respirátor typu FFP2 / FFP3,
- respirátor je možné používať jednou osobou až po dobu 8 hodín, za predpokladu, že nedôjde k narušeniu jeho celistvosti, schopnosti uchopenia, ku kontaminácii alebo k problémom s dýchaním,
- pred každým nasadením je potrebné umyť si ruky vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom,
- správne nasadený respirátor tesne prilieha na pokožku tváre,
- respirátor nie je vhodný pre osoby s fúzami alebo bradou, lebo nedôjde k dobrému prilnutiu okrajov k pokožke, tak isto ani pre astmatikov a alergikov (namiesto respirátora používať rúško),
- postup odstránenia respirátora: uvoľnite šnúrky / gumičky na zadnej časti (nikdy neodstraňujte uchopením v prednej časti zakrývajúcej tvár),
- umyť si ruky rovnakým spôsobom ako pri nasadzovaní,
- Európske centrum pre prevenciu a kontrolu chorôb (ECDC) uvádza možnosť používania 4-6 hodín.

## **8.2. Ochranné rukavice**

- jednorazové rukavice sa používajú najmä pri pohybe na miestach s vyšším počtom ľudí, ak sa vykonáva manipulácia s tovarmi alebo rôznymi predmetmi ako kľučky, nákupný košík, balíky a pod.,
- pred použitím je potrebné umyť si ruky vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom,
- postup odstránenia rukavíc: zachyťte horný okraj rukavice a rukavicu stiahnite, pričom stiahnutú rukavicu držte v ruke, na ktorej ešte máte navlečenú rukavicu; prst ruky, na ktorej už rukavicu nemáte zasuňte pod okraj rukavice na druhej ruke a opatrne zrolujte rukavice,
- rukavice vyhodte do koša,
- umyte si ruky rovnakým spôsobom ako pre nasadením rukavíc,
- rukavice je potrebné vymeniť vždy ak sú poškodené alebo kontaminované, prípadne pri zmene činností, kde môže dôjsť ku kontaminácii čistých priestorov / povrchov / pomôcok príp. potravín a pod.

## **8.3. Ochrana očí**

### ➤ Ochranné okuliare

- používajú sa pri kontakte s veľkým počtom ľudí a väčším rizikom prenosu ochorenia alebo pri kontakte s potenciálne infikovanou osobou koronavírusom.

### ➤ Ochranný štít

- používa sa pri významnom riziku ochorenia (napr. v zdravotníctve),
- pred nasadzovaním ochrany očí je potrebné umyť si ruky,
- pri skladaní ochrany nechytať prednú stranu, iba zadnú časť (gumičky / šnúrky),
- po zložení je potrebné umyť si ruky.

## **8.4. Ochrana odevu**

- na mieste s vysokou mierou rizika expozície (napríklad v zdravotníctve, alebo pri kontakte s potenciálne infikovanou osobou koronavírusom) sa odporúča používať ochranný plášť /overall,

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

- pred nasadím plášťa/overalu rovnako ako pri ostatných OOP je potrebné umyť alebo vydezinfikovať si ruky,
- plášť sa nasadzuje ako prvý (potom by mal nasledovať respirátor, ochrana očí a rukavice na záver),
- pri vyzliekaní plášťa je potrebné dávať pozor, aby sa osoba nedotýkala vonkajších strán, po vyzlečení je potrebné umyť a vydezinfikovať si ruky.

Úrad verejného zdravotníctva SR odporúča likvidovať použité rúška a rukavice ako bežný komunálny odpad, ktorý sa vkladá do plastových vriec určených na odpad a následne do kontajnerov na komunálny odpad. Tento druh odpadu nevhadzovať do nádob určených na separáciu odpadu (papier, plast).

Zabezpečiť dezinfekciu povrchov OOP, ktoré sú určené na opakované použitie napr. ochranné okuliare, štíty na mieste na tom určenom, alkoholovým alebo chlórovým prípravkom s virucídnym účinkom. Pre jednoduché a rýchle použitie je možné použiť jednorazové alkoholové dezinfekčné utierky. Aplikácia prípravkov a doba pôsobenia na povrch je uvedená v KBÚ ku konkrétnemu chemickému prípravku. Toto opatrenie si aplikujú len spoločnosti, ktorých sa to týka.

