

Skaidrojumi higiēnas algoritmam sociālās aprūpes centros Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai

Ar Covid-19 var būt inficēta jebkura persona, kurai ir akūta elpceļu infekcija neatkarīgi no smaguma pakāpes – pēkšņs slimības sākums un vismaz viens no šādiem simptomiem: paaugstināta temperatūra, klepus, rīkles iekaisums, elpas trūkums.

Personu ar apstiprinātu Covid-19 infekciju, kontaktpersonu vai akūtu elpceļu infekciju izvieto atsevišķā telpā (istabā) un, ja iespējams, telpu grupā (stāvs; korpuss; ēka). Telpā jābūt ar labu mehānisko ventilāciju vai atveramu logu.

Katras personas telpā nodrošināts atsevišķs sanitārais mezgls vai aprīkojums atbilstoši personas funkcionālajām spējām (piemēram, krēsls-tualete, nepieciešamības gadījumā arī sēdpošs). Ja tas nav iespējams, tad jānodrošina koplietošanas sanitāro mezglu ar ierīkotu ventilāciju vai atveramu logu. Sanitārajās telpās ir izlietne ar tekošu auksto un karsto ūdeni.

Ēdināšanu nodrošināt katrai personai individuāli – telpā (istabā).

Ja telpā atrodas cita persona, slimniekam ir jālieto sejas maska, lai samazinātu elpceļu sekrētu pilienu izplatīšanos.

Personai, kura veic slimnieka aprūpi, jālieto IAL, jālieto IAL (dzeltenais komplekts):

- medicīniskā maska;
- aizsargbrilles vai sejas aizsegs;
- virsvalks/halāts no ūdens necaurlaidīga materiāla un ūdensnecaurlaidīgu priekšautu;
- cimdi.

Uzkopjot telpas, savācot netīro veļu, atkritumus, kas saistīti ar Covid-19 slimniekiem, darbiniekam jālieto IAL. Minimālais IAL komplekts ir:

- ķirurģiskā maska;
- aizsargbrilles vai sejas ekrāns,
- virsvalks/halāts no ūdens necaurlaidīga materiāla vai virsvalks/halāts ar garām piedurknēm no ūdens caurlaidīga materiāla ar ūdensnecaurlaidīgu priekšautu;
- cimdi ar pagarinātu manšeti/ saimniecības gumijas cimdi;
- ūdens necaurlaidīgi zābaki vai noslēgti darba apavi (gumijas vai cita materiāla).

IAL novelk pirms izejas no pacienta istabas vai zonas, izmet bīstamo atkritumu tvertnē.

Roku higiēna pirms kontakta ar pacientu, pēc saskares ar pacienta bioloģiskajiem šķidrumiem, pēc kontakta ar pacientu, pēc kontakta ar pacienta aprīkojumu, pirms un pēc IAL lietošanas.

Medicīnas ierīces (piemēram, termometrs, fonendoskops, pulsa oksimētrs u.c.) lieto tikai infekciozam pacientam un glabā izolācijas telpā vai izolācijas zonā. Pirms lietošanas citiem pacientiem tās dezinficē, ja nav iespējams dezinficēt, izmet infekciozos atkritumos.

Telpā, kur uzturas slimnieks, regulāri veikt telpu mitro uzkopšanu un dezinfekciju. Telpu un virsmu mitro uzkopšanu veic vismaz 2 reizes dienā, izmantojot dezinfekcijas līdzekļus. Pastiprināta uzmanība jāpievērš priekšmetiem un virsmām, kam inficētais slimnieks ir pieskāries (rokturi, gaismas slēdži, krāni, galda virsmas, gultas malas).

Dezinfekcijai tiek rekomendēts izmatot 70 % etanola šķīdumu vai 0,5% nātrija hipohlorīta šķīdumu kā arī citus dezinfekcijas līdzekļus, kas ir efektīvi pret apvalkotajiem vīrusiem (t. sk. koronavīrusiem), piemēram, 50% izopropanolu saturošus līdzekļus.

