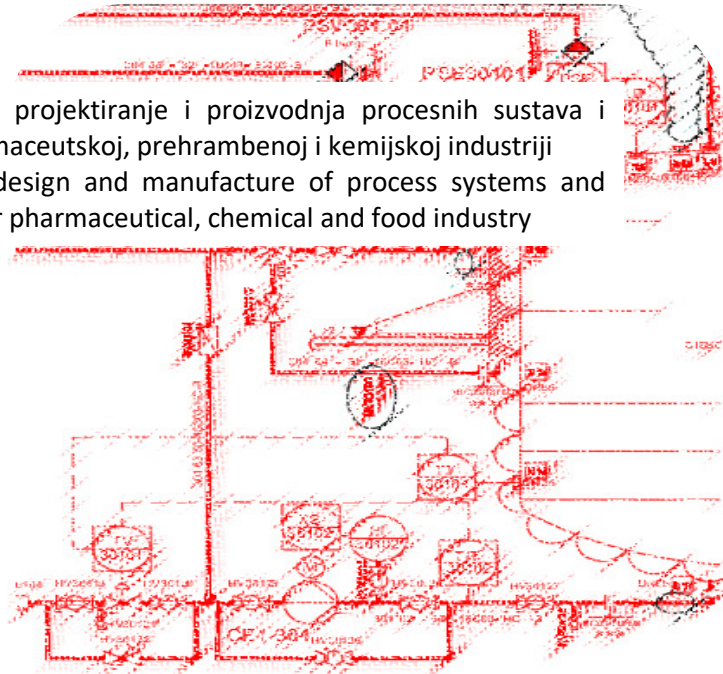
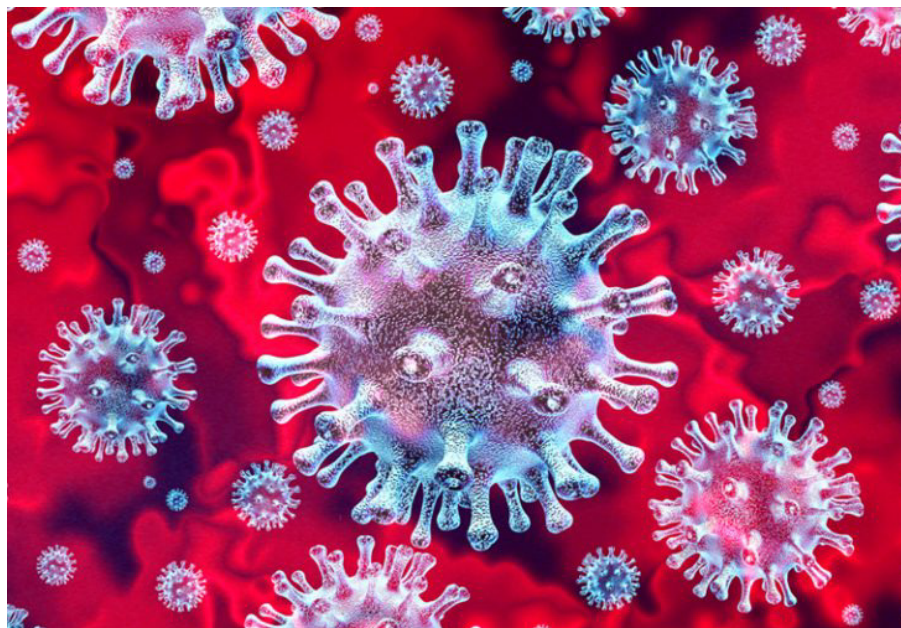




Uputa za radnike i ovlaštenike poslodavca za zaštitu od infekcije novim coronavirusom (SARS-CoV-2; COVID-19)



Zagreb, 16.03.2020.

