

Mesto Senica, Štefánikova 1408/56, 905 25 Senica

Krízový plán - Postup pri podozrení na COVID-19 Mestské jasle

Na základe odporúčaní a záväzných postupov, usmernení a informácií pre poskytovateľov sociálnych služieb Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky je vypracovaný postup a pravidlá riešenia krízových situácií.

1. INFORMÁCIE O VÍRUSE COVID-19

Koronavírus spôsobuje akútnu respiračnú infekciu. Hlavnou cestou prenosu je prenos dýchacích aerosólov (kvapôčok) a prenáša sa kontaktom človeka s človekom. Inkubačná doba je od 2 -14 dní. Z tohto dôvodu tí, ktorí boli vystavení stretnutiu s človekom s potvrdeným prípadom COVID-19, majú byť bezodkladne izolovaní v domácom prostredí alebo v karanténnom zariadení počas 14 dní od posledného kontaktu s chorou osobou, nakoľko sa v priebehu tohto obdobia môže u nich vyvinúť ochorenie s príznakmi. Pacient, príbuzný, opatrovateľ/ka, sociálny pracovník alebo priamy nadriadený – vedúci zamestnanec u poskytovateľa sociálnych služieb má telefonicky informovať všeobecného lekára, pediatra, príp. regionálneho hygienika o kontakte s človekom s potvrdeným COVID-19

a o príznakoch. S týmto ochorením súčasne prebieha každoročná sezónna epidémia chrípky a iných respiračných infekcií. Preto je dôležité pri podozrení na infekčné respiračné ochorenie nerobiť paniku, zachovať pokoj, najmä pri komunikácii s klientom, ktorý si vyžaduje profesionálny a ľudský prístup.

Príznaky ochorenia COVID-19

Medzi príznaky ochorenia Covid-19 patria najmä: - horúčka nad 38° Celzia (u starších a imunitne oslabených ľudí môže byť telesná teplota nízka), - kašeľ, - sťažené dýchanie, - bolesť svalov, - únava a malátnosť, - strata čuchu a chuti.

Osoby s vyšším rizikom ochorenia COVID – 19

- starší ľudia vo veku 60 rokov a viac
- ľudia, ktorí majú vážne chronické ochorenia, napr.: ochorenie srdca, diabetes mellitus (cukrovka), pľúcna choroba, chronické ochorenie so znížením imunity

Prevenia pred ochorením COVID – 19

Na pracovisku a v domácnosti klienta:

- časté a dôkladné umývanie rúk a zápästia mydlom a vodou, 40 – 60 sekúnd
- dezinfekcia rúk a zápästia dezinfekčným prostriedkom na ruky na báze alkoholu
- nosenie ochranného rúška
- nosenie rukavíc
- požívanie papierových utierok, prípadne vlastných uterákov po umytí rúk

- používanie jednorazových papierových vreckoviek pri kýchaní, kašľaní a nádche (po použití vhodíť do uzatvárateľného koša)
- vyhýbanie sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, dodržiavanie minimálne dvojmetrového odstupu
- vyhýbanie sa miestam s vyššou koncentráciou ľudí
- pravidelná dezinfekcia povrchov, pomôcok a rizikových predmetov, s ktorými prichádza personál a klient veľmi často do kontaktu (najmä kľučky, vypínače, telefón, vodovodné batérie, exponovaný nábytok a pod.) v domácnosti klienta i na pracovisku
- pravidelné a účinné vetranie vnútorných priestorov v domácnosti i na pracovisku

Sekundárna prevencia v prípade podozrenia na respiračnú infekciu

- izolácia chorého a jeho kontaktov pred, ako aj po vypuknutí ochorenia
- dodržiavanie respiračnej hygieny: dostatočná vzdialenosť od iných osôb (minimálne 2 metre), zakrytie úst a nosa ochranným rúškom, vreckovkou alebo papierovým obrúskom (v prípade, že osoba s akútnym respiračným ochorením nemá zabezpečenú ochranu dýchacích ciest, kašľať a kýchať do rukáva – do lakťového zhybu, nie do rúk).