## Príloha

### Ochorenie COVID – 19 spôsobené koronavírusom SARS-CoV-2 Zdravotný dotazník pred návratom do zamestnania

**Tento dotazník odporúčame, aby vyplnil každý zamestnanec pred vstupom na pracovisko, ale najmä zamestnanci, ktorí sa vracajú do zamestnania z PN, OČR, dovolenky dlhšej ako 5 dní.**

Meno:.....

Priezvisko:.....

#### Dôvod použitia tohto dotazníka:

Príslušné Regionálne úrady verejného zdravotníctva požadujú monitorovanie zdravia zamestnancov, ktorí sa vracajú späť do zamestnania z akejkoľvek neprítomnosti na pracovisku súvisiacej s ochorením COVID–19, resp. koronavírusom SARS-CoV-2.

Je dôležité, aby pracovisko bolo bezpečným miestom na prácu pre všetkých zamestnancov.

#### Dotazník vyplní každý zamestnanec pred vstupom do zamestnania:

Prehlasujem, že nemám zvýšenú teplotu nad 37 °C (odmerať ak vieme), po nameraní zvýšenej teploty, odporúčame opätovne zmerať teplotu po 5 minútach, v prípade mierne zvýšenej teploty do 37, 5 °C.	ÁNO	NIE
Prehlasujem, že nepociťujem škriabanie v hrdle (bolesť hrdla)	ÁNO	NIE
Prehlasujem, že nepociťujem bolesť hlavy	ÁNO	NIE
Prehlasujem, že nepociťujem ťažkosti s dýchaním	ÁNO	NIE
Prehlasujem, že nepociťujem kašeľ	ÁNO	NIE
Prehlasujem, že nepociťujem neobvyklú únavu	ÁNO	NIE

Ak zamestnanec má niektorý z vyššie uvedených príznakov, neodkladne o tom informuje svojho nadriadeného. Odporúčame hneď poslať zamestnanca z práce domov.

Následne má zamestnanec telefonicky kontaktovať svojho všeobecného lekára, ktorý určí podľa zdravotných ťažkostí a anamnézy ďalší postup. Takto postupuje zamestnanec aj v prípade výskytu ťažkostí doma.

# SLOVENSKÁ TECHNICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ignác Chabroň, ABT, TPO a CO – rektorát STU - № - 0917 669 673, 0905 186 376

Zamestnanec resp. doktorand bude informovať zamestnávateľa/ školu - či má na daný deň celodennú domácu liečbu, prípadne či je na PN, alebo na základe konzultácie so všeobecným lekárom a opakovaného merania teploty doma môže na druhý deň nastúpiť do práce.

V prípade výskytu uvedených príznakov v priebehu nasledujúci dní /do nasledujúceho vyplnenia dotazníka zamestnancom/ je postup rovnaký.

Dátum .....

.....

**Podpis – dekan – vedúci pracoviska**

**Frekvencia vyplňania tohto dotazníka všetkými zamestnancami je v závislosti od organizácie práce školy.**

Tento zdravotný dotazník vyplní zamestnanec a bude platný do doby pominutia pandemickej epidémie koronavírusom SARS CoV- 2 a ochorenia COVID – 19 a bude archivovaný podľa platných právnych predpisov GDPR.

Pracovná skupina pre monitorovanie, vyhodnocovanie situácie a prijímanie opatrení v súvislosti s výskytom a šírením koronavírusu pri Slovenskej technickej univerzita v Bratislave :

pod vedením predsedu krízového štábu STU  
Dr.h.c. prof. Dr. Ing. Oliver Moravčík v. r.

Bratislava, 05.05.2020

Vypracoval:  
Ignác Chabroň,  
Osoba s odbornou spôsobilosťou na riadenie CO