

**CENTAR ZA PRUŽANJE USLUGA
U ZAJEDNICI VARAŽDIN
GRABERJE 33, 42 000Varaždin
KLASA: 030-01/20-01/01
URBROJ: 2186-186-20- 5
Varaždin, 24.08.2020.**

PROTOKOL za vrijeme trajanja epidemijske bolesti COVID-19 uzrokovane virusom SARS-CoV-2

**RADNICI CENTRA ZA PRUŽANJE USLUGA U ZAJEDNICI VARAŽDIN-
POLUDNEVNI BORAVAK ZA ODRASLE OSOBE S TJELESNIM OŠTEĆENJEM,
PRILIKOM DOLASKA U USTANOVU DOLAZE SA ZAŠTITNIM MASKAMA,
OBAVLJAJU DEZINFEKCIJU RUKU, PREMA POTREBI STAVLJAJU ZAŠTITNE
RUKAVICE, TE SE TIH MJERA PRIDRŽAVAJU I U VRIJEME RADA I U
SLOBODNO VRIJEME.**

Radnici Centra svakodnevno kod dolaska i odlaska s posla moraju izmjeriti tjelesnu temperaturu beskontaktnim toplomjerom te utvrditi imaju li respiratornih simptoma. Kod osobe s povišenom temperaturom (37.2°C i veća) mjeri se temperatura i standardnim toplomjerom pod pazuhom, te se zaključak donosi na temelju rezultata mjerenja temperature pod pazuhom.

MJERE ZA UPOTREBU RUKAVICA

- **KIRURŠKE RUKAVICE - STERILNE** primijeniti za:
 - sve operativne zahvate
 - pri uzimanju uzoraka iz sterilnog područja
 - pri zbrinjavanju CVK, intravenske kanile, hemokulture i ostalih aseptičkih postupaka

- **MEDICINSKE RUKAVICE - NESTERILNE RUKAVICE - Latex**, primjenjuju se:
 - pri ekspoziciji krvi ili tjelesnim tekućinama kojima se mogu prenijeti krvlju prenosivi uzročnici (HBV,HCV,HIV)
 - pri ekspoziciji potencijalno inficiranom materijalu kao što je gnoj,respiratorni sekret ili eksudat sa kožnih lezija

- kad zdravstveni djelatnici imaju oštećenu kožu na rukama
- kod vađenja krvi
- kod manipulacije sa kontaminiranim ili infektivnim materijalom
- pri prijevozu umrle osobe
- NESTERILNE RUKAVICE - (PVC, VINIL) – primjenjuju se za kratke radnje
- pri radnjama sa minimalnim oštećenjima
- za jednu vrstu posla u trajanju od 10 - 15 min (promjena urinarne vrećice, rutinska aspiracija, itd.)

NJEGOVATELJICA

- RUKAVICE - primjenjuju se višekratno za:
 - čišćenje prostora
 - čišćenje i dekontaminaciju stvari koje korisnici koriste (grubo čišćenje)
- RUKAVICE SE MIJENJAJU
 - između kontakta sa korisnikom
 - između postupaka skrbi na istom korisniku
 - nakon kontakata sa materijalom koji sadrži visoku koncentraciju mikroorganizama
 - pri oštećenju rukavica

Rukavice se moraju odbaciti prije doticaja čistih površina u okolini. Nakon odbacivanja rukavica, ruke se moraju higijenski oprati ili dezinficirati.

RUKAVICE NISU ZAMJENA ZA PRANJE RUKU!

U P U T E

Rukavice se nose zbog tri primarna razloga:

1. rukavice sprječavaju kontakt zdravstvenih djelatnika sa krvi i tjelesnim tekućinama, te tako reduciraju infekcije uzrokovane krvlju prenosivim uzročnicima,
2. rukavice predstavljaju zaštitu pri prijenosu rezidualne i tranzitorne flore rukama zdravstvenih djelatnika na bolesnike tijekom njege, dijagnostičkih i kirurških postupaka, tijekom direktnog kontakta sa sluznicama i intaktnom kožom,
3. rukavice sprječavaju direktno unošenje mikroba putem zdravstvenih djelatnika od jednog bolesnika na drugog.

