

AZ EGYÉNI VÉDŐFELSZERELÉSEK HASZNÁLATÁRA VONATKOZÓ ÚTMUTATÓK, ELŐÍRÁSOK, TOVÁBBÁ A FOKOZOTT JÁRVÁNYÜGYI VÉDEKEZÉssel ÖSSZEFÜGGŐ EGYÉB EGÉSZSÉGVÉDELMI SZABÁLYOK

VÉDŐMASZK HASZNÁLATI REND

A maszkok hordásához tájékozódni kell a megfelelő felvételi, levételi módszerekről és a maszk hulladékként való megfelelő kezeléséről, esetleges fertőtlenítéséről.

Felvétel:

Mielőtt felvenné a maszkot mossa meg a kezeit szappannal és meleg vízzel vagy fertőtlenítse kezeit alkoholos kézfertőtlenítővel.

A maszknak a viselés alatt folyamatosan, egyszerre kell fednie a száját és az orrot is!

Amennyiben rendelkezik a maszk állítható orrpánttal, azt szorosan igazítsa az orrgyökhöz!

Ne legyenek nyílások a maszk és az arc között, a maszk pontosan illeszkedjen az arc bőrére.

Viselés:

A maszk viselése közben kerülje el a maszk megérintését. Amennyiben mégis megérintette a maszkot, mossa meg a kezeit szappannal, vagy fertőtlenítse kezeit alkoholos bedörzsöléssel.

Amennyiben a maszk érezhetően átnedvesedik, cserélje le azt.

Levétel:

A maszk eltávolítását hátulról végezze el. Fülei mögül emelje ki a rögzítő gumikat, vagy kötözze ki a tarkóra kötött madzagokat. A maszk elülső felszíne szennyezettnek tekintendő, annak érintését kerülje a levétel során!

Kidobás vagy fertőtlenítés:

Az egyszerhasználatos maszkokat ne használja újra! Azokat zárható szemetesládába dobja ki a levételt követően.

Amennyiben saját készítésű, vagy más szövetmaszkot használ, helyezze a maszkot enyhén klóros (domestos stb.) vagy más fertőtlenítő vízbe, ebben áztassa 10 percig, mossa ki magas hőfokon (60-90 fok), szárítsa meg és lehetőség szerint vasalja ki az újabb viselés előtt!

Kézmosás, kézfertőtlenítés: A maszk eltávolítása után mossa meg a kezeit szappannal és meleg vízzel, vagy fertőtlenítse kezeit alkoholos kézfertőtlenítővel.

A fent leírt intézkedések kizárólag megfelelő személyes higiéniaiával, körültekintő, rendszeres kézmosással és a távolságtartási szabályok betartásával együtt érhetik el, hogy a járvány terjedési sebessége jelentősen lecsökkenjen.

GUMIKESZTYŰ HASZNÁLATI REND

Mindig ügyeljünk arra, hogy a gumikesztyű külső felét ne érintsük meg puszta kézzel. Ha a kesztyű kiszakad, akkor azonnal le kell azt cserélni.

A gumikesztyű felvétele:

A gumikesztyű felvétele előtt mindig gondoskodjunk kezeink tisztaságáról.

A gumikesztyű viselése:

Ügyeljünk rá, hogy a gumikesztyű viselése közben a kesztyű külső felülete ne érintkezessen a bőrünkkel. Ne nyúljunk vele a szemünkhöz, arcunkhoz vagy testünk egyéb felületéhez.

A gumikesztyű levétele:

Saját érdekünkben, a fertőzéstől való védelem céljából a kesztyűt úgy kell levennünk, hogy külső felszíne ne érintkezzen a kezünk bőrével. Ezért jobb kezünkkel megfogjuk a bal kesztyű mandzsettáját, és kifordítva a tenyerünk közepéig lehúzzuk úgy, hogy a kesztyű kifordult belső része túlérjen az ujjainkon. Ezzel megfogjuk a jobb kesztyű mandzsettáját, és ezt is kifordítva húzzuk le. Így csak a kesztyű belső felszíne érintkezhet a bőrünkkel.

A hulladékká vált gumikesztyű tárolása:

A levett gumikesztyűket egyből dobjuk ki, tetővel záródó szemetesben tároljuk.

FOKOZOTT JÁRVÁNYÜGYI VÉDEKEZÉSEL ÖSSZEFÜGGŐ EGYÉB EGÉSZSÉGVÉDELMI SZABÁLYOK

A klímahasználattal összefüggő tűz- és munkavédelmi szabályok, javaslatok

Általános tudnivalók

Ha koronavírus vagy más kórokozó kerül egy helyiségbe, a légáramba bekerülve a klímaberendezések keringtetik, szétosztják a potenciális kórokozókat a teljes rendszerben. Nem lesz több vírus, tehát **a klíma nem növeli a kórokozók számát, sőt a terhelt helyiségből egy jó részt el is szállít**, de szétosztja az egész rendszerben.

Abban az esetben, ha nem használják a berendezést, illetve az ingatlant – pl. be van zárva az iroda pár napig, vagy a hétvégére -, akkor is elveszti a fertőzésveszélyt, mert **néhány nap után már nem fertőznek ezek a vírusok**, maguktól elpusztulnak. Jó megoldás tehát „pihentetni” 2-3 napra a szobákat és berendezéseket.

Azokban a helyiségekben, ahol többen is dolgoznak **fontos a szellőztetés**, a nagyobb mértékű légcserre!

