

- ▶ V primeru onesnaženja površin v prostoru s človeškimi izločki (urin, blato, izbruhanina ali druga telesna tekočina) najprej onesnaženo področje pokrijte z vpojnimi papirnatimi brisačami in prelijte z razkužilom za površine (sveže pripravljena 0,1 % raztopina natrijevega hipoklorita (varikina) – **Priloga 1**). Občutljive površine (npr. tkanine, ki bi jih razbarvali) očistite s 60–70 % etanolom in pustite učinkovati najmanj 10 minut.
- ▶ Po razkuževanju očistite onesnaženo področje po običajnem postopku.
- ▶ Pri čiščenju uporabljajte zaščitne rokavice za enkratno uporabo.
- ▶ Med čiščenjem prostor zračite (odprta okna).
- ▶ Papirnate brisače in rokavice za enkratno uporabo odložite v vreče za komunalne odpadke.
- ▶ Onesnaženo osebno in posteljno perilo skrbno položite v vrečko za umazano perilo.

- ▶ Temeljito si operite roke z vodo in tekočim milom ter uporabite papirnate brisače za temeljito sušenje rok. Osušene roke nato še razkužite.

#### 4. PREPREČEVANJE ŠIRJENJA

V času povečanega pojavljanja akutnih okužb dihal in drugih obolenj v DSO ne priporočamo izvajanje skupinskih aktivnosti.

## Navodila za preprečevanje akutnih okužb dihal za zaposlene v domovih za starejše (DSO) in drugih socialno-varstvenih zavodov (SVZ)



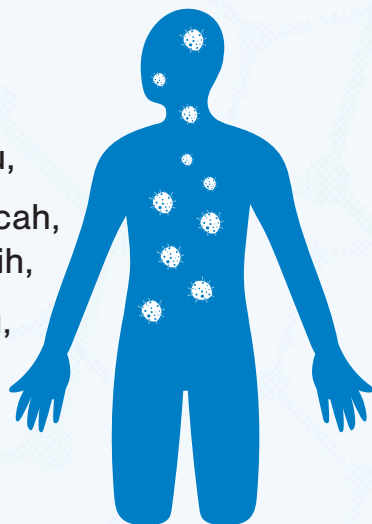
*Več informacij na spletni strani  
Nacionalnega inštituta za javno  
zdravje: [www.nijz.si](http://www.nijz.si).*

V času povečanega pojavljanja akutnih okužb dihal in drugih obolenj je pomembno, da v domovih za starejše, kjer prebivajo tudi varovanci s kroničnimi boleznimi, zmanjšamo tveganje za širjenje teh okužb med zaposlenimi in varovanci z upoštevanjem sledečih navodil.

## 1. SPREMLJANJE ZDRAVSTVENEGA STANJA ZAPOSLENIH

**Ostanite doma in se posvetujte s svojim osebnim zdravnikom, kadar imate:**

- ▶ povišano telesno temperaturo (38° C ali več),
- ▶ mrazenje,
- ▶ kašelj,
- ▶ glavobol,
- ▶ bolečine v žrelu,
- ▶ bolečine v mišicah, kosteh in sklepih,
- ▶ izcedek iz nosu,
- ▶ bruhanje,
- ▶ drisko.



## 2. UPOŠTEVANJE OSNOVNIH HIGIENSKIH NAČEL

**Zaposleni naj dosledno ravnajo:**

- ▶ Preden zakašljate ali kihnete si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom, ki ga nato odvrzite v koš za smeti.
- ▶ Če nimate robčka, zakašljajte/ kihnite v zgornji del rokava.
- ▶ Po kašljanju, kihanju in brisanju nosu si vedno razkužite roke, vsebnost etanola v razkužilu naj bo najmanj 60%.
- ▶ Roke si razkužite z etanolnim razkužilom pred vstopom v sobo, po odhodu iz sobe in ustanove.
- ▶ Roke si umijte z vodo in milom, kadar so vidno umazane.
- ▶ Z rokami se ne dotikajte oči, nosu ali ust, ker si lahko z različnih površin virus sami занesete v telo.
- ▶ Če tesen stik z obolelo osebo ni potreben, vzdržujte razdaljo 2 metra.
- ▶ Varovancu, ki kašlja ali kiha, za čas izvajanje nege in/ali oskrbe

namestite kirurško masko.

- ▶ Pri izvajanju zdravstvene nege in/ali oskrbe pri osebi, ki ima bolezenske znake, se zaščitite z ustrezno osebno varovalno opremo (predpasnik, rokavice za enkratno uporabo, kirurška maska tipa IIR).

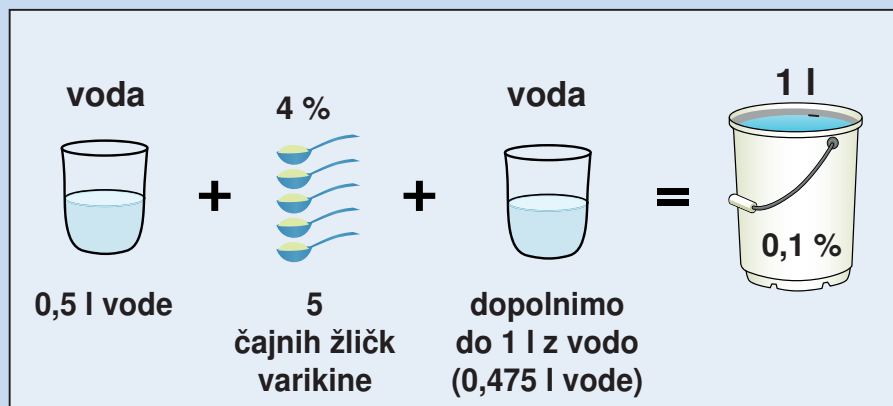
## 3. SPLOŠNA HIGIENSKA NAČELA NA DELOVNEM MESTU

**Izvajajte higieno v delovnem okolju:**

- ▶ Večkrat dnevno zračite zaprte prostore.
- ▶ Za čiščenje delovnih površin uporabite vodo in običajna čistilna sredstva.
- ▶ Večkrat očistite površine, ki se jih osebe pogosto dotikajo (npr. kljuke, pulti, vse dostopne površine sten in oken, straniščna školjka, pipe umivalnikov ipd.).
- ▶ Posteljino in drugo perilo perite na temperaturi 60° C z običajnim detergentom za perilo in ga posušite v sušilnem stroju ali ga prelikajte.

# PRIPRAVA RAZKUŽIL

## Praktični primer priprave 1 litra 0,1 % raztopine za razkuževanje s 4 % natrijevim hipokloritom (varikino)



## Praktični primer priprave 10 litrov 0,1 % raztopine za razkuževanje

V 10 litrsko posodo z oznakami za količino nalijemo vodo približno do polovice, nato vlijemo četrtilitra varikine ter dopolnimo z vodo do oznake za 10 litrov. Premešamo.

Svetujemo, da za dnevno uporabo pripravite vsak dan svežo raztopino za razkuževanje (0,1 % raztopino natrijevega hipoklorita) in da koncentrat natrijevega hipoklorita (npr. varikino) po uporabi vedno dobro zaprete.

Za občutljive površine lahko namesto natrijevega hipoklorita (varikine) uporabimo razkužilo, ki vsebuje 70 do 80 % etanol. Natrijev hipoklorit (do 5 %, varikina) in razkužila, ki vsebujejo etanol, so dostopna v prosti prodaji.

### Priprava 0,1 % raztopine za razkuževanje iz koncentrata natrijevega hipoklorita (varikine), ki vsebuje 4 % natrijevega hipoklorita:

Količina pripravljene raztopine za razkuževanje (L)	Količina 4 % koncentrata natrijevega hipoklorita (varikine) (ml)	Količina vode (L)
1	25	0,975
2	50	1,95
5	125	4,875
10	250	9,75

### Priprava 0,1 % raztopine za razkuževanje iz koncentrata natrijevega hipoklorita (varikine), ki vsebuje 5 % natrijevega hipoklorita:

Količina pripravljene raztopine za razkuževanje (L)	Količina 5 % koncentrata natrijevega hipoklorita (varikine) (ml)	Količina vode (L)
1	20	0,98
2	40	1,96
5	100 (1 deciliter)	4,9
10	200 (2 decilitra)	9,8

Čajna žlička  
5 millilitrov

Jedilna žlica  
15 millilitrov