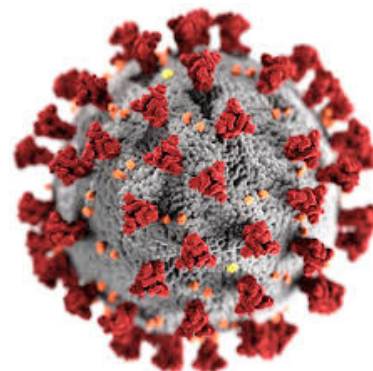
Sadržaj

1. UVOD	3
2. PUT PRIJENOSA BOLESTI I SIMPTOMI	3
Sumnja na bolest kod radnika	4
3. POSTUPANJE S OBOLJELIMA I NJIHOVIM KONTAKTIMA.....	4
Specifične mjere zaštite	5
4. JAČANJE MJERA ZA OTKRIVANJE AKUTNE RESPIRATORNE INFEKCIJE (ARI) ZBOG COVID-19	5
5. DEZINFEKCIJA VOZILA.....	6
6. KAKO PRILAGODITI SVAKODNEVNI ŽIVOT U HRVATSKOJ	7
7. BROJEVI DEŽURNIH EPIDEMIOLOŠKIH SLUŽBI PO ŽUPANIJAMA.....	14
8. ČIŠĆENJE, DEZINFEKCIJA I UPRAVLJANJE OTPADOM	15
9. ZAHVAĆENA PODRUČJA	15
10. LITERATURA	17

1. UVOD

Koronavirusi su virusi iz potporodice Orthocoronavirinae, porodice Coronaviridae i reda Nidovirales. Obavijeni su jednolančanim, pozitivno usmjerenim RNA genomom i spiralno simetričnim nukleokapsidom. Veličina genoma je između 26 i 32 kilobaze – najveća za neki RNA virus.

Naziv "koronavirus" dolazi od latinske riječi corona, čije je značenje "kruna" ili "aureola", a odnosi se na karakteristični izgled virusnih čestica (viriona): imaju obod koji podsjeća na krunu.



2. PUT PRIJENOSA BOLESTI I SIMPTOMI

Vrlo vjerojatno se bolest prenosi tijekom bliskog kontakta, kapljičnim putem (izravan kontakt s izlučevinama bolesnika) i inhalatorno (udisanjem aerosola koji nastaje pri medicinskim ustanovama). Nije poznato u kojoj mjeri postoji mogućnost prijenosa zaraze fekalno probavni sustav prljavim rukama, zagađenom hranom ili vodom), spolnim putem ili putem krvi. Zabilježeni simptomi su povišena tjelesna temperatura, kašalj, otežano disanje, bolovi u mišićima te umor i opća slabost.



Bliski kontakt uključuje sljedeće:

- Izravan fizički kontakt s oboljelim. Boravak u blizini oboljeloga na udaljenosti manjoj od 1 metar u trajanju duljem od 15 minuta
- Izloženost u zdravstvenoj ustanovi, uključujući direktnu skrb za oboljele od COVID-19, rad sa zdravstvenim radnicima zaraženim s novim koronavirusom, posjet bolesnicima ili boravak u istom bliskom okruženju s oboljelim od COVID-19 bez korištenja osobne zaštitne opreme
- Rad u neposrednoj blizini ili dijeljenje istog zatvorenog prostora (kao što su učionice, poslovni uredi, čekaonice, dvorane za sastanke i drugi zatvoreni prostori) s oboljelim od COVID-19 trajanju duljem od 15 minuta

- Putovanje zajedno s oboljelim od COVID-19 u bilo kojem prijevoznom sredstvu
- Dijeljenje istog kućanstva s oboljelim od COVID-19

Brojevi telefona Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo za građane na temu koronavirusa:

091 468 30 32 i 099 468 30 01.

Dostupni su za svaki radni dan od 8 do 22 sata te subotom i nedjeljom od 8 do 14 sati.

Sumnja na bolest kod radnika

Ukoliko osoba ima sumnju da je bila u kontaktu s izvorom koronavirusa te počne pokazivati znakove bolesti dišnog sustava (kašalj, teškoće disanja ili visoku temperaturu), o tome mora obavijestiti stručnjaka zaštite na radu kod poslodavca ili drugu odgovornu osobu poslodavca radi poduzimanja mjera zaštite zdravlja ostalih zaposlenika. Osoba sa sumnjom zaraze COVID-19, mora potražiti liječničku pomoć na način da obavijesti svog liječnika obiteljske medicine, dežurnog epidemiologa u nadležnom zavodu za javno zdravstvo ili nadležnu bolnicu te otiđe na pregled prema dogovoru sa liječnikom. Stručnjak zaštite na radu ili druga odgovorna osoba poslodavca odmah mora kontaktirati nadležnog epidemiologa prema tablici u ovom letku – stranica 14.