Efikasnost nošenja rukavica u prevenciji indirektnog prijenosa mikroba, direktno ovisi o navikama zdravstvenih djelatnika:

- izmjena rukavica
- higijenskom pranju ruku ili dezinfekciji nakon svakog kontakta s bolesnikom
- odbacivanju rukavica

Pravilna izmjena rukavica preventivni je postupak u sprečavanju širenja mikroorganizama od bolesnika na bolesnika, od bolesnika na zdravstveno osoblje, sa zdravstvenog osoblja na drugog bolesnika.

Rukavice se odabiru prema određenom postupku. Važno je odabrati pravilne rukavice prema:

- a) vrsti posla
- b) ekspoziciji krvi ili tekućina koje prenose patogene
- c) dužini uporabe
- d) izdržljivosti rukavica

RUKAVICE se sada primjenjuju

- pri rutinskoj skrbi bolesnika ako zdravstveni radnik ima cjelovitu kožu
- pri transportu bolesnika
- pri rutinskim pretragama ako se ruke ne kontaminiraju krvlju, stolicom ili urinom
- pri transportu materijala u laboratoriji (posuda mora biti pravilno zatvorena i transportirana-zaštita djelatnika od uzoraka)
- kod serviranja hrane i hranjenja bolesnika
- pri rukovanju instrumentima za sterilizaciju

HIGIJENA RUKU

PROTOKOL ZA HIGIJENU RUKU

OBIČNO PRANJE RUKU - tekući sapun

HIGIJENSKO PRANJE RUKU - antiseptički tekući sapun

DEZINFEKCIJA RUKU-ALKOHOLNO UTRLJAVANJE - alkoholni preparat

- Zdravstveno osoblje i nezdravstveno osoblje

PRIBOR

- umivaonici s tekućom vodom
- tekući sapun
- antiseptički sapun
- alkoholni dezinficijens
- papirnati ručnici

OPIS POSTUPKA

Obično pranje ruku –uklanja većinu prolaznih mikroorganizama s umjereno uprljanih ruku:

- dozirati tekući sapun, snažno trljati sve površine ruku 10 sekundi (tehnikom 6 koraka)
- isprati tekućom vodom,
- osušiti papirnatim ručnikom

Kada?

- prije rukovanja s hranom i prije jela
- prije hranjenja pacijenta
- poslije korištenja zahoda

Higijensko pranje ruku i dezinfekcija-uklanja i ubija većinu prolaznih mikroorganizama

- dozirati antiseptički tekući sapun 3-5 ml (ovisno o proizvođaču), temeljito trljati sve površine ruku 10-15-sekundi (tehnikom 6 koraka),
- isprati tekućom vodom, osušiti papirnatim ručnikom

Kada?

- prije i poslije njege pacijenata
- prije izvođenja invazivnih postupaka

- prije njege osjetljivih bolesnika(imunokompromitiranih)
- prije i poslije dodirivanja rana,uretralnih katetera i drugih trajnih pomagala
- prije i poslije nošenja rukavica
- poslije kontakta s krvlju,sekretima i nakon svih postupaka u kojima je mogućnost kontaminacije mikroorganizmima
- poslije kontakta s pacijentom za kojeg se zna da je koloniziran značajnim bolničkim patogenima

Dezinfekcija ruku-higijensko utrljavanje alkoholnim sredstvima

- dozirati 3 ml alkoholnog sredstva na ruke i trljati dok ruke ne postanu suhe (oko 30sekundi)

Kada?

- kad ruke nisu fizički prljave(krv,sekreti)
- kad u blizini nema tekuće vode
- kad je potreba za brzom dezinfekcijom

RADNE UPUTE - VAŽNE NAPOMENE

- kruti sapun ne smije se koristiti
- osigurati dovoljan broj umivaonika
- osigurati dovoljan broj dozatora za tekući sapun,za antiseptički sapun ,za alkoholni dezinficijens
- dozatore redovito prati i održavati čistim
- nakit na rukama ne smije se nositi
- rukavice se ne smiju smatrati zamjenom za higijenu