Ha az adott vírus magától X óra alatt pusztulna el, akkor a **klíma használata mellett is ugyanannyi idő alatt semlegesítődik. Több vírus nem lesz, és ha nem volt, akkor nem is keletkezik!** Ahol sűrűbben, nagyobb koncentrációban volt jelen a kórokozó, ott ritkábban lesz, hiszen a klíma nagyságrendekkel jobban átöblíti a helyiségek levegőjét.

A klímaberendezésekben előforduló szűrők miatt **a levegőben maradó vírusok száma akár csökkenhet is!** Bár a koronavírus mérete igen kicsi (0,6-1,4 µm), de a feltételezések szerint nagyobb cseppekhez kötődve száll a levegőben, így **több szűrő is alkalmas lehet a számuk csökkentésére.**

Legegyszerűbb, ha előkeressük **a készülékhez kapott használati útmutatót**, melyben részletes leírást találunk a készülék funkciójáról, így a szűrőkről is.

Lehet olyan szűrő, ami felfogja a kórokozókat, de tapasztalataink szerint ez nem jellemző, ismereteink szerint az Egyetemi épületekben sem ilyenek találhatóak.

Tűz-és munkavédelmi szakmai javaslatok

Mindezek alapján a következő ajánlást tesszük munkavédelmi és tűzvédelmi szempontok mérlegelésével:

Azon helyiségben, ahol nincs természetes szellőzés, és a környezeti hőmérséklet szabályozása szükséges (Tanreaktor, szerverszobák, laboratóriumok, műhelyek, mérőhelyiségek stb.) **nem mellőzhető a klímaberendezések használata a jelenlegi járványügyi helyzetben sem!** Ezen helyiségekben munkát végezni és tartózkodni a veszélyhelyzet idején **a szükséges védőeszközök használata mellett ajánlott** (gumikesztyű, légzésvédő arcmaszka, védőszemüveg), **továbbá a csak munka elvégzéséhez szükséges minimális időtartamig** tartózkodjon munkavállaló!

Irodahelyiségek klímáparamétereire vonatkozó szabályozást a 3/2002. (II. 8.) SzCsM-EüM együttes rendelet a munkahelyek munkavédelmi követelményeinek minimális szintjéről 2. számú mellékletének 1. számú táblázata tartalmaz. Ennek értelmében szellemi munkatevékenység esetén meleg évszakban **21-24 C fok biztosítandó.** A klímaberendezések kikapcsolásával azonban ez a követelmény még rendszeres szellőztetés mellett sem minden esetben tartható.

Az irodahelyiségek vonatkozásában tehát a javaslatunk, hogy a közös irodahelyiségekben a szükséges **minimális létszám tartózkodjon egy időben**, és ahol megoldható a **home office** (otthoni munkavégzés) **alkalmazása** javasolt.

Azon munkavállalók számára, akik zárt, több személyes irodahelyiségekben tudják csak a feladataikat ellátni, **gyakori szellőztetés, illetve a betűző napsugarak ellen sötétítő berendezések alkalmazása javasolt.** Ha a 24 C fokos határértéket meghaladja a hőmérséklet, a klímaberendezések alkalmazása helyett lehetséges alternatívát nyújthat a klímakörnyezet kedvezőtlen hatásainak kiküszöbölése céljából a következő munkaszervezési intézkedéseket megtétele:

- óránkénti 5-10 perc pihenőidő beiktatása
- védőital biztosítása a munkavállalók számára.

Ha mégis indokolt a **klímaberendezések használata** a magas hőmérséklet miatt, **a szükséges minimális időtartamig, szakaszos üzemeltetéssel** oldandó meg.

A munkavégzés céljából igénybe vett helyiségek, irodák, laboratóriumok, szerverszobák takarítása a járványügyi vészhelyzet ideje alatt **gyakrabban takarítandók, fertőtlenítendőek**.

Otthonról behozott ventilátorok/ klímakészülékek/fűtőberendezések használata szigorúan **tilos!** Minden fűtőberendezés használatát előzetesen engedélyeztetni kell a Vagyon és Intézménybiztonsági Osztállyal.

A munkavállalói részéről a higiéniai előírások fokozott betartása szükséges az alábbiak szerint:

- rendszeresen mossák és fertőtlenítsék a kezüket;
- zsebkendőbe tüsszentsenek, köhögjenek, ha erre nincs lehetőségük, akkor a könyökhajlatukba;
- szellőztessenek rendszeresen;
- tartsanak a lehető legnagyobb távolságot másoktól, a megszokott privát szférát kissé kitérítve;
- kerüljék a kézfogást és egyéb jellegű testi érintkezést (pl. ölelés);
- ne szálljanak be sokan együtt liftbe, gépjárműbe;
- az egyéb betegségeket (megfázás, influenza) is vegyék komolyan, mert ezek legyengítik az immunrendszert;
- amennyiben bármilyen tünetet - akut légzőszervi tünetek (köhögés és/vagy légszomj), láz (min. 38°C), esetleg ezeken kívül gyomorbántalmak, fáradékonyság - észlelnek magukon, családtagjaikon, vagy kollégáikon, kérjük, haladéktalanul értesítsék telefonon a háziorvosotokat, vagy a dedikált zöld számokat: 06-80-277-455 vagy 06-80-277-456;
- **bármely tünet észlelése esetén haladéktalanul hagyják el a munkaterületet.**