3. POSTUPANJE S OBOLJELIMA I NJIHOVIM KONTAKTIMA

Oboljelima koji dolaze iz zahvaćenih područja neophodna je hospitalizacija i mora ih se tretirati kao zaražene osobe dok se zaraza ne isključi mikrobiološkom obradom. Za zdrave osobe koje su bliski kontakt oboljeloga od koronavirusa predviđena je aktivni zdravstveni nadzor (svakodnevno mjerenje temperature i javljanje teritorijalno nadležnom epidemiologu) kroz 14 dana. Ukoliko nije moguće organizirati samoizolaciju kod kuće, neophodan je boravak u organiziranoj karanteni. To je za sada najbliža bolnica u kojoj je organizirana karantena. Radnicima koji su u samoizolaciji kao i osobama na liječenju, izostanak s radnog mjesta tretira se kao privremena nesposobnost za rad (bolovanje).

Opće mjere zaštite

U svrhu čim uspješnije prevencije zaraze na radnim mjestima potrebno je:

- održavati udaljenost od najmanje jednog metra između ljudi u razgovoru te prilikom socijalnih interakcija, izbjegavati bliski kontakt sa svima koji pokazuju simptome respiratornih bolesti poput kašlja i kihanja pridržavati se higijenskih mjera, posebice ako rad zahtijeva kontinuirani kontakt sa drugim osobama tijekom pretežitog dijela ili tijekom cijelog radnog vremena:
- češće pranje ruku koje obuhvaća higijenskog gela na kraju pranja ruku,
- u situacijama kada nije moguće pranje ruku, održavati higijenu uporabom higijenskog gela koji sadrži 70% alkohola
- prekrivanje usta i nosa prilikom kašljanja i kihanja sprječava daljnje širenje i kontaminacija) ili kašljanje u papirnatu maramicu koju je odmah potom potrebno baciti u zatvoreni koš za smeće te nakon toga oprati ruke, u slučaju lošeg osjećanja, temperature ili kašlja ne dolaziti na posao već se javiti nadležnom liječniku obiteljske medicine.

Stoga je iznimno važno da s rukama koje nisu čiste ne dirate lice ili trljate oči.

Specifične mjere zaštite

Povratak radnika s puta iz zahvaćenih područja, postupanje sa zdravima

Odlukom Kriznog stožera Ministarstva zdravstva provodi se zdravstveni nadzor nad putnicima koji dolaze iz Kine. Osobe koje dolaze iz područja u kojima je žarište infekcije (Kina, Južna Koreja, Italija – Veneto i Lombardia i dr.) i koje su zdrave, stavljaju se pod zdravstveni nadzor (javljanje zdravstvenog stanja teritorijalno nadležnom epidemiologu) u samoizolaciji na temelju rješenja graničnog sanitarnog inspektora o podvrgavanju zdravstvenom nadzoru. Osobe koje su bile u kontaktu s njima (članovi obitelji područja u kojima je žarište infekcije) mogu se kretati bez ograničenja u školu i na posao

Osobama koje su zdrave, u RH dolaze poslovno ili turistički i ne mogu se staviti u samoizolaciju, kretanje im ne može ograničiti sve dok ne razviju simptome bolesti. Na temelju rješenja graničnog sanitarnog inspektora moraju se svakodnevno javljati nadležnom epidemiologu. Do daljnjeg se ne preporuča odlazak stanovništva na bilo kakva putovanja u navedena rizična područja.

4. JAČANJE MJERA ZA OTKRIVANJE AKUTNE RESPIRATORNE INFEKCIJE (ARI) ZBOG COVID-19

Tvrtka Nicro **zabranjuje** ulazak u prostorije tvrtke ukoliko posjetitelj identificiran kao simptomatski i/ili bliski kontakt slučaja novog koronavirusa 2019. (COVID-19).