Odporúčania a nariadenia vyplývajúce z vyhlásenia núdzového stavu pre občanov

- Povinnosť nosiť rúško všade mimo svojho bydliska.
- Dodržiavať dvojmetrový rozstup v rade (vonku aj vnútri).
- Ústredný krízový štáb SR a Úrad verejného zdravotníctva SR odporúčajú občanom SR obmedziť mobilitu mimo bydliska na nevyhnutnú mieru – dochádzanie do práce, zabezpečenie základných životných potrieb (zabezpečenie potravín, hygieny, liečiv, domácej sociálnej starostlivosti, zaopatrenia chorých a zomierajúcich), nevyhnutná návšteva zdravotníckeho zariadenia.
- Vláda vyzýva rodičov, aby v súvislosti s prerušením vyučovania nedávali deti do opateru starým rodičom z dôvodu možného šírenia nákazy. Priebeh ochorenia u nich môže byť komplikovanejší.
- Pre seniorov nad 65 rokov sú určené špeciálne otváracie hodiny v obchodoch, a to od 9.00 h do 12.00 h.
- Vláda SR a Úrad verejného zdravotníctva SR vyzvali seniorov, aby pre riziko ochorenia COVID-19 vychádzali zo svojho domu či bytu len v nevyhnutných prípadoch. Štát seniorom odporúča, aby radšej požiadali o pomoc iných, eliminovali sociálny kontakt s druhými ľuďmi, a to aj s rodinnými príslušníkmi. Vláda je pripravená v prípade nutnosti aj prijať zákaz vychádzania pre konkrétne skupiny ľudí.
- Vláda vyzýva seniorov, aby MHD a verejnú dopravu využívali iba v nevyhnutných prípadoch.
- Vláda zakáže predaj respirátorov bežnej verejnosti, keďže môžu byť nebezpečné (chorý človek, ktorý používa respirátor s výdychovým ventilom, vydychuje infikovaný vzduch). Respirátory budú k dispozícii iba pre zdravotníckych pracovníkov.

2. POSTUP PRI PODOZRENÍ NA OCHORENIE COVID-19

Vstup na územie Slovenskej republiky

Zamestnanec je povinný s ohľadom na platnú legislatívu Zákonníka práce informovať zamestnávateľa o tom, že sa vrátil on alebo jeho blízky príbuzný, resp. blízka osoba zo zahraničia. Každá osoba je povinná bezprostredne po vstupe na územie SR riadiť sa záväzným dokumentom: Opatrenie ÚVZ SR pri ohrození verejného života, ktoré vydáva Úrad verejného zdravotníctva SR s platnosťou od 06.04.2020.

Postup pri podozrení na ochorenie COVID-19 u zamestnanca

Zamestnanec je povinný s ohľadom na platnú legislatívu Zákonníka práce informovať zamestnávateľa o tom, že v jeho domácnosti alebo blízkom okolí bol v priamom kontakte s osobou, ktorej bola zistená, t.j. laboratórnym vyšetrením na ÚVZ SR potvrdená infekcia COVID-19 alebo je v izolácii pre podozrenie na infekciu a nie sú ešte známe výsledky vyšetrenia. V prípade, že zamestnanec má dôvodné podozrenie na respiračné ochorenie, je povinný o tom informovať priameho nadriadeného. Zamestnávateľ je vzhľadom na povinnosť predchádzať rizikám z hľadiska bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci oprávnený vyzvať zamestnanca, aby telefonicky kontaktoval všeobecného lekára, príp. hygienika príslušného RÚVZ a následne sa riadil ich inštrukciami. O prípadnom nariadení karantény, jej trvaní a ukončení rozhoduje príslušný RÚVZ a v tomto zmysle je zamestnanec povinný podať zamestnávateľovi informáciu o tom, že mu bola nariadená karanténa. Zamestnancovi v prípade karantény prislúcha náhrada mzdy rovnako ako v prípade, keď je dočasne práce neschopný. Vzhľadom na súčasne prebiehajúce aj iné respiračné ochorenia je odporučené pre zamestnancov s príznakmi respiračnej infekcie nasledovné:

- zostať doma na lôžku,
- telefonicky kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára ohľadom správnej liečby a postupu pri prípadnom vyšetrení,
- prijímať tekutiny a vitamíny.