Telpu uzkopšanā izmanto atsevišķu inventāru.

Traukus kārtīgi mazgā un apstrādā ar karstu ūdeni (+70°C). Ja ir pieejams, labāk traukus mazgāt trauku mazgājamā mašīnā augstas temperatūras režīmā.

Slimnieka netīro veļu un gultas veļu savākt rūpīgi, to nepurinot un nepiespiežot pie apģērba. Mazgāt veļas mašīnā ar veļas mazgāšanas līdzekli +60 – 90°C (vēlams 90°C vai karstākajā temperatūrā, kādu auduma veids pieļauj) temperatūras režīmā. Kārtīgi izžāvēt. Nodrošināt atsevišķu (veselo un saslimušo personu) veļas savākšanu un mazgāšanu.

Bieži vēdināt telpas – vismaz reizi stundā 10 min (ziemā – 5 min).

Atkritumu savākšanai nodrošināt tvertni ar vāku un pedāli un vienreizlietojamo maisu. Sadzīves atkritumus nodala no inficētās personas radītajiem atkritumiem.

Vienreizlietojamās maskas un respiratorus un citus IAL ir jāsavāc kā bioloģiski bīstamos atkritumus atsevišķā marķētā konteinerā un pirms izmešanas ir jādezinficē ar hloru saturošiem līdzekļiem 0.5 % koncentrācijā vai citiem līdzekļiem ar pierādītu iedarbību uz koronavīrusiem vai jāutilizē kā bīstamie atkritumi.

TELPAS, TO APRĪKOJUMS

Personu ar apstiprinātu Covid-19 infekciju, kontaktpersonu vai akūtu elpceļu infekciju **izviesto atsevišķā telpā** (istabā) un, ja iespējams, telpu grupā (stāvs; korpuss; ēka). Ēdināšanu nodrošināt katrai personai individuāli – telpā (istabā).

Telpā jābūt ar labu mehānisko ventilāciju vai atveramu logu.

Mehāniskā ventilācijas sistēma:

- ventilācijas sistēma ir lokāla, nenotiek gaisa apmaiņa ar citām mītnes telpām;
- mehāniskā ventilācijas sistēma nav lokāla un pastāv risks gaisam sajaukties,- šādu nepieciešams atslēgt.
- tualetei un vannas istabai - atsevišķa lokālā gaisa nosūces sistēma.

Katrai personas telpā nodrošināts atsevišķs sanitārais mezgls vai aprīkojums atbilstoši personas funkcionālajām spējām (piemēram, krēsls-tualete, nepieciešamības gadījumā arī sēdpodis). Ja tas nav iespējams, tad jānodrošina koplietošanas sanitāro mezglu ar ierīkotu ventilāciju vai atveramu logu. Sanitārajās telpās ir izlietne ar tekošu auksto un karsto ūdeni.

Papildus informācija šeit: <https://www.vi.gov.lv/lv/rekomendacijas-dazadu-veidu-eku-vai-telpu-pielagosanai-gan-iedzivotaju-pasizolacijai-gan-covid-19-slimnieku-ar-veiglu-slimibas-gaitu-izmitinasanai> un <https://www.vi.gov.lv/lv/jaunums/telpu-vedinasana-covid-19-infekcijas-izplatibas-riska-mazinasanai>

PERSONĪGĀ HIGIĒNA

Ja telpā atrodas cita persona, slimniekam ir jālieto sejas maska, lai samazinātu elpceļu sekrētu pilienu izplatīšanos.

Personai, kura veic slimnieka aprūpi, jālieto IAL:

- medicīniskā maska;
- aizsargbrilles vai sejas aizsegs;
- virsvalks/halāts no ūdens necaurlaidīga materiāla un ūdensnecaurlaidīgu priekšautu;
- cimdi.