Prema ECDC-u, bliski kontakti su:

- osoba koja živi u istom kućanstvu kao slučaj COVID-19
- osoba koja je imala direktni fizički kontakt sa slučajem COVID-19 (npr. rukovanje)
- osoba koja je imala nezaštićeni direktni kontakt s infektivnim sekretom slučaja COVID-19 (npr. ako se kašljalo na nju, ako je koristila korištene papirnate maramice golim rukama)
- osoba koja je imala kontakt licem u lice sa slučajem COVID-19 unutar 2 metra i > od 15 minuta
- Osoba koja je bila u zatvorenom prostoru (npr. učionica, soba za sastanke, čekaonica u bolnici itd.) sa slučajem COVID-19 - 15 minuta ili dulje i na udaljenosti od manje od 2 metra
- zdravstveni djelatnik ili neka druga osoba koja pruža direktnu skrb za slučaj COVID-19 ili djelatnici u laboratoriju koji obrađuju uzorke slučaja COVID-19 bez preporučene opreme za osobnu zaštitu (OZO) ili koji eventualno krše propise vezano uz korištenje opreme za osobnu zaštitu, i tome sl.

Prema ECDC-u, [definicija](#) sumnjivog slučaja koji zahtijeva dijagnostičko testiranje je sljedeća: Pacijenti s akutnom respiratornom infekcijom (iznenadni početak barem jednog od sljedećih simptoma: kašalj, temperatura, otežano disanje) koja zahtijeva hospitalizaciju ili ne, i TAKOĐER oni koji su 14 dana prije početka simptoma zadovoljili barem jedan od epidemioloških kriterija: bliski kontakt s potvrđenim ili vjerojatnim slučajem infekcije COVID-19 ILI boravak u područjima s pretpostavljenim širenjem unutar zajednice.

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) javnosti savjetuje sljedeće:

- često prati ruke sapunom i vodom ili trljati ruke sredstvom na bazi alkohola;
- kod kašljanja i kihanja pokriti usta i nos maramicom ili savijenim laktom – maramicu baciti odmah i oprati ruke;
- izbjegavati bliski kontakt sa svakom osobom koja ima temperaturu ili kašlje;
- potražiti medicinsku skrb ako osobe dobiju temperaturu, kašlju ili imaju poteškoće s disanjem te podijeliti povijest prethodnih putovanja s pružateljem zdravstvene skrbi⁽²⁾.

Informativna grafika Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) dostupna je na sljedećem linku:

<https://www.who.int/healthtopics/Coronavirus>

Brošura ECDC-a, koja nudi savjete za putnike, dostupna je na sljedećem linku:

<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>

5. DEZINFEKCIJA VOZILA

Potreba za primjenom mjera dezinfekcije može se pojaviti u slučaju prijevoza osoba pod sumnjom na zarazu ili oboljelih od visokozaraznih bolesti.

Sredstva na bazi natrijevog hipoklorita su učinkovita za uništavanje COVID-19. Sredstva na bazi alkohola mogu se koristiti za brisanje površina na kojima uporaba natrijeva hipoklorita nije prikladna, primjerice metala. Sredstva na bazi glutaraldehida učinkovita su i praktične primjene.

Europski centar za prevenciju i kontrolu bolesti (ECDC) izdao je preporuke aktivnih tvari za dezinfekciju COVID-19 uz napomenu kako u obzir dolaze i sredstva na bazi drugih aktivnih tvari ukoliko su odobrena od strane proizvođača te EU legislativom, odnosno hrvatskim zakonodavstvom. Sva sredstva, kao i metode koje se koriste za dezinfekciju, moraju biti u skladu s internim uputama vozila koje se dezinficira.

