

## Οδηγίες για προστασία από τον κορωνοϊό (SARS-CoV-2) σε Χώρους Εργασίας

1. Τοποθέτηση αλκοολούχων διαλυμάτων (με περιεκτικότητα αλκοόλης >60%) ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ σε κάθε είσοδο του χώρου εργασίας. Εάν ο μηχανισμός εισόδου είναι αυτόματος, τότε το διάλυμα μπορεί να τοποθετηθεί στην εσωτερική πλευρά της εισόδου. Εάν κατά την είσοδο στο εργασιακό χώρο απαιτείται άνοιγμα της πόρτας με χερούλι, τότε συστήνεται εφαρμογή πλυσίματος των χεριών πριν και μετά από την είσοδο στον χώρο εργασίας με τοποθέτηση διαλυμάτων και από τις δύο πλευρές (έσω και έξω) της πόρτας του εργασιακού χώρου.
2. Σε όλους τους χώρους των γραφείων να υπάρχει συστηματικός και επαρκής αερισμός.
3. Σε χώρους εξυπηρέτησης κοινού θα πρέπει να τηρείται αναλογία έως ένα άτομο ανά 8 τ.μ. Σε όλους τους χώρους εργασίας νοείται ότι πρέπει να τηρείται απόσταση τουλάχιστον 2 μέτρων μεταξύ όλων των ατόμων.
4. Συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό. Αν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί εναλλακτικά αλκοολούχο διάλυμα (με περιεκτικότητα σε οινόπνευμα μεγαλύτερη από 60%).
5. Υποχρεωτική χρήση μάσκας στους εργαζόμενους που εξυπηρετούν κοινό. Η μάσκα τοποθετείται με την έναρξη της εργασίας και μετά από σχολαστικό πλύσιμο των χεριών. Η απόρριψη της μάσκας γίνεται πριν την έξοδο από τον χώρο εργασίας σε κάδο με καπάκι που θα πρέπει να υπάρχει στην έξοδο κάθε εργασιακού χώρου. Μετά την αφαίρεσή της καθαρισμός των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα (με περιεκτικότητα σε οινόπνευμα μεγαλύτερη από 60%).
6. Καθημερινός και σχολαστικός καθαρισμός και απολύμανση των επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (high touch surfaces) όπως είναι τα πόμολα, όλα τα έπιπλα των γραφείων, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, βρύσες κτλ. με καθαριστικό διάλυμα (είτε αλκοολούχο διάλυμα είτε αραιωμένο διάλυμα χλωρίνης 1/99). Να γίνεται αυστηρός έλεγχος της καθαριότητας βάσει των παραπάνω.
7. Καθημερινός καθαρισμός και απολύμανση της τουαλέτας και των επιφανειών του χώρου με καθαριστικά διαλύματα (αραιωμένο διάλυμα χλωρίνης 1/99).
8. Κατά τη χρήση της τουαλέτας συστήνεται να κλείνει το καπάκι πριν τη χρήση φλοτέρ. Επίσης καθαρισμός των χεριών ΠΡΙΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑ τη χρήση/καθαρισμό της τουαλέτας.
9. Να μην συνωστίζονται οι εργαζόμενοι στους διαδρόμους και τις τουαλέτες.
10. Να λαμβάνεται μέριμνα, ώστε να υπάρχει στον εργασιακό χώρο άμεσα προσβάσιμο επαρκές αναλώσιμο υλικό για την πρόληψη των λοιμώξεων όπως, θερμομέτρα, απλές χειρουργικές μάσκες, γάντια μιας χρήσης, σακούλες απορριμμάτων, υγρά καθαρισμού επιφανειών. Σε περίπτωση που διαπιστωθεί ύποπτο κρούσμα, το προσωπικό θα πρέπει να διατηρήσει την ψυχραιμία του και να ενημερώσει άμεσα τη γραμμή του πολίτη της Υπηρεσίας Ασθενοφόρων στο τηλέφωνο 1420 (24ωρο) δίνοντας τις πιο κάτω πληροφορίες:
  - Όνομα και επίθετο εργαζομένου
  - Χώρα προέλευσης
  - Συμπτώματα εργαζομένου
  - Διεύθυνση εργασιακού χώρου

Κατά την παρουσία του ασθενούς στον εργασιακό χώρο και μέχρι τη μεταφορά του σε Ιατρικό Κέντρο, θα πρέπει:

- i. Να απομονωθεί ο εργαζόμενος από τους άλλους εργαζομένους.
- ii. Αν εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού (πυρετό και βήχα ή δύσπνοια) χορηγείται άμεσα απλή χειρουργική μάσκα και χαρτομάντηλα.
- iii. Αν υπάρχει συνάδελφος του εργαζομένου, που επιθυμεί να μείνει κοντά του για να τον φροντίζει, πρέπει να χορηγηθεί σε αυτόν απλή χειρουργική μάσκα και να του γίνει σύσταση να πλένει τα χέρια του, κάθε φορά που έρχεται σε επαφή με εκκρίσεις του εργαζομένου (π.χ. σάλιο) και οπωσδήποτε πριν αγγίξει το πρόσωπό του ή να προτού φάει/πιει.
- iv. Να δοθεί στο υπόλοιπο προσωπικό οδηγία να αποφεύγεται η είσοδος στον χώρο του εργαζομένου.
- v. Ο χρησιμοποιημένος προστατευτικός εξοπλισμός (απλή χειρουργική μάσκα, γάντια) πρέπει να απορρίπτεται σε κάδο και σε καμία περίπτωση να μην ξαναχρησιμοποιείται.
- vi. Μετά την απόρριψη του προστατευτικού εξοπλισμού πρέπει τα χέρια να πλένονται καλά με νερό και σαπούνι. Τονίζεται ότι η χρήση γαντιών δεν υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών, το οποίο και αποτελεί σημαντικότερο μέσο πρόληψης.
- vii. Όλες οι ενέργειες θα πρέπει να γίνονται με ψυχραιμία, με ηρεμία και με σεβασμό στα προσωπικά δεδομένα του εργαζομένου. Σε περίπτωση μεταφοράς του εργαζομένου θα πρέπει να γίνει καθαριότητα και απολύμανση του χώρου εργασίας ως περιγράφεται στο έντυπο για τον περιβαλλοντικό καθαρισμό (απολύμανση) μη υγειονομικών μονάδων που έχουν εκτεθεί στον κορωνοϊό.

#### Τήρηση λοιπών μέτρων προστασίας:

1. Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης.
2. Κάλυψη του στόματος και της μύτης με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο κατά τον βήχα ή φτάρνισμα, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντιλου στους κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών.
3. Αποφυγή στενής επαφής (απόσταση 1-2 μέτρα) με άτομα που έχουν συμπτώματα του αναπνευστικού.
4. Τακτικό και επιμελές πλύσιμο των χεριών με υγρό σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20'', πριν τη λήψη τροφής και μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα, και προσεκτικό στέγνωμα χεριών με χάρτινες χειροπετσέτες μιας χρήσης και απόρριψή τους στους κάδους απορριμμάτων.
5. Να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός κατά τη σίτιση-διαλείμματα σε χώρους όπως κυλικεία.