Uzkopjot telpas, savācot netīro veļu, atkritumus, kas saistīti ar Covid-19 slimniekiem, darbiniekam jālieto IAL:

- ķirurģiskā maska;
- aizsargbrilles vai sejas ekrāns,
- virsvalks/halāts no ūdens necaurlaidīga materiāla vai virsvalks/halāts ar garām piedurknēm no ūdens caurlaidīga materiāla ar ūdensnecaurlaidīgu priekšautu;
- cimdi ar pagarinātu manšeti/ saimniecības gumijas cimdi;
- ūdens necaurlaidīgi zābaki vai noslēgti darba apavi (gumijas vai cita materiāla).

IAL novelk pirms izejas no pacienta istabas vai zonas, izmet bīstamo atkritumu tvertnē.

Roku higiēna pirms kontakta ar pacientu, pēc saskares ar pacienta bioloģiskajiem šķidrumiem, pēc kontakta ar pacientu, pēc kontakta ar pacienta aprīkojumu, pirms un pēc IAL lietošanas.

TELPU UZKOPŠANA UN DEZINFEKCIJA

Telpā, kur uzturas slimnieks, regulāri veikt telpu mitro uzkopšanu un dezinfekciju. Telpu un virsmu mitro uzkopšanu veic vismaz 2 reizes dienā, izmantojot dezinfekcijas līdzekļus. Pastiprināta uzmanība jāpievērš priekšmetiem un virsmām, kam inficētais slimnieks ir pieskāries (rokturi, gaismas slēdži, krāni, galda virsmas, gultas malas).

Dezinfekcijai tiek rekomendēts izmatot 70 % etanola šķīdumu vai 0,5% nātrija hipohlorīta šķīdumu kā arī citus dezinfekcijas līdzekļus, kas ir efektīvi pret apvalkotajiem vīrusiem (t.sk. koronavīrusiem), piemēram, 50% izopropanolu saturošus līdzekļus.papildus informācija šeit: <https://www.vi.gov.lv/lv/informacija-par-dezinfekcijas-lidzekliem-covid-19-pandemijas-laika> un šeit: <https://www.vi.gov.lv/lv/jaunums/par-telpu-un-virsmu-dezinfekciju-covid-19-pandemijas-laika>

Telpu uzkopšanā izmanto atsevišķu inventāru.

Traukus kārtīgi mazgā un apstrādā ar karstu ūdeni (+70°C). Ja ir pieejams, labāk traukus mazgāt trauku mazgājamā mašīnā augstas temperatūras režīmā.

Slimnieka netīro veļu un gultas veļu savākt rūpīgi, to nepurinot un nepiespiežot pie apģērba. Mazgāt veļas mašīnā ar veļas mazgāšanas līdzekli 60 – 90°C (vēlams 90°C vai karstākajā temperatūrā, kādu auduma veids pieļauj) temperatūras režīmā. Kārtīgi izžāvēt. Nodrošināt atsevišķu (veselo un saslimušo personu) veļas savākšanu un mazgāšanu

Atkritumu savākšanai nodrošināt tvertni ar vāku un pedāli un vienreizlietojamo maisu. Sadzīves atkritumus nodala no inficētās personas radītajiem atkritumiem.

Vienreizlietojamās maskas un respiratorus un citus IAL ir jāsavāc kā bioloģiski bīstamos atkritumus atsevišķā marķētā konteinerā un pirms izmešanas ir jādezinficē ar hloru saturošiem līdzekļiem 0.5 % koncentrācijā vai citiem līdzekļiem ar pierādītu iedarbību uz koronavīrusiem vai jāutilizē kā bīstamie atkritumi.