Kirurško pranje ruku

KIRURŠKA PRIPREMA RUKU

- skinuti prstenje,satove i narukvice prije kirurške pripreme ruku
- umjetni nokti su zabranjeni, kao i lak na prirodnim noktima
- ako su ruke vidljivo prljave, a također i prije prve operacije u danu, treba ih oprati tekućim sapunom i vodom prije kirurške pripreme, pranje traje 60 sekundi
- prljavštinu ispod noktiju ukloniti jednokratnim štapićem za nokte pod tekućom vodom
- četkica se ne preporučuje za kiruršku pripremu ruku

- nakon pranja ruke (šake i podlaktice) treba posušiti papirnatim ručnikom (ne smije biti reciklirani), mogu se upotrebljavati i sterilne komprese

METODE KIRURŠKOG PRANJA RUKU:

METODA I

KIRURŠKO PRANJE RUKU

DERMOTAN kokos/sensitive losion za pranje ruku i kože

ŠAKE I PODLAKTICE

- navlažiti vodom, istisnuti 3-5 ml losiona i prati 30-60 sekundi prema shemi 6 koraka
- isprati vodom

RUKE – dobro osušiti sterilnim ubrusom

KIRURŠKA DEZINFEKCIJA RUKU UTRLJAVANJEM ALKOHOLNIH PREPARATA

- prilikom utrljavanja alkoholnog preparata, najprije se preparat utrljava u šake, zatim u podlaktice i na kraju ponovno šake
- uzimanje preparata se ponavlja jer koža mora biti vlažna tijekom čitavog vremena
- **MANORAPID rfu polialkoholni antiseptik**

ŠAKE I PODLAKTICE

- istisnuti 2x5 ml otopine na ruke,koža mora biti stalno vlažna
- utrljavati 3 minute po shemi 6 koraka
- ruke osušiti na zraku-ne brisati

NAPOMENA

- **alkoholni dezinficijens djelotvoran je u svojoj koncentraciji**
- **ako se dozira na loše isprane ruke gdje ima zaostale pjene djelotvornost je slabija**
- **ako se dozira na mokre ruke alkohol se razrjeđuje vodom zaostalom na rukama i djelotvornost je također slabija**

METODA II

KIRURŠKO PRANJE RUKU

BETADIN 7,5% OTOPINA – jod povidon+natrij hidroksid

ŠAKE I PODLAKTICE

- dobro navlažiti vodom
- izliti 5 ml otopine i rastrljati po svim dijelovima
- trljati 5 minuta po cijelom namazanom području prema shemi 6 koraka
- dodavanjem male količine vode nastaje obilna pjena

- ruke dobro isprati i osušiti sterilnim ubrusom

KIRURŠKA DEZINFEKCIJA RUKU

MANORAPID rfu polialkoholni antiseptik

SUHE RUKU

- istisnuti 5 ml otopine i utrljavati u kožu dok se ne osuši (30 sekundi)

METODA III

KIRURŠKO UTRLJAVANJE RUKU

MANORAPID rfu polialkoholni antiseptik

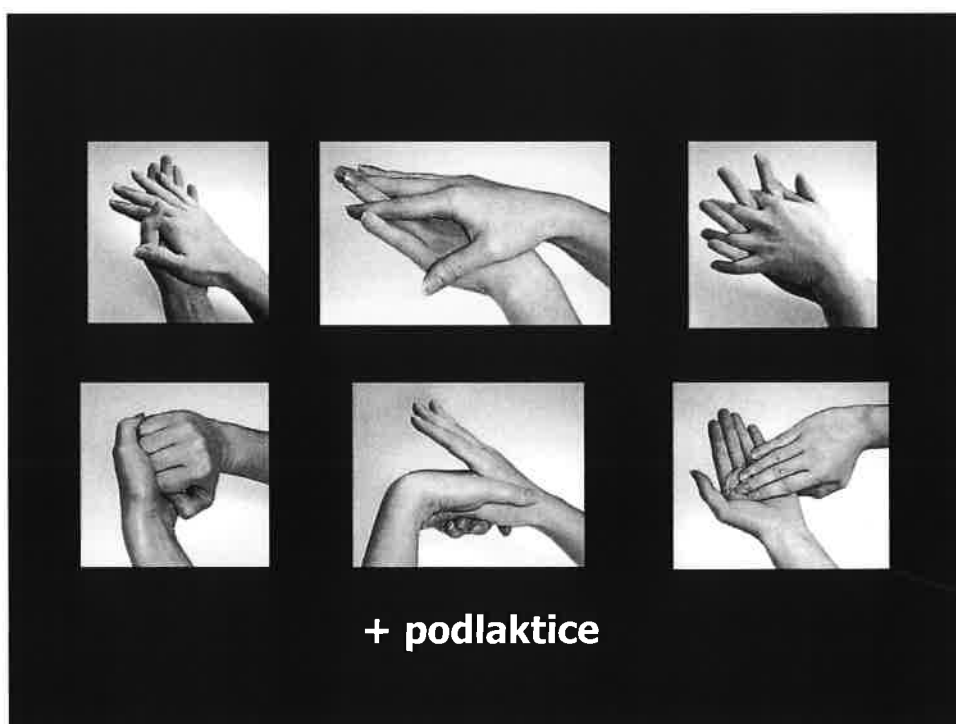
Ruke se mogu dezinficirati samo uporabom alkoholnog pripravka između dvije operacije:

- ako osoblje nije izlazilo iz operacijskog trakta
- ako nije sudjelovalo kod zahvata gdje je moguća kontaminacija većih razmjera (previjanje inficiranih rana, uvođenje urinarnog katetera i dr.)
- ako ruke nisu vidljivo kontaminirane (krv)

ŠAKE I PODLAKTICE

- istisne se dovoljna količina alkoholnog dezinficijensa da se svi dijelovi dobro navlaže (10 ml) i utrljava se 3 do 5 minuta dok se ruke ne osuše
- istisne se 5 ml alkoholnog dezinficijensa i utrljava se 30 sekundi

Protokol je izrađen prema Nacionalnim smjernicama za higijenu ruku



ALKOHOLNO UTRLJAVANJE



1. prije kontakta s korisnikom/bolesnikom

- prije doticanja korisnika/ bolesnika i njegove okoline očistiti ruke

- jer se ruke kontaminiraju mikroorganizmima koji pripadaju okolini izvan korisnikove/bolesnikove okoline (kvaka,vrata)

- da se korisnik/bolesnik zaštiti od štetnih mikroorganizama koji se donesu na rukama iz ustanove izvan korisnikove/bolesnikove okoline

2. prije aseptičkih postupaka

- aseptički postupak(npr. previjanje rane)

- prije kontakta s korisnikom/ bolesnikom
- nakon pripreme korisnika/bolesnika
- prije aseptičkog postupka

Na taj način se štiti korisnika/bolesnika od ulaska štetnih mikroorganizama u njegovo tijelo uključujući njegove vlastite mikroorganizme

- 3. nakon rizika izlaganju tjelesnim tekućinama higijena ruku mora se provesti neposredno nakon rizika izlaganju tjelesnim tekućinama (vađenje krvi)**

- prije ponovnog doticanja bilo korisnika/bolesnika, bilo kojeg predmeta u okolini korisnika/bolesnika ili okoline prostora ustanove

- **da se spriječi potencijalna diseminacija mikroorganizama**

- **da zaštitite sebe i okolinu od štetnih korisnikovih/ bolesnikovih mikroorganizama**

4. nakon kontakta s korisnikom/ bolesnikom

- **očistiti ruke nakon dodirivanja korisnika/ bolesnika i njegove neposredne okoline i kada odlazimo (mjerenje tlaka) - da zaštitite sebe i okolinu od štetnih korisnikovih/ bolesnikovih mikroorganizama**

5. okolina korisnika/ bolesnika

higijena ruku provodi se (uređenje korisnikove/bolesnikove okoline, noćni ormarić)

- nakon kontakta s predmetima i površinom u okolini korisnika/ bolesnika (prije kontakta s korisnikom/bolesnikom ako on nešto treba) i zatim se nastavlja uređenje okoline - **da zaštitite sebe i okolinu od štetnih korisnikovih/ bolesnikovih mikroorganizama**

**PROTOKOL ZA ODRŽAVANJE HIGIJENE
PROSTOR I INVENTAR**

NAZIV SREDSTVA ZA ČIŠĆENJE I DEZINFEKCIJU	MJESTO PRIMJENE	VRIJEME	IZVRŠILAC
LABUDOL NM Tekuće neutralno sredstvo za čišćenje i dezinfekciju površina 1% 1dl/10 l vode	Zidne i podne površine, Namještaj; stolovi, stolci, ormarići, invalidska kolica, sanitarije	Redovno dnevno čišćenje i pranje -pranje	Njegovateljic a

