

Mjere za smanjenje rizika od infekcije SARSCoV2 virusom na radnom mjestu za vrijeme pandemije COVID-19

Kao odgovor na pandemiju COVID-19, kantoni i/ili entiteti u BiH su zahtijevali zatvaranje radnih mjesta u institucijama/ustanovama, osim onih koji pružaju osnovne usluge i predstavljaju esencijalne djelatnosti. Kako kantoni i entiteti ukidaju ili prilagođavaju restriktivne javnozdravstvene mjere, institucije/ustanove bi trebale razmotriti rizike i identificirati mjere za ublažavanje rizika koje treba primijeniti prilikom ponovnog otvaranja ili rada tokom pandemije COVID-19. Ove preporuke se mogu koristiti zajedno sa relevantnim preporukama kantonalnih/entitetskih zdravstvenih organa i kriznih štabova.

Javnozdravstvene mjere koje poduzimaju institucije/ustanove dio su kolektivnog pristupa za ublažavanje transmisije COVID-19. One odražavaju trenutno dostupne naučne dokaze i stručno mišljenje i podložne su promjenama s obzirom na to da neprestano stižu nove informacije o prenosivosti, epidemiologiji i djelotvornosti javnozdravstvenih mjera i mjera ublažavanja rizika. Poslodavci bi trebali, po potrebi, pregledati i revidirati planove poslovanja, dati prednost ključnim funkcijama u firmi u slučaju izostanaka s radnog mjesta, i osigurati da se informacije o kontaktima u hitnim slučajevima uvijek ažuriraju.

Koji su rizici za COVID-19 na radnom mjestu u institucijama/ustanovama?

Sljedeća saznanja o COVID-19 i prateća pitanja mogu pomoći u razmatranju rizika od COVID-19 na radnom mjestu u institucijama/ustanovama.

Na nivo rizika utiče nivo transmisije COVID-19 u lokalnoj zajednici. Ako je u zajednici raširena transmisija COVID-19, vjerovatnoća unosa virusa u instituciju/ustanovu je, također, veća. Pretpostavlja se da je rizik od unosa i širenja COVID-19 veći ako je veći postotak ljudi koji obavljaju posao u instituciji/ustanovi, a dolaze izvan lokalne zajednice.

COVID-19 se širi od osobe do osobe, najčešće putem respiratornih kapljica (nastalih kašljem, kihanjem, smijanjem ili govorom) ili tokom bliskih interakcija (tj. kontakt unutar 2 metra). Virus SARS-CoV-2 mogu širiti zaraženi pojedinci koji imaju blage simptome ili koji još nisu ili koji možda nikada neće razviti simptome.

Pitanja koja su bitna u procjeni rizika na radnom mjestu u instituciji/ustanovi su:

- Da li zaposlenici imaju bliske interakcije s klijentima ili drugim zaposlenicima tokom njihove smjene? Da li klijenti imaju blisku interakciju s drugim klijentima? Predpostavlja se da institucije/ustanove sa većim brojem kontakata imaju veći rizik.
- Da li zaposlenici imaju duže vrijeme bliske interakcije s klijentima ili drugim zaposlenicima? Da li klijenti imaju produžene bliske interakcije s drugim klijentima? Produženi kontakt je definiran kao blizak kontakt više od 15 minuta, a može biti i kumulativan (tj. u višestrukim interakcijama). Transmisija virusa sa osobe na osobu je vjerovatnija kod dužeg kontakta.
- Da li je na radnom mjestu u instituciji/ustanovi prostor popunjen sa velikim brojem ljudi (tj. velikom koncentracijom ljudi)? Predpostavlja se da pretrpano okruženje predstavlja veći rizik za transmisiju virusa.
- Da li je li radno mjesto u zatvorenom ili vanjskom prostoru? Ako je u zatvorenom prostoru, mogu li se otvoriti prozori? Predpostavlja se da je zatvoreni prostor veći rizik za transmisiju virusa.

Osoba se može lako zaraziti sa SARS-CoV-2 dodirivanjem predmeta kontaminiranih s virusom (obično visokokontaktne površine: šalteri, radni stolovi, vrata, šteke na vratima, tastatura i mobitel), zatim dodirivanjem prstima usta, nosa ili oči, prije pranja ruku.

- *Da li zaposleni imaju često dodir s visokokontaktnim površinama? Da li klijenti imaju često dodir s visokokontaktnim površinama? Pretpostavlja se da veća vjerovatnoća dodira s visokokontaktnim površinama predstavlja i veći rizik za transmisiju virusa.*
- *Da li institucija/ustanova omogućuje zaposlenicima/klijentima pranje i/ili dezinfekciju ruku prije i nakon kontakta s visokokontaktnim površinama (npr. pristup higijenskim stanicama/dezinficijensima za ruke)?*

COVID-19 može imati težu kliničku sliku kod ljudi koji su stariji od 65 godina i kod onih koji imaju kompromitiran imunološki sistem ili druga hronična medicinska stanja.

- *Da li postoji saznanje da određeni zaposlenici pripadaju nekoj od navedenih rizičnih skupina? NAPOMENA: Poslodavci ne mogu pretpostaviti zdravstveno stanje pojedinih zaposlenika i nemaju nužno pravo na ove informacije. Zaposlenici se mogu odlučiti da povjerljivo otkriju svoje zdravstveno stanje poslodavcima a zbog čega mogu dobiti premještaj na sigurnije mjesto za rad ili da im se odobri rad od kuće, ukoliko je to moguće.*
- *Da li postoje klijenti koji su izloženi većem riziku od teških bolesti (npr. starije odrasle osobe)?*

Širenje COVID-19 se može desiti ukoliko se lične preventivne mjere i praksa ne primjenjuju.

- *Da li klijenti mogu slijediti higijenske mjere kao što su često pranje ruku, preporuke pri kašljanju i kihanju i prepoznati kada se osjećaju bolesno kako bi ostali kod kuće? Na primjer, mala je vjerojatnoća da će mala djeca moći provoditi ove mjere.*

Kako institucija/ustanova može umanjiti rizike za širenje COVID-19?

Da bi se spriječilo i/ili ograničilo širenje COVID-19 u zajednici, kao što je i radno mjesto u ustanovi/instituciji, uzimaju se u obzir sljedeći principi i mjere smanjenja rizika. Mjere smanjenja rizika koje su više protektivne, uključuju odvajanje ljudi jednih od drugih ili zajedničkih površina fizičkim distanciranjem i fizičkim barijerama. Mjere koje su manje protektivne oslanjaju se na pojedince da dosljedno slijede lične preventivne mjere (npr. čišćenje prostora, upotrebu lične zaštitne opreme, nošenje nemedicinskih maski ili platnenih maski za lice). U nekim okolnostima fizičko distanciranje možda neće biti moguće. Da bi se maksimizirala sigurnost i zaštita, koristiti "slojeviti" pristup s više preventivnih mjera za smanjenje rizika od širenja COVID-19, uključujući smanjenje broja interakcija s drugima i povećanje sigurnosti neophodnih interakcija. Objedinjavanje više mjera jača potencijalno smanjenja rizika. Sljedeći primjeri mjera za smanjenje rizika dati su na razmatranje poslodavcima. Sljedeća lista nije iscrpna – ohrabruju se poslodavci i zaposlenici da pronađu kreativne i adaptivne načine za ublažavanje rizika na radnom mjestu koji će se podudarati sa javnozdravstvenim savjetima uz poštivanje prava radnika.

Zahtijevati da bolesne osobe ne dolaze na radno mjesto/posao

- *Pojačati komunikacijske strategije za zaposlene, klijente, kupce;*
- *Zahtijevati da zaposlenici ostanu kod kuće ako su bolesni sa simptomima COVID-19, sve dok ne ispune kriterije za prekid izolacije, uz konsultaciju s lokalnim profesionalcima iz javnog zdravstva, ili ljekarom iz primarne zdravstvene zaštite (porodičnim/obiteljskim ljekarom);*
- *Prilagoditi politike za bolovanje kako biste omogućili zaposlenicima da ostanu kod kuće kada su bolesni, da se podvrgnu testiranju na SARSCoV2, da ostanu u karantinu (samoizolaciji) ili, ako se brinu o deci ili nekome ko je bolestan da ostanu kući;*
- *Postaviti natpise na vidljivim mjestima kako bi se odvratili zaposlenici/klijenti koji su bolesni od dolaska na radno mjesto tj. u instituciju/ustanovu;*

- *Ako je izvodivo, pitati klijente da li su bolesni ili imaju simptome COVID-19 prije nego što uđu na radno mjesto u instituciju/ustanovu ili prilikom zakazivanja termina za dolazak/sastanak zamolite klijente koji su bolesni da ne dolaze na radno mjesto tj instituciju/ustanovu*

Promovisati i olakšati provođenje ličnih preventivnih mjera. Svi imaju bitnu ulogu u tome da radna mjesta u institucijama/ustanovama postanu sigurnija, uključujući poslodavce, zaposlenike, izvođače radova, klijente i sve ostale koji dolaze na radno mjesto u instituciju/ustanovu.

- *Obavijestiti svoje zaposlenike o javnozdravstvenim savjetima koji su primjenjivi na vašem radnom mjestu u instituciji/ustanovi;*
- *Promovisati provođenje ličnih preventivnih mjera (npr. česta higijena ruku, izbjegavanje dodirivanja lica, mjere pri kašljanju i kihanju, često čišćenje i dezinfekcija visokokontaktne površine sa odobrenim proizvodima);*
- *Postaviti natpis koji podsjeća zaposlenike/klijente da praktikuju ove mjere, osiguravajući da su one primjerene starosti, sposobnostima, nivou edukacije i jezičkim preferencijama zaposlenika/klijenata;*
- *Osigurati dovoljno higijenskih sredstava za ruke (npr. postavljanjem sredstava za dezinfekciju ruku na lako vidljiva mjesta) i osigurati pristup ovim sredstvima zaposlenicima/klijentima s invaliditetom*
- *Promovisati češće i detaljnije čišćenje prostora u kojima borave zaposlenici (npr. osigurati higijenske maramice kako bi zaposlenici mogli čistiti vlastite radne površine)*
- *Podržati i ohrabriti zaposlenike da brinu o svom mentalnom zdravlju*

Promovisati fizičko distanciranje (držanje na udaljenosti od 2 metra od drugih osoba), što je jedan od najefikasnijih načina za smanjenje širenja bolesti.

- *Ako je moguće, smanjiti svaki fizički kontakt tokom rada na poslu (npr. uvesti rad od kuće, upotreba e-maila i telekonferencija);*
- *Usvojiti poslovni model bez kontakta (npr. „drive-through“ model poslovanja, dostava i preuzimanje van firme na ulazu);*
- *Formirati razmak od 2 metra između zaposlenika i/ili klijenata (npr. razmaknuti radne stolove, radne stanice, stolove restorana);*
- *Izbjegavati sastanke sa više osoba koristeći video konferencije, gdje je to moguće;*
- *Ograničiti broj osoba u sobama za odmor u unutrašnjim prostorima kako bi se smanjile gužve;*
- *U uskim hodnicima ili prilazima organizovati jednosmjerno kretanje, ukoliko je to moguće;*
- *Upotrijebiti vizualne materijale za promovisanje udaljenosti od 2 metra (npr. zidne oznake, podne oznake);*
- *Upozoravati na opće prakse za održavanje fizičke udaljenosti, kao što je izbjegavanje bliskog pozdrava poput rukovanja;*
- *Odrediti prostor u kojem zaposlenici ili klijenti mogu biti izolirani od drugih, ukoliko se kod njih pojave simptomi a nisu u mogućnosti napustiti instituciju/ustanovu;*

Uspostaviti fizičke barijere između zaposlenika/klijenata kada fizičko distanciranje nije moguće.

- *Postaviti fizičke barijere između zaposlenika/klijenata (npr. fizičke barijere poput prozora od pleksiglasa ili klasične kockaste pregrade koje su više od visine glave);*

Povećati prirodnu ventilaciju.

- *Otvoriti prozore, ako je moguće i ako to dozvoljavaju vremenske prilike;*
- *Premjestiti posao vani, kada je to moguće*

Ublažiti rizike od izlaganja visokokontaktne površinama.

- *Povećati učestalost čišćenja prostora, posebno visokokontaktne površine ili opreme (npr. dijeljeni fotokopir aparat, tipke za lift, blagajne);*

- *Smanjiti broj uobičajenih površina koje treba dodirivati (npr. ostavljanje otvorenih vrata, nabavka kanti za otpad bez potrebnog kontakta rukama);*
- *Ograničiti pristup nebitnoj zajedničkoj opremi;*
- *Očistiti i dezinficirati osnovnu zajedničku opremu, prije i nakon upotrebe;*
- *Ponuditi bezkontaktne načine plaćanja (minimizirati upotrebu gotovine), ako je moguće;*

Ublažiti rizik za ljude s većim rizikom od teške bolesti.

- *Omogućiti pravilan smještaj na radnom mjestu (npr. kod dodjele zadataka), ako je moguće, za zaposlenike koji imaju faktore rizika za tešku bolest;*
- *Omogućiti poseban smještaj za klijente iz ranjivih grupa (npr. namjensko radno vrijeme samo za starije osobe);*

Izmijeniti prakse poslovanja kako bi se smanjio međusobni kontakt i broj zaposlenika/klijenata koji međusobno dolazi u kontakt.

- *Razmisliti o izmjeni pružanja usluga (npr. smanjenju broja klijenata koji istovremeno koriste usluge, pružanje usluga na otvorenom);*
- *Zatvoriti ili ograničiti pristup nebitnim zajedničkim prostorima;*
- *Odložite nebitne sastanke ili putovanja.*

Da li zaposlenici i/ili klijenti moraju nositi maske?

Nošenje nemedicinskih maski ili platnenih maski za lice dodatna je lična protektivna mjera koja može pomoći u sprečavanju transmisije virusa preko respiratornih kapljica nesvjesno zaražene osobe u kontaktu s drugim ljudima.

Kada to lokalna epidemiološka slika i brzina transmisije u zajednici zahtijevaju, nošenje nemedicinskih maski ili platnenih maski za lice se preporučuje za situacije u kojima nije moguće dosljedno održavati fizički razmak od dva metra od drugih, posebno u uslovima gužve.

Komercijalno dostupne ili domaće platnene maske za lice mogu igrati važnu ulogu na radnim mjestima gdje dosljedno fizičko distanciranje ili korištenje fizičkih barijera ili drugih izmjena radnog okruženja ili radnih uslova nije moguće ili dostupno.

Važno je da nemedicinske maske ili platnene maske za lice dobro naliježu na lice i ispravno se koriste.

Maske možda nisu pogodne za sve vrste zanimanja. Kada se uspostavlja politika u vezi s upotrebom nemedicinskih maski ili platnenih maski za lice na svom radnom mjestu, pažljivo razmisliti o profesionalnim zahtjevima svojih zaposlenika i specifičnim uslovima radnog mjesta kako bi se osiguralo ublažavanje mjera zbog mogućih fizičkih ozljeda koje bi nehotice mogle nastati nošenjem prekrivala za lice kao što je maska (npr. ometanje sposobnosti da se vidi ili govori jasno ili da se maska slučajno stavi u opremu sa kojim radnik upravlja).

Nemedicinske maske ili platnene maske za lice se ne smatraju ličnom zaštitnom opremom (LZO). Iako bi trebalo uložiti sve napore za očuvanje dovoljnih zaliha medicinskih maski za zdravstvene ustanove, postoje određena radna mjesta/poslovna okruženja za koja LZO (npr. medicinske maske) mogu biti prikladniji izbor za zaštitu radnika (npr. pružanje usluge klijentu koji ne može nositi nemedicinske maske ili platnene maske za lice kada nije moguće održati fizički razmak od 2 metra ili ako mjere od pleksiglasa/prozirnih barijera nisu moguće ili nisu dostupne).

Da li zaposlenici trebaju nositi ličnu zaštitnu opremu (LZO)?

Preporuke za upotrebu LZO temelje se na procjeni rizika specifičnih okruženja i riziku od izloženosti. Ako ustanove/institucije imaju Komisiju/Odbor za zaštitu zdravlja i sigurnost na radnom mjestu, uključiti Komisiju u razmatranja rizika povezanih sa određenim zadacima/aktivnostima kao i karakteristikama izvora infekcije (npr. bolesna osoba ili kontaminirana okolina). Ako

institucija/ustanova nema Komisiju za zaštitu zdravlja, potražiti upute koje pružaju kantonalne i entitetske organizacije/ustanove za zaštitu zdravlja.

Ako se preporučuje nošenje LZO na radnom mjestu, zaposlenici moraju biti obučeni o odgovarajućoj upotrebi LZO i redosljedu stavljanja/oblačenja i skidanja LZO. Zaposlenici bi, također trebali biti obučeni o pravilnom nošenju i odgovarajućim veličinama LZO. Loša upotreba LZO može povećati rizik od infekcije (npr. kontaktom s potencijalno kontaminiranom LZO).

Spremnost i reagovanje na hitne situacije

- Razmotriti kako javnozdravstvene mjere za COVID-19 utiču na spremnost na reagovanje u slučaj nužde (npr. planovi evakuacije zgrada).*
- Osigurati da mjere COVID-19 ne donose nove opasnosti na radnom mjestu (npr. ne ostavljati otvorena vatrogasna vrata da bi se smanjila izloženost čestim dodirivanjem ručki na vratima),*
- Komunicirati sa zaposlenicima o tome kako odgovoriti što je moguće sigurnije na hitne situacije dok su na snazi mjere za prevenciju COVID-19.*

Izradila RJ za Epidemiologiju