Zamestnanec sa môže vrátiť na pracovisko, ak nemá 3 dni po sebe známky respiračnej infekcie (pri nepotvrdení COVID-19) a pri známom ochorení COVID-19 podľa nariadenia hygienika RÚVZ. V prípade potvrdenia ochorenia COVID – 19 u zamestnanca TOS sú izolovaní všetci klienti, kolegovia a iné osoby, ktoré prišli s chorým zamestnancom do kontaktu, ak tak určí hygienik RÚVZ. Všetky priestory a povrchy, v ktorých sa zamestnanec nachádzal, musia byť následne dôkladne dezinfikované za použitia virucídneho dezinfekčného prostriedku a podľa usmernenia pracovníka RÚVZ.

3. SYSTÉM KOMUNIKÁCIE

Komunikáciu so zamestnancami zabezpečuje vedúca mestských jasí a vedúca oddelenia sociálnych vecí, kultúry a športu. Komunikácia prebieha formou telefonickou, mailovou. Komunikáciu s médiami vedie výhradne primátor, príp. primátorom poverený zamestnanec.

Krízová komunikácia

Model procesu komunikácie rizika sa vzťahuje k sociálne psychologickým procesom a preto je potrebné sa v rámci krízového riadenia venovať komunikácii rizík takým spôsobom, aby bolo

zabezpečené u klientov, zamestnancov a ďalších zainteresovaných strán požadované ochranné správanie. Pri komunikácii s ľuďmi, ktorí sa ocitli v mimoriadnej situácii platia tieto zásady:

- Komunikujte optimálne (slovná a mimo slovná komunikácia a reč tela sú v súlade)
- Komunikujte empaticky
- Komunikujte štruktúrovane a jasne
- Komunikujte primerane asertívne
- Aktívne počúvajte, čo človek, ktorý je zasiahnutý mimoriadnou udalosťou potrebuje. Pri komunikácii s klientom je dôležité dávať najavo trpezlivosť, neponáhľať sa (aj keď nemáme čas) neskákať do reči a nenaliehať pri zisťovaní. Je správne prejavovať záujem, pochopenie, súcit a vnímavosť. Je potrebné držať vlastné emócie pod kontrolou.

Psychologické intervencie v krízovej situácii

Východiská konceptov zvládania stresových situácií pri mimoriadnej situácii šírenia koronavírusu:

Stres je obranná reakcia organizmu, je to odpoveď organizmu na záťaž. Ide o stav organizmu, kedy je jeho integrita ohrozená a on musí zapojiť všetky schopnosti na svoju obranu. Príčiny vzniku nahromadeného stresu v preventívnych podmienkach a prípadnej vzniknutej karanténe sú izolácia, panika, strach z neznámeho, strach o vlastné zdravie a zdravie blízkych. Príznaky stresu:

- Fyziologické – červenanie sa, potenie, trasenie, bolesti hlavy, silné búšenie srdca, nechutenstvo, nadmerná chuť/nechuť k jedlu, hryzenie si nechtov
- Emocionálne – zmeny nálad, napätie, únava, podráždenosť, plač, strach
- V správaní – nespavosť, zmena komunikácie, agresivita, zvýšené užívanie návykových látok (káva, cigarety, alkohol,...)

Krízová intervencia pre zamestnancov:

Zamestnanci mestských jaslí navzájom používajú techniky komunikácie, ktoré zbytočne nevyvolávajú stres, paniku a strach. Je dôležité si uvedomiť, aký vplyv majú naše myšlienky. Zmenou myšlienky vieme ovplyvniť aj prejavy a správanie. Prioritou je psychohygiena pracovníkov.

4. ZOZNAM CALL CENTIER SÚVISIACICH S COVID - 19

Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky: 0917 222 682

Regionálny úrad verejného zdravotníctva: - všeobecné - +421 800 221 234 (na uvedenej linke odborníci Úradu verejného zdravotníctva odpovedia na všetky otázky, ktoré sa týkajú nového chrípkového vírusu) - so sídlom v Trnave - 0905 903 053

RÚVZ Senica 034/6909327

Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky - prevencia zdravia - informácie, prevencia a zamedzenie jej šírenia - nepretržitá telefónna linka: 02/59 373 122

V prípade mimoriadnych zdravotných udalostí - 155 alebo 112