PLAN DEZINFEKCIJE; NAKON ZAVRŠETKA RADA DEZINFEKCIJA SVIH PROSTORA

OBIČNO PRANJE RUKU	OBIČNI TEKUĆI SAPUN	<i>SVI RADNICI</i>
HIGIJENSKA DEZINFEKCIJA RUKU ALKOHOLNO UTRLJAVANJE	Alkoholni antiseptik	<i>SVI RADNICI</i>
<i>NJEGA KOŽE NAKON PRANJA RUKU</i>	Losion za ruke	<i>SVI RADNICI</i>
MEHANIČKO ČIŠĆENJE DEZINFEKCIJA, HIGIJENA PROSTORA PROZRAČIVANJE SVIH PROSTORIJA I OVLAŽIVANJE	Alkohol (Asepsol)	<i>U SVIM PROSTORIJAMA U KOJIMA BORAVE KORISNICI</i>
MEHANIČKO PRANJE I DEZINFEKCIJA	Alkohol dezinficijens	<i>RADNE POVRŠINE, NAMJEŠTAJ</i>
DEZINFEKCIJA	Alkohol Dilutus	<i>RADNE POVRŠINE, STOLOVI, STOLIĆI, KOLICA, ORMARI ZA LIJEKOVE, PULTOVI</i>
ČIŠĆENJE I DEZINFEKCIJA	Alkohol dezinficijens	<i>POVRŠINE OSJETLJIVE NA ALKOHOL, APARATI, MONITORI</i>

NAPOMENA :

- Osoblje ustanove mora nositi zaštitne maske; izvan Centra kada idu u pratnju s korisnicima u šetnju I. stupanj zaštite;
- Osoblje mora nositi vizire na temelju II. stupnja zaštite prilikom druženja sa suspektnim bolesnikom.

PROTOKOL PONAŠANJA POJEDINACA U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU U HRVATSKOJ PREMA PREPORUKAMA HZJZ

- Što češće perite ruke, a obavezno ih perite prije i nakon pripreme hrane, prije jela, nakon korištenja toaleta, nakon dolaska izvana, nakon čišćenja nosa te uvijek kada ruke izgledaju prljavo.
- Za pranje ruku treba koristiti toplu tekuću vodu iz slavine i sapun, a ako to u datom trenutku nije izvedivo možete koristiti i dezinfekcijsko sredstvo na bazi alkohola (najmanje 60% etilnog alkohola) koje treba dobro utrljati u dlanove.
- Pri pranju ruku pridržavajte se naputaka za pravilno pranje ruku koje su navedeni na početku ovog Protokola
- Nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku poželjno je koristiti papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu. Ako takvi nisu dostupni, koristite ručnike i zamijenite ih kada postanu vlažni.
- Kada kašljete i kišete prekrijte usta i nos laktom ili papirnatom maramicom koju poslije odbacite u koš za otpad s poklopcem te operite ruke. Pri kašljanju i kihanju okrenite lice od drugih osoba.
- Izbjegavajte dodirivanje lica, usta i očiju rukama.
- Nemojte dijeliti čaše, šalice, drugo posuđe i pribor za jelo s drugim osobama.
- Provjetravajte prostorije i boravite što više na otvorenom pridržavajući se uputa i mjera zaštite
- U igri s djecom koristite igračke tvrdih, glatkih površina koje se lako mogu očistiti.
- Izbjegavajte kontakt s osobama koje imaju povišenu tjelesnu temperaturu, kašalj i/ili kratak dah.
- Izbjegavajte rukovanje, grljenje i poljupce te održavajte razmak od barem 1m kod razgovora.
- Izbjegavajte veće grupe ljudi i javna okupljanja.
- Što više hodajte i koristite bicikl, a izbjegavajte korištenje javnog prijevoza.
- U javnom prijevozu, kinima, kazalištima i drugim javnim prostorima, ako nije moguće da ih izbjegnute, sjednite na što većoj udaljenosti od drugih osoba, te se posebno dosljedno pridržavajte svih higijenskih pravila.
- Ne pušite! Prestanak pušenja smanjuje rizik za razvoj teške plućne bolesti uzrokovane novim koronavirusom.