Dezinfekcija se izvodi registriranim dezinfekcijskim sredstvom koja djeluju na viruse prema uputama proizvođača, a Europski centar za prevenciju i kontrolu bolesti (ECDC) preporučuje sredstva na bazi slijedećih aktivnih tvari:

- Etanol
- Natrijev hipoklorit
- Glutaraldehyd
- Izopropanol
- Benzalkonijev klorid
- Natrijev klorit

Postupci dezinfekcije u vozilima:

- Opremiti se zaštitnom opremom koja štiti od infektivnog materijala
- Pripremiti otopinu za dezinfekciju prema uputama proizvođača

- Otvoriti i postaviti vreću za infektivni otpad pored vidljivo onečišćenog područja. Ukoliko iste nisu dostupne, na obične vreće naznačiti „INFEKTIVNI OTPAD“.
- Površine koje zahtijevaju čišćenje i dezinfekciju na sjedalu na kojem je sjedio pacijent, susjednim sjedalima u istom redu, susjednim redovima i drugim područjima obuhvaćaju:
 - sjedište sjedala, nasloni za ruke na sjedalu, zasune za sigurnosni pojas, kontrole za svjetla i zrak, susjedne zidove i prozore
 - sanitarne čvorove koji je koristio pacijent: ručke i brave na vratima, WC školjku, sjedalo WC školjke, slavinu, umivaonik, susjedne i suprotne zidove
 - Osigurati odgovarajuće vrijeme kontakta između dezinfekcijskog sredstva i površine radi uništenja mikroorganizama. Pridržavati se svih sigurnosnih mjera prema uputama.
 - Kontaminirane tekstile staviti u vreću za infektivni otpad, zatvoriti te označiti za kasnije odlaganje ili dezinfekciju
 - Isprati vodom i osušiti područje. Eventualno preostale papirnate ručnike odložiti u vreću za infektivni otpad.
 - Brisače poda oprati i dezinficirati te ostaviti da se osuše.
 - Rukavice skinuti i odložiti u vreću za infektivni otpad.
 - Zatvoriti vreću za infektivni otpad te osigurati adekvatan transport i zbrinjavanje.
 - Kad su čišćenje i dezinfekcija završeni i rukavice skinute, ruke odmah oprati sapunom i vodom ili alkoholnim antiseptikom za ruke. Izbjegavati dodirivanje lica rukavicama ili neopranim rukama.

Za čišćenje izbjegavati korištenje komprimiranog zraka ili vode pod pritiskom, isto kao i druge metode koje mogu prouzrokovati prskanje ili ponovnu aerosolizaciju zaraznog materijala. Usisavače koristiti samo nakon provedene odgovarajuće dezinfekcije.

6. KAKO PRILAGODITI SVAKODNEVNI ŽIVOT U HRVATSKOJ

Dodatne upute za pojedince – što sami možete učiniti za sebe i svoje bližnje:

- Što češće perite ruke, a obavezno ih perite prije i nakon pripreme hrane, prije jela, nakon korištenja toaleta, nakon dolaska izvana, nakon čišćenja nosa te uvijek kada ruke izgledaju prljavo. Za pranje ruku treba koristiti toplu tekuću vodu iz slavine i sapun, a ako to u datom trenutku nije izvedivo možete koristiti i dezinfekcijsko sredstvo na bazi alkohola (najmanje 60% etilnog alkohola) koje treba dobro utrljati u dlanove. Pri pranju ruku pridržavajte se naputaka za pravilno pranje ruku: https://www.hzjz.hr/wpcontent/uploads/2020/03/Pranje_ruku_.pdf
- Nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku poželjno je koristiti papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu. Ako takvi nisu dostupni, koristite ručnike i zamijenite ih kada postanu vlažni.
- Kada kašljete i kišete prekrijte usta i nos laktom ili papirnatom maramicom koju poslije odbacite u koš za otpad s poklopcem te operite ruke. Pri kašljanju i kihanju okrenite lice od drugih osoba.
- Izbjegavajte dodirivanje lica, usta i očiju rukama.
- Nemojte dijeliti čaše, šalice, drugo posuđe i pribor za jelo s drugim osobama.
- Provjetravajte prostorije i boravite što više na otvorenom.
- U igri s djecom koristite igračke tvrdih, glatkih površina koje se lako mogu očistiti.
- Izbjegavajte kontakt s osobama koje imaju povišenu tjelesnu temperaturu, kašalj i/ili kratak dah.

