

APROBAT
DIRECTOR
Eugenia Madalina BRATU



Instructiune proprie
Privind măsurile de protecție împotriva riscurilor de expunere la COVID 19
Revizuite 19.05.2020

În vederea aplicării prevederilor Legii securității și sănătății în muncă nr.319/2006, având în vedere activitatea desfășurată de către toți angajații OCPI MEHEDINȚI, susceptibilă să prezinte un risc de expunere la coronavirus trebuie cunoscute următoarele aspecte:

Ce este un coronavirus?

Coronavirusurile sunt o familie mare de virusuri, ce pot îmbolnăvi atât animalele, cât și oamenii. Coronavirusurile ce afectează oamenii sunt cunoscute pentru faptul că provoacă infecții respiratorii, de la răceli obișnuite la boli mai grave, precum Sindromului Respirator din Orientul Mijlociu (MERS) și Sindromul Acut Respirator Sever (SARS). Cel mai recent coronavirus descoperit provoacă maladia infecțioasă COVID-19.

Ce este COVID-19?

COVID-19 este o boală infecțioasă cauzată de coronavirusul recent descoperit. Acest virus, precum și boala, au fost necunoscute până la epidemia ce a izbucnit în Wuhan, China, în decembrie 2019.

Care sunt simptomele COVID-19?

Cele mai des întâlnite simptome ale COVID-19 sunt febra, oboseala și tusea uscată. Unii pacienți pot prezenta dureri, congestie nazală, nas curgător, dureri în gât sau diaree. Aceste simptome sunt de obicei ușoare și încep treptat. Unele persoane se infectează, dar nu dezvoltă niciun simptom și se simt bine. Majoritatea oamenilor (aproximativ 80%) s-au tratat fără un tratament special. Aproximativ 1 din 6 persoane cu COVID-19 devine grav bolnavă și prezintă dificultăți de respirație. Persoanele în vârstă, precum și cele cu probleme medicale, cum ar fi hipertensiunea arterială, probleme cardiace sau diabet, sunt mai susceptibile să dezvolte o evoluție mai gravă a bolii. Aproximativ 2% dintre persoanele bolnave au decedat. Persoanele cu febră, tuse și dificultăți de respirație trebuie să solicite ajutor medical.

Cum se răspândește COVID-19?

Oamenii se pot infecta cu COVID-19 de la alte persoane care au virusul. Boala se poate răspândi de la o persoană la alta prin picături mici nazale sau din gură, care sunt răspândite

atunci când o persoană cu COVID-19 tușește sau expiră. Aceste picături aterizează pe obiecte și suprafețe din jurul persoanei. Alte persoane pot să contracteze COVID-19 atingând aceste obiecte sau suprafețe, apoi atingându-și ochii, nasul sau gura. Oamenii pot, de asemenea, să contracteze COVID-19 dacă respiră picături de la o persoană cu COVID-19 care tușește sau expiră picături. Acesta este motivul pentru care este important să fie păstrată distanța de mai mult de 1 metru de la o persoană bolnavă.

Măsuri de protecție pentru FIECARE

- **Spalați-vă des pe mâini cu o soluție pentru mâini pe bază de alcool sau cu săpun și apă cel puțin 20 de secunde.**

De ce? Spălatul pe mâini cu o soluție de mâini pe bază de alcool sau cu săpun ucide virusul, dacă acesta se află pe mâinile voastre.

- **Mențineți distanța socială – mențineți distanța de cel puțin 1,5 metri față alte persoane, mai ales față de cele care tușesc, strănută și au febră.**

De ce? Atunci când persoana infectată cu o boală respiratorie, cum ar fi COVID-19, tușește sau strănută, ea proiectează picături mici care conțin virusul. Dacă sunteți prea aproape puteți inhala virusul.

- **Nu vă atingeți gura, nasul și ochii cu mâna.**
- **De ce?** Mâinile se ating de multe suprafețe care pot fi contaminate cu virus. Dacă vă atingeți ochii, nasul sau gura cu mâinile contaminate, puteți transfera virusul de pe suprafață în corp.
- **Asigurați-vă că și dvs. și oamenii din jurul dvs. urmați o igienă respiratorie bună. Aceasta înseamnă să vă acoperi gura și nasul cu un șervețel sau să strănutați și să tușiți în pliul cotului. Apoi aruncați imediat șervețelul folosit.**

De ce? Picăturile răspândesc virusul. Urmând o igienă respiratorie bună, protejezi oamenii din jurul tău de virusuri, cum ar fi răceala, gripa și COVID-19.

Limitarea contactului cu alte persoane la maximum 15 minute, la o distanță de minimum 1,5 m;

- *Purtați măștile de protecție care să acopere nasul și gura la locurile de muncă organizate de angajator;*
- *Schimbați echipamentul de protecție utilizat în drum spre locul de muncă (mască și mănuși) cu un echipament nou;*
- *Acceptați verificarea temperaturii corporale la intrarea în sediu, la începutul programului și ori de câte ori revieniți în sediu;*

- *Extrase de carte funciară pentru informare online: ePay.ancpi.ro*

- *Înștiințați imediat angajatorul dacă prezințați, la începutul sau în timpul programului de lucru, simptome ale infectării cu virusul SARS CoV-2 (tuse, strănut, rinoree, dificultăți respiratorii, febră, stare generală alterată);*
- *Rămâneți la domiciliu dacă, înainte începerii programului de lucru, prezințați simptome ale infectării cu virusul SARS-CoV-2 și anunțați angajatorul cu privire la acest lucru;*
- *Contactați, imediat, medicul de medicină a muncii responsabil al unității/medicul de familie sau, în cazul în care starea este gravă, serviciul unic de urgență 112;*
- *În cazul carantinei instituționalizate, revenirea la serviciu se va face cu adeverința pentru concediu medical, eliberată în baza avizului epidemiologic emis de către direcția de sănătate publică din județul Harghita,*
- *se va întrerupe orice contact între angajator/angajat/alte persoane aflate în incinta instituției și persoana simptomatică;*
- *Dezinfectați spațiul de lucru și obiectele necesare activității proprii;*
- *Evitați staționarea în spațiile comune;*
- *Aerisiți frecvent (minimum o dată pe zi) spațiul închis în care vă desfășurați activitatea;*
- *Evitați, pe cât posibil, comunicarea prin intermediul documentelor tipărite, atât în interiorul, cât și în exteriorul unității/instituției, pentru a limita contactul direct între persoane.*

**Respectați toate instrucțiunile prevăzute în planul de prevenire și protecție și instrucțiunile proprii de securitate și sănătate în muncă întocmite de către angajator pentru prevenirea răspândirii coronavirusului SARS CoV-2;*

*Intocmit lucrător desemnat SSM-membru CSSM,
NICOLAE CIOBANU*