PLĀNA PARAUGS

APSTIPRINU

Tīrīšanas – dezinfekcijas plāns SAC

Telpās personām ar apstiprinātu Covid-19 infekciju, kontaktpersonu vai akūtu elpceļu infekciju

KO?	AR KĀDIEM LĪDZEKĻIEM?	KĀDĀ VEIDĀ?	KAD? CIK BIEŽI?
INDIVIDUĀLIE AIZSARDZĪBAS LĪDZEKĻI (IAL)		Uzkopjot telpas, savācot netīro veļu, atkritumus, kas saistīti ar Covid-19 slimniekiem, darbiniekam jālieto IAL. Minimālais IAL komplekts ir: <ul style="list-style-type: none">– ķirurģiskā maska;– aizsargbrilles vai sejas ekrāns,– virsvalks/halāts no ūdens necaurlaidīga materiāla vai virsvalks/halāts ar garām piedurknēm no ūdens caurlaidīga materiāla ar ūdensnecaurlaidīgu priekšautu;– cimdi ar pagarinātu manšeti/ saimniecības gumijas cimdi;– ūdens necaurlaidīgi zābaki vai noslēgti darba apavi (gumijas vai cita materiāla).	IAL novelk pirms izejas no pacienta istabas vai zonas, izmet bīstamo atkritumu tvertnē.
PERSONĀLA ROKAS	Šķidrās ziepes Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none">– Samitrināt rokas zem tekoša ūdens;– Uzpilināt ziepes, saputot;– Noskalot zem tekoša ūdens;– Noslaucīt papīra dvielī;– Roku apstrāde ar spirtu saturošiem dezinfekcijas līdzekļiem.	<ul style="list-style-type: none">– Pirms darba uzsākšanas– Pēc tualetes apmeklējuma– pirms kontakta ar pacientu,– pēc saskares ar pacienta bioloģiskajiem šķidrumiem,– pēc kontakta ar pacientu,– pēc kontakta ar pacienta aprīkojumu,– pirms un pēc IAL lietošanas.
MEDICĪNAS IERĪCES (termometrs, fonendoskops, pulsa oksimētrs u.c.)	Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none">- Lieto tikai infekciozam pacientam un glabā izolācijas telpā vai izolācijas zonā.- Pirms lietošanas citiem pacientiem tās dezinficē,- Ja nav iespējams dezinficēt, izmet infekciozos atkritumos.	<ul style="list-style-type: none">- Pirms lietošanas citiem pacientiem

<p align="center">GRĪDAS (VISĀS TELPĀS)</p>	<p>Mazgāšanas līdzeklis Dezinfekcijas līdzeklis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Uzkopšana pa zonām, izmantojot atsevišķu attiecīgi marķētu uzkopšanas inventāru, - Pagatavot darba šķīdumu, atbilstoši mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļa lietošanas instrukcijai. 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 reizes dienā - Dezinfekcijai tiek rekomendēts izmatot 70 % etanola šķīdumu vai 0,5% nātrija hipohlorīta šķīdumu kā arī citus dezinfekcijas līdzekļus, kas ir efektīvi pret apvalkotajiem vīrusiem (t. sk. koronavīrusiem), piemēram, 50% izopropanolu saturošus līdzekļus.
<p>GALDI, KRĒSLI, CITAS VIRSMAS (rokturi, gaismas slēdži, krāni, galda virsmas, gultas malas)</p>	<p>Mazgāšanas līdzeklis Dezinfekcijas līdzeklis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pagatavo darba šķīdumu šim nolūkam paredzētā traukā un izmantojot atbilstošu sūkli/ lupatiņu - Pagatavot darba šķīdumu, atbilstoši mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļa lietošanas instrukcijai. 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 reizes dienā
<p align="center">TUALETES APRĪKOJUMS</p>	<p>Mazgāšanas līdzeklis</p>	<p>Klozetpodu iekšpusi un izlietnes ar mazgāšanas līdzekli - uzliet līdzekli uz virsmas, uzvilkt gumijas cimds, pēc 10 – 15 min virsmu tīra ar birsti, noskalo ar ūdeni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 2 reizes dienā
	<p>Dezinfekcijas līdzeklis</p>	<p>Sēdvirsmas, ūdens tvertnes pogas, kabīņu rokturi, ūdens krāni - pagatavot darba šķīdumu, atbilstoši mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļa lietošanas instrukcijai - izsmidzināt uz virsmas, ļauj nožūt (vai pēc 15 min) noskalo ar tīru ūdeni</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 2 reizes dienā
<p align="center">ĢENERĀLĀ TĪRĪŠANA</p>	<p>Mazgāšanas/dezinfekcijas līdzeklis</p>	<p>Papildus ikdienas uzkopšanas darbiem: - Atbīdīt mēbeles; - Radiatorus; - Sienas, durvis, logus, aizkarus. - Gaismas ķermeņus.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Katra mēneša pēdējā ceturtdiena
<p align="center">GULTAS VEĻA, DVIELI</p>	<p>Mazgāšanas līdzeklis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Netīro veļu savāc speciālā maisā un nodod veļas mazgātavā; - Slimnieka netīro veļu un gultas veļu savākt rūpīgi, to nepurinot un nepiespiežot pie apģērba. - Mazgāt veļas mašīnā ar veļas mazgāšanas līdzekli 60 – 90°C (vēlams 90°C vai karstākajā temperatūrā, kādu auduma veids pieļauj) temperatūras režīmā. - Kārtīgi izžāvēt. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 reizi nedēļā - Kad gultas veļa ir netīra