- Izbjegavajte rukovanje, grljenje i poljupce te održavajte razmak od barem 1m kod razgovora.
- Izbjegavajte veće grupe ljudi i javna okupljanja.
- Što više hodajte i koristite bicikl, a izbjegavajte korištenje javnog prijevoza.
- U javnom prijevozu, kinima, kazalištima i drugim javnim prostorima, ako nije moguće da ih izbjegnute, sjednite na što većoj udaljenosti od drugih osoba, te se posebno dosljedno pridržavajte svih higijenskih pravila.
- Ne pušite! Prestanak pušenja smanjuje rizik za razvoj teške plućne bolesti uzrokovane novim koronavirusom.
- Najmanje dva puta dnevno čistite sve dodirne površine: radne površine, pametne i druge telefone, POS uređaje, tipkovnice, konzole, računala te druge dodirne površine koje koristi veći broj osoba.
- Dodirne površine koje koristi veći broj osoba, poput POS uređaja, prekrijte jednokratnim maramicom ili papirnatim ručnikom te preko njih dodirujte uređaj.

Svaki dan čistite domaćinstvo uobičajenim deterdžentom za kućanstva i vodom. Kod korištenja dezinficijensa kao i deterdženata neophodno je pridržavati se uputa proizvođača. Detaljnije upute o čišćenju mogu se pronaći na: <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcijaprostorije-bez-oboljelih-od-COVID-19-5.3.2020..pdf>

- Posebno često čistite dodirne točke u kućanstvu kao što su ručke na vratima, ručke na prozorima, slavine u toaletima i kuhinjama, tipke vodokotlića, daljinske upravljače, prekidače za struju i zvona na vratima.

Ako imate simptome respiratorne bolesti (kašalj, kihanje, grlobolja, povišena tjelesna temperatura, kratak dah):

- ostanite kod kuće (ne idite na posao, u školu, druge kolektive, veća obiteljska okupljanja i javna mjesta)
- javite se telefonom (ili e-porukom) izabranom liječniku te izbjegavajte odlazak u zdravstvenu ustanovu ako vam to nije savjetovao liječnik telefonom
- u slučaju hitnosti nazovite 112.



Perite često ruke

Često [perite ruke sapunom i vodom](#) ili koristite jednokratne maramice na alkoholnoj bazi, čak i kad ruke nisu vidljivo prljave.

Zašto?

Pranjem ruku sapunom i vodom ili brisanje s maramicama na alkoholnoj bazi eliminira se virus na rukama.

Perite svoje ruke

Perite ruke sapunom i tekućom vodom najmanje 20 sekundi.





Ako ruke nisu vidljivo prljave, učestalo ih perite ili dezinficirajte sredstvom na bazi alkohola.

Zaštitite sebe i druge od bolesti

Perite svoje ruke



- nakon kašljanja i kihanja
- nakon njege bolesnika
- prije, za vrijeme i nakon pripreme hrane
- prije jela
- nakon korištenja WC-a
- kad su vam ruke vidljivo prljave
- nakon diranja životinja i njihovog izmeta

Prakticirajte respiratornu higijenu

Kad kašljete i kišete prekrijte usta i nos maramicom ili savijenim laktom, maramicu odmah bacite u zatvorenu kantu i operite ruke ili obrišite maramicom na alkoholnoj bazi.

Zašto?

Prekrivanje usta i nosa prilikom kašljanja i kihanja sprečava se širenje virusa. Ako kišete ili kašljete u ruke, možete kontaminirati predmete i osobe koje dodirnete.

Zaštitite druge od bolesti

Kad kašljete i kišete
prekrijte usta i nos
maramicom ili savijenim
laktom.



**Nakon korištenja maramicu
bacite u kantu s poklopcem.**

Nakon kašljanja, kihanja ili
njege bolesnika **operite ruke**
sapunom i tekućom vodom ili
alkoholnim dezinficijensom.



Kada i kako koristiti kiruršku masku?

Nošenje kirurške maske može pomoći smanjenju širenja nekih respiratornih bolesti. Međutim, samo nošenje maske ne garantira zaustavljanje širenja bolesti te ju je potrebno koristiti uz ostale preventivne mjere, koje uključuju higijenu ruku i respiratornu higijenu, te izbjegavanje bliskog kontakta.

