

Kleszczele, dnia 01.09.2020r

OCENA RYZYKA DLA PRACOWNIKÓW SZKOŁA PODSTAWOWA W KLESZCZELACH

**W ZWIĄZKU Z WYSTĄPIENIEM PANDEMII CHOROBY ZAKAŻNEJ
COVID-19 OPRACOWANA PO WPROWADZENIU ŚRODKÓW
OGRANICZAJĄCYCH ROZPRZESTRZENIANIE SIĘ KORONAWIRUSA
SARS-CoV-2 I ZAKAŻENIA COVID-19 NA STANOWISKACH PRACY**

Ocena ryzyka epidemicznego w Szkole Podstawowej w Kleszczelach została przeprowadzona

- w oparciu o dostępne dane światowe z zakresu medycyny i wiedzy eksperckiej oraz,
- zgodnie metodologią Risk Score

Celem dokumentu jest zapoznanie pracowników PWIK z nowym elementem oceny ryzyka – zagrożenie epidemiologiczne SARS-CoV-2. Pracowników należy zapoznać z ryzykiem w sposób przyjęty w danej jednostce organizacyjnej.

COVID-19 - ogólne informacje

W dniu 11.03.2020r Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła pandemię choroby zakaźnej COVID19, co oznacza, że koronawirus SARS-CoV-2 rozprzestrzeniła się na całym świecie. W dniu 12.03.2020r. w Polsce wprowadzono stan zagrożenia epidemicznego zgodnie z *Ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi, następnie 20.03.2020r.* ogłoszono stan epidemii.

SARS-CoV-2 -należy do grupy betakoronawirusów i jest bardzo zbliżony do SARS-CoV odpowiedzialnego za epidemię ostrego zapalenia płuc, która pojawiła się w listopadzie 2002 r. Koronawirus SARS-CoV-2 należy do tego samego typu wirusów co SARS i MERS. SARS-CoV-2 odpowiedzialny jest za wywoływanie choroby COVID-19.

Objawy, jakie towarzyszą COVID-19 to przede wszystkim:

- suchy kaszel
- gorączka
- zmęczenia
- brak apetytu
- objawy neurologiczne (ból i zawroty głowy)
- trudności z oddychaniem
- u niektórych chorych brak smaku i węchu **Aby złagodzić objawy:**
- dużo śpij i odpoczywaj
- wygrzewaj się
- pij dużo płynów
- używaj nawilżacza powietrza lub bierz gorący prysznic, aby złagodzić kaszel i ból gardła

Przebieg zakażeń COVID-19 jest zróżnicowany:

Od bezobjawowego, przez łagodną chorobę układu oddechowego (podobną do przeziębienia), po ciężkie zapalenie płuc z zespołem ostrej niewydolności oddechowej i/lub niewydolnością wielonarządową. W ok. 80% przypadków choroba przebiega łagodnie. Ciężki przebieg choroby obserwuje się u 1 na 6 osób. Prawdopodobnie jest możliwe zarażenie się od osób, które są zarażone, ale u których nie pojawiły się objawy. Okres inkubacji, czyli okres między ekspozycją organizmu na wirusa a początkiem objawów może wynosić 2 - 14 dni zgodnie z wytycznymi WHO.

Zwiększone ryzyko zakażenia się COVID-19 występuje poprzez:

- kontakt bezpośredni z osobą chorą np. przy udzielaniu pomocy medycznej, w pracy, przebywanie w tym samym pomieszczeniu, wspólne podróżowanie lub mieszkanie razem,
- podróżowanie do regionu, w którym wybuchła epidemia w ciągu 14 dni przed pojawieniem się objawów
- praca w miejscu udzielania pomocy medycznej, gdzie przebywali i byli leczeni chorzy na COVID19

Możliwość zakażenia się COVID-19

Zakażenie koronawirusem COVID-19 może wystąpić u ludzi w KAŻDEJ grupie wiekowej. Jednak najcięższy przebieg choroby zaobserwowano u osób starszych, u których rozpoznano wcześniej choroby przewlekłe np. cukrzycę, zaburzenia neurologiczne, choroby układu sercowo-naczyniowego oraz zaburzenia odporności. Analiza zachorowań pokazuje, że częściej chorują mężczyźni niż kobiety. Natomiast najmniejszy współczynnik zachorowań zaobserwowano u dzieci (ok. 1-2% wszystkich przypadków).

Żywotność koronawirusa

Jego przetrwanie zależy od kilku czynników: temperatury, wilgotności, obecności substancji, w których może przetrwać, a nawet promieniowania UV.

- w temperaturze 4°C (czyli np. w lodówce) wirus może przeżyć około 4 tygodni (niższe temperatury pomagają w utwardzeniu ochronnej powłoki, która otacza cząsteczki wirusa, a to z kolei pozwala mu przetrwać wystarczająco długo),
- w temperaturze 12°C wirus może przeżyć 10 dni,
- w temperaturze pokojowej, czyli około 20-22°C wirus może przeżyć 2 dni (dłużej jeśli są sprzyjające warunki, czyli jest sporo materiału biologicznego, w którym ten wirus ma szansę dłużej egzystować),
- w temperaturze około 30°C wirus będzie żył dużo krócej, np. jeden dzień.

DO OBOWIĄZKÓW PRACOWNIKÓW W ZWIĄZKU Z ZAGROŻENIEM EPIDEMICZNYM SARS-CoV-2 NALEŻY:

1. zapoznanie się i przestrzeganie postanowień zawartych w niniejszej ocenie ryzyka epidemicznego
2. bezwzględne przestrzeganie procedur higieniczno-sanitarnych oraz wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego i wytycznych rządowych w zakresie zapobiegania epidemii COVID-19 (<https://gis.gov.pl/bez-kategorii/dekalog-bezpiecznego-zachowania-podczas-epidemiikoronawirusa/>)
3. bezwzględne przestrzeganie obowiązujących wytycznych, procedur, instrukcji, zasad postępowania oraz środków zapobiegawczych, które zostały wprowadzone w PWIK w celu zminimalizowania ryzyka epidemicznego i ochrony zdrowia pracowników w związku z zagrożeniem koronawirusem SARS-CoV-2

OCENA RYZYKA EPIDEMICZNEGO W SZKOLE PODSTAWOWEJ W KLESZCZELACH

Ocena ryzyka epidemicznego została przeprowadzona zgodnie z metodologią analizy i oceny ryzyka. Na podstawie wartości współczynników oszacowania ryzyka określona zostaje kategoria ryzyka.

Nazwa zagrożenia do oceny:

Pandemia wirusa SARS-COV-2, wywołującego chorobę COVID-19

Źródła zagrożenia: przenoszenie się koronawirusa z jednej osoby na drugą podczas kaszlu i kichania, dotykanie tych samych powierzchni, kontakt lub możliwość kontaktu z osobami zakażonymi przez przebywanie w tym samym pomieszczeniu, praca na stanowisku pracy bez zachowania zalecanych odległości, nie stosowanie ochron indywidualnych, brak wzmożonej higieny.

Możliwe skutki zagrożenia: kaszel, wysoka gorączka, duszności, trudności z oddychaniem, niewydolność oddechowa, bóle mięśni, stawów, utrata apetytu, węchu, smaku, wymioty, bóle brzucha, lęk, stres, frustracja, ciężki rozstrój organizmu, śmierć.

Środki profilaktyczne: opisane poniżej

Kategoria oceny ryzyka: 3 ŚREDNIE – po wprowadzeniu i stosowaniu środków profilaktycznych

Straty ludzkie: średnie straty, możliwe ciężkie uszkodzenie ciała

Ekspozycja: duża – codzienna

Prawdopodobieństwo: prawdopodobne

WPROWADZONE ŚRODKI I PODJĘTE DZIAŁANIA W CELU OGRANICZENIA RYZYKA EPIDEMICZNEGO I OCHRONY ZDROWIA PRACOWNIKÓW W ZWIĄZKU Z ZAGROŻENIEM KORONAWIRUSEM SARS-COV-2:

1. Zarządzenie nr 5/2020 Dyrektora Szkoły Podstawowej w Kleszczelach z dnia 1 września 2020 roku, Procedury bezpieczeństwa w okresie pandemii Covid -19 na terenie Szkoły Podstawowej w Kleszczelach zamieszczone na stronie internetowej szkoły.
2. W pomieszczeniach pracy należy zaleca się dbanie o częste ich wietrzenie, sprawną i wydajną wentylację, zwiększenie ilości przerw w pracy, zwiększenie częstotliwości sprzątnięcia pomieszczeń pracy, a przede wszystkim pomieszczeń higieniczno-sanitarnych.
3. Pracownikom i rodzicom, uczniom udostępniono środki dezynfekujące umieszczone przy wejściu do obiektów, pomieszczeniach higieniczno-sanitarnych a także zapewniono maseczki, rękawiczki jednorazowe.
4. Wprowadzono ograniczenia w funkcjonowaniu poczty wewnętrznej, w tym ograniczenia bezpośredniego kontaktu z pracownikami
5. Dokonano zmian w zakresie organizacji i prowadzenia szkoleń wstępnych BHP dla nowozatrudnionych pracowników, okresowe BHP – szkolenia odbywają pracownicy w formie samokształcenia kierowanego, a szkolenia uzupełniające stacjonarne zostaną wznowione w czasie ustalonym i podanym do wiadomości pracowników.
6. Wprowadzono zmiany związane z organizacją szkoleń okresowych BHP, których termin przeprowadzenia przypada w okresie obowiązywania stanu zagrożenia epidemiologicznego / stanu epidemii lub 30 dni od dnia odwołania stanu epidemii - wydłuża się do 60 dnia, od dnia odwołania stanu epidemii.
7. Dokonano zmian organizacyjnych dot. badań profilaktycznych pracowników - wykonywanie okresowych badań lekarskich zawiesza się na czas ogłoszonego zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii. Po odwołaniu stanu zagrożenia epidemicznego, w przypadku gdy nie zostanie ogłoszony stan epidemii albo po odwołaniu stanu epidemii, pracodawca i pracownik są obowiązani niezwłocznie podjąć wykonywanie zawieszonych badań okresowych i wykonać je w okresie nie dłuższym niż 60 dni od dnia odwołania danego stanu. W przypadku obowiązku wykonania badania wstępnego lub kontrolnego – kandydat na pracownika / pracownik - obowiązany jest skontaktować się z Rejestracją Poradni Medycyny Pracy Hajnówka ul. Piłsudskiego 10; Rejestracja: tel. 85 682 90 18

WYBRANE ZASADY POSTĘPOWANIA Z KORONAWIRUSEM SARS-COV2 WG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA (WHO) DOSTOSOWANIA PRZEZ PRACOWNIKÓW

Regularnie myj ręce

Mycie rąk to najprostszy i najskuteczniejszy sposób, który pomaga uniknąć zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2. Ważne jest w tym przypadku użycie mydła z wodą lub środka dezynfekującego na bazie alkoholu (o stężeniu min. 60%). Koronawirusem możesz zakazić się nie tylko poprzez bezpośredni kontakt z zakażonym SARS-CoV-2, ale też przy okazji dotknięcia powierzchni, której wcześniej dotykała osoba chora. Myj dokładnie ręce za każdym razem, gdy wracasz z miejsca publicznego.



Źródło: <https://www.medonet.pl/koronawirus/poradnik,koronawirus-dotarl-do-polski--kiedy-nalezy-myc-rece--by-sie-nie-zarazic-,artykul,74637201.html>

Czyść przedmioty wokół siebie

Koronawirus SARS-CoV-2 jest podatny na działanie wszystkich rozpuszczalników lipidów. Pamiętaj o czyszczeniu wszelkich powierzchni, które na co dzień dotykamy, a w szczególności przedmiotów codziennego użytku takich jak: komputer, telefon czy blaty kuchenne. To tam zwykle znajduje się najwięcej zarazków.



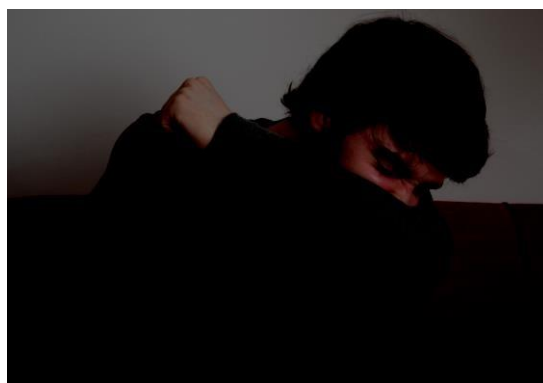
Źródło: <https://techno-senior.com/2020/04/15/dezynfekcja-przedmiotow-telefonu-kluczy-kart-bankowych-i-ubran/>

Unikaj podróży, także podróży służbowych

Jeśli masz gorączkę lub kaszel, unikaj podróży. Jeśli nie możesz zrezygnować z wyjazdu, gdy tylko zaobserwujesz u siebie niepokojące objawy, natychmiast poinformuj o tym załogę samolotu, autobusu czy pociągu. Zostań w domu.

Kichaj we właściwy sposób

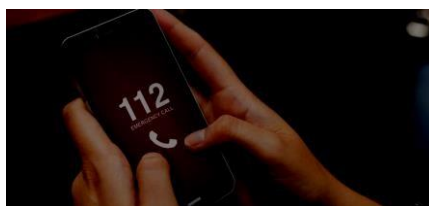
Kichając, zasłaniaj usta i nos chusteczką. Jeśli nie masz jej pod ręką użyj rękawa, by zapobiec rozprzestrzenianiu się wirusów. Zużyta chusteczkę higieniczną wrzuć natychmiast do kosza na śmieci, a jeśli jest taka możliwość, do muszli klozetowej. Dokładnie umyj ręce.



Źródło: <https://zdrowie.radiozet.pl/Choroby/Historia-choroby/Powstrzymanie-kichania-moze-prowadzic-do-obrazen.-Rzadki-przypadek>

Postępuj według procedur Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) oraz Głównego Inspektora Sanitarnego (GIS)

WHO oraz GIS przypomina, że w przypadku podejrzenia u siebie koronawirusa nie należy zgłaszać się do lekarza rodzinnego czy na SOR.



Źródło: <https://elipsa.pl/pl/p/Numer-alarmowy-112-Aleksandra-Skrabacz%2C-Milena-Domasiewicz/1155>

Jesteś chory, izoluj się od innych

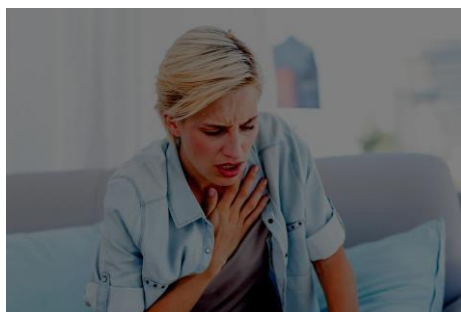
Izolacja domowa to najlepszy sposób na to, by nie zarażać innych osób i nie rozprzestrzeniać wirusa. Nie spotykaj się z rodziną i znajomymi, unikaj miejsc publicznych. Jedz z oddzielnych naczyń i używaj oddzielnych przedmiotów codziennego użytku.



Źródło: <https://pulsmedycyny.pl/koronawirus-sars-cov-2-zalecenia-dla-zakazonych-pozostajacych-w-izolacji-domowej-986497>

Masz duszności, wezwij natychmiast pomoc

Jeśli zauważysz u siebie duszności, natychmiast wezwij pomoc medyczną. Kontaktując się z ratownictwem/sanepidem, poinformuj szczegółowo o swoim stanie i przebytych ostatnio podróżach/kontaktach z osobami z kwarantanny lub zarażonych koronawirusem.



Źródło: <https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,23178340,dusznosc-przyczyny-objawy-rodzaje-leczenie-dusznosci.html>

Niepokój jest naturalny, zachowaj spokój i rozsądek

WHO zdaje sobie sprawę z tego, że możesz czuć niepokój, a nawet strach, szczególnie jeśli mieszkasz w kraju dotkniętym koronawirusem. Zachowaj jednak trzeźwość umysłu. Czerp wiedzę z rzetelnych źródeł. Im więcej sprawdzonych informacji dotrze do naszych społeczności, tym większe jest prawdopodobieństwo, że nie dojdzie do paniki, która z pewnością nie pomaga w walce z koronawirusem.

Przygotował: Henryka Gąsowska- pracownik służby BHP

Zatwierdził: Dyrektor Szkoły Podstawowej w Kleszczelach – Sławomir Treszczotko

Kleszczele, dnia 01.09.2020 r.

Szkoła Podstawowa w Kleszczelach ul. Plac Parkowy 4, 17-250 Kleszczele