		<ul style="list-style-type: none"> - Nodrošināt atsevišķu (veselo un saslimušo personu) veļas savākšanu un mazgāšanu. 	
VIRTUVES TRAUKI	Trauku mazgājamais līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Zem tekoša ūdens attīra traukus no ēdiena atliekām. - Uzpilināt uz trauku mazgājamā sūklīša pilienu mazgāšanas līdzekli, traukus saputo, rūpīgi noskalo zem tekoša ūdens. Traukus kārtīgi mazgā un apstrādā ar karstu ūdeni (+70°C). - Ja ir pieejams, labāk traukus mazgāt trauku mazgājamā mašīnā augstas temperatūras režīmā. - Žāvē 	<ul style="list-style-type: none"> - Pēc katras ēdienreizes
	Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Pagatavot darba šķīdumu, iemērc pilnībā nosedzot traukus, ievēro ekspozīcijas laiku. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pēc nepieciešamības un saskaņā ar līdzekļa lietošanas instrukciju
ATKRITUMU TVERTNES	Mazgāšanas līdzeklis Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Atkritumu savākšanai nodrošināt tvertni ar vāku un pedāli un vienreizlietojamo maisu. - Pagatavot darba šķīdumu, atbilstoši mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļa lietošanas instrukcijai - Ļauj izžūt. - Sadzīves atkritumus nodala no inficētās personas radītajiem atkritumiem 	<ul style="list-style-type: none"> - Pēc katras iztukšošanas, bet ne retāk kā 1 reizi dienā
BĪSTAMIE ATKRITUMI (vienreizlietojamās maskas, respiratori u.c. IAL)	Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Atsevišķs marķēts konteiners - Atkritumus pirms izmešanas dezinficē ar hloru saturošiem līdzekļiem 0.5 % koncentrācijā vai citiem līdzekļiem ar pierādītu iedarbību uz koronavīrusiem vai jāutilizē kā bīstamie atkritumi. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 reizi dienā
UZKOPŠANAS INVENTĀRS (lupatas, sūkļi, spaiņi)	Mazgājamais līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Atšķaidīt koncentrātu ar ūdeni. - Iemērkāt ūdenī un izmazgāt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pēc katras lietošanas
	Dezinfekcijas līdzeklis	<ul style="list-style-type: none"> - Pagatavot darba šķīdumu, atbilstoši dezinfekcijas līdzekļa lietošanas instrukcijai - Iemērkāt šķīdumā uz 15 min 	<ul style="list-style-type: none"> - Dienas beigās