Svjetska zdravstvena organizacija zagovara racionalnu uporabu maski i to u slučajevima kada netko ima respiratorne simptome (kašlje ili kiše) ili postoji sumnja da je obolio od novog coronavirusa ili njeguje oboljelu osobu sa sumnjom na novi coronavirus. Sumnja na infekciju coronavirusom postavlja se kod osobe koja je u posljednjih 14 dana bila u Kini ili je bila u kontaktu s osobom koja je došla iz Kine i ima respiratorne simptome.

Kiruršku masku koristiti na sljedeći način:

1. Prije stavljanja maske, oprati ruke sapunom i vodom ili alkoholnim dezinficijensom.
2. Pokriti usta i nos maskom i provjerite da rubovi maske dobro prijanjaju uz lice.
3. Izbjegavati diranje maske dok se koristi; ako je diramo, potrebno je oprati ruke sapunom i vodom ili alkoholnim dezinficijensom.
4. Masku koja se navlažila, zamijeniti novom. Nikada ne koristiti istu masku više puta.
5. Masku skidati sa stražnje strane (ne dirati prednji dio) te je baciti u zatvorenu kantu za otpad. Nakon toga, oprati ruke sapunom i vodom ili alkoholnim dezinficijensom.

Održavajte razdaljinu kod kontakta s drugim osobama

Održavajte razdaljinu (barem jedan metar) između sebe i drugih osoba, posebno onih koji kašlju, kišu ili imaju temperaturu.

Zašto?

Osoba zaražena respiratornom bolešću, poput infekcije novim koronavirusom ili virusom gripe, kašljem ili kihanjem izbacuje male kapljice koje sadrže virus. Ako ste preblizu te osobe, možete udahnuti virus i razboliti se.

Zaštitite druge od bolesti



Kad kašljete i imate povišenu temperaturu, izbjegavajte bliske kontakte.

Ne pljujte u javnosti.





Ako imate povišenu temperaturu, kašljete i teško dišete **što prije zatražite liječničku pomoć** i recite zdravstvenom radniku ako ste negdje putovali.

Izbjegavajte dodirivanje očiju, nosa i usta

Izbjegavajte dodirivanje očiju, nosa i usta, pogotovo kada ruke nisu oprane.

Zašto?

Rukama se dodiruju mnoge površine i predmeti, koji mogu biti kontaminirani (zagađeni) virusom. Ako kontaminiranim rukama dodirnete oči, nos ili usta, virus možete prenijeti na sebe.

Ako imate temperaturu, kašalj i otežano disanje, što prije potražite liječničku pomoć

Recite svom liječniku ako ste bili u Kini gdje je prijavljen novi coronavirus ili ako ste bili u bliskom kontaktu s nekim tko je doputovao iz Kine i ima respiratorne simptome.

Zašto?

Kad god imate temperaturu, kašalj i otežano disanje, važno je odmah potražiti liječničku pomoć, jer se može raditi o ozbiljnoj bolesti. Respiratorni simptomi s temperaturom mogu imati niz uzroka, a ovisno o vašim osobnim kontaktima i eventualnim putovanjima, novi coronavirus bi mogao biti jedan od njih.

Ako imate blage respiratorne simptome i niste putovali u zaraženo područje unazad 14 dana

Ako imate blage respiratorne simptome i niste putovali u zaraženo područje, primjenjujte osnovnu higijenu ruku i respiratornu higijenu te ostanite kod kuće dok se ne oporavite, ako je moguće.

Ako imate respiratorne simptome (kašalj, curenje nosa, kratkoću daha) i/ili povišenu temperaturu i unazad 14 dana ste boravili u zaraženom području obvezno nazovite telefonom svog liječnika ili nadležnog epidemiologa.

Prakticirajte opće higijenske mjere nakon kontakta sa životinjama i životinjskim proizvodima

Osigurajte redovito pranje ruku sapunom i pitkom vodom nakon dodira sa životinjama i životinjskim proizvodima; izbjegavajte dirati oči, nos ili usta rukama; izbjegavajte kontakt s bolesnim životinjama ili pokvarenim životinjskim proizvodima. Izbjegavajte kontakt s potencijalno kontaminiranim životinjskim otpadom ili tekućinom na tlu.