- Najmanje dva puta dnevno čistite sve dodirne površine: radne površine, pametne i druge telefone, POS uređaje, tipkovnice, konzole, računala te druge dodirne površine koje koristi veći broj osoba.
- Dodirne površine koje koristi veći broj osoba, poput POS uređaja, prekrijte jednokratnim maramicom ili papirnatom ručnikom te preko njih dodirujte uređaj.
- Svaki dan čistite domaćinstvo uobičajenim deterdžentom za kućanstva i vodom. Kod korištenja dezinficijensa kao i deterdženata neophodno je pridržavati se uputa proizvođača. Detaljnije upute o čišćenju mogu se pronaći na: <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcijaprostorije-bez-obiljelih-od-COVID-19-5.3.2020..pdf>
- Posebno često čistite dodirne točke u kućanstvu kao što su ručke na vratima, ručke na prozorima, slavine u toaletima i kuhinjama, tipke vodokotlića, daljinske upravljače, prekidače za struju i zvona na vratima.
- Ako imate simptome respiratorne bolesti (kašalj, kihanje, grlobolja, povišena tjelesna temperatura, kratak dah):
 - ostanite kod kuće (ne idite na posao, u školu, druge kolektive, veća obiteljska okupljanja i javna mjesta)
 - javite se telefonom (ili e-porukom) izabranom liječniku te izbjegavajte odlazak u zdravstvenu ustanovu ako vam to nije savjetovao liječnik telefonom
 - u slučaju hitnosti nazovite 112 ili broj za koronavirus 113.

PROTOKOL PONAŠANJA ZA KOLEKTIVE I POSLODAVCE

- Često čistite prostore sukladno uputama:

<https://www.hzjz.hr/wpcontent/uploads/2020/03/Ciscenje-idezinfekcija-prostorije-bez-obiljelih-od-COVID-19-5.3.2020..pdf>
- Najmanje dva puta dnevno čistite dodirne točke u zgradama kao što su ručke na vratima, ručke na prozorima, slavine u toaletima i kuhinji, tipke vodokotlića, daljinske upravljače, prekidače za struju, stolove za prijem stranaka te druge dodirne površine koje koristi veći broj osoba.
- Najmanje dva puta dnevno čistite sve dodirne površine: radne površine, pametne i druge telefone, tipkovnice, konzole i računala u skladu s uputama za korisnike.
- Prostorije za sastanke, edukacije i druge prostore gdje se okuplja veći broj osoba očistiti nakon svakog sastanka

- Osigurajte okruženje bez duhanskog dima.
- Na javna mjesta, na kojima ljudi imaju manje mogućnosti redovito prati ruke, stavite dezinfekcijsko sredstvo za ruke.
- Za pranje ruku u toaletima osigurajte toplu tekuću vodu i sapun, kao i papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu. Lanene i druge ručnike koji nisu za jednokratnu upotrebu neophodno je ukloniti iz toaleta.
- Postavite kante s poklopcima za sigurno odlaganje iskorištenih papirnatih ručnika i drugog otpada u toaletima i drugim prostorijama.
- Uklonite časopise i reklamne letke iz čekaonice i zajedničkih prostorija.
- Koristite telefone, video-konferencije i internet za poslovanje što je više moguće kao zamjenu za sastanke.
- Kada su sastanci neophodni i neodgodivi, organizirajte ih u što većim prostorijama te ostavite dovoljan razmak (najmanje 1-2 m) između pojedinih osoba.
- Izbjegavajte rukovanja te potaknite održavanje razmaka od barem 1m kod razgovora.
- Redovito, a najmanje dva puta dnevno, provjetravajte sve prostorije.
- Prostorije za sastanke, edukacije i druge prostore gdje se okuplja veći broj osoba provjetravajte nakon i prije svakog sastanka, tijekom stanke i sl.
- Izbjegavajte putovanja koja nisu nužna, posebno u zahvaćena područja.
- Svim osobama koje imaju simptome respiratorne bolesti (kašalj, kihanje, povišena tjelesna temperatura, kratak dah) omogućite ostanak kod kuće.

Protokol izradila Ravnateljica:

Jelena Šamarija, mag.soc.rada univ.spec.act.soc.