Izbjegavajte konzumiranje sirovih i termički nedovoljno obrađenih namirnica životinjskog porijekla

Sa sirovim mesom, mlijekom ili drugim namirnicama životinjskog porijekla postupajte pažljivo, kako biste izbjegli križnu kontaminaciju s nekuhanom hranom, prema dobrim praksama sigurnosti pripreme hrane.



Izvor: Svjetska zdravstvena organizacija



ZAŠTITA OD KAPLJIČNIH INFEKCIJA



Perite često ruke sapunom i tekućom vodom najmanje 20 sekundi.
Ako nema sapuna i vode, koristite dezinficijense na bazi alkohola.



Ne dodirujte lice, oči, nos i usta, ako niste oprali ruke.



Ako kašljete ili kišete prekrijte usta i nos papirnatom maramicom ili savijenim laktom, a zatim operite ruke.



Izbjegavajte rukovanje i ostanite na razdaljini od barem jedan metar od osobe s respiratornim simptomima, a ako je njegujete oboje nosite kirurške maske.



Izbjegavajte prenapučene prostore.



Izbjegavajte diranje površina i predmeta koje dodiruje mnogo ljudi.



Učestalo provjetravajte prostorije u kojima boravite.



Ako imate temperaturu, kašalj ili teško dišete, potražite liječničku pomoć, smanjite kontakte s drugima, nosite kiruršku masku preko usta i nosa.

7. BROJEVI DEŽURNIH EPIDEMIOLOŠKIH SLUŽBI PO ŽUPANIJAMA

Popis telefonskih brojeva epidemiologa u pripravnosti	
ZZJZ "Dr. Andrija Štampar", Zagreb	091 46 96 444
ZZJZ Krapinsko-zagorske županije	099 245 55 45
	091 730 79 13
	091 510 31 65
ZZJZ Sisačko moslavačke županije	098 29 35 78
	098 293576
	098 29 35 72
	098 981 32 73
ZZJZ Karlovačke županije	098 247 630
ZZJZ Varaždinske županije	099 211 98 02
ZZJZ Koprivničko križevačke županije	098 59 22 15
ZZJZ Bjelovarsko bilogorske županije	098 49 20 24
ZZJZ Primorsko goranske županije	091 125 72 10
ZZJZ Ličko senjske županije	091 504 49 17
ZZJZ Virovitičko podravske županije	098 46 59 45
	098 46 59 44
ZZJZ Požeško-slavonske županije	098 98 29 204
ZZJZ Brodsko-posavske županije	091 51 70 426
ZZJZ Zadarske županije	098 33 27 65
ZZJZ Osječko-baranjske županije	031 225 717
ZZJZ Šibensko-kninske županije	091 43 41 201
ZZJZ Vukovarsko-srijemske županije	091 37 04 290
	0912700366
ZZJZ Splitsko-dalmatinske županije	091 15 12 003
ZZJZ Istarske županije	098 441 821
ZZJZ Dubrovačko-neretvanske županije	098 24 34 54
ZZJZ Međimurske županije	098 55 88 11
ZZJZ Zagrebačke županije	099 736 87 84
Hrvatski zavod za javno zdravstvo	098 22 77 53

Ove preporuke mogu se promijeniti u skladu s epidemiološkom situacijom! Ažurirani podaci vezano uz koronavirus, kao i mjere zaštite zdravlja pučanstva svakodnevno se objavljuju na internetskim stranicama Ministarstva zdravstva, HZJZ.

8. ČIŠĆENJE, DEZINFEKCIJA I UPRAVLJANJE OTPADOM

Trenutno nije poznata postojanost SARS-CoV-2 u okolišu. SARS-CoV može preživjeti u okolišu nekoliko dana. MERS-CoV može preživjeti > 48 sati na 20°C, 40% relativne vlage usporedive s unutarnjim okruženjem, na plastičnim i metalnim površinama.

Zarazni otpad (npr. korištene medicinske maske i rupčice) treba staviti u vreće označene kao biološki opasan otpad i sigurno ih odlagati kao zarazni otpad prema pravilima zemalja za upravljanje infektivnim otpadom.

9. ZAHVAĆENA PODRUČJA

Statistika o broju oboljelih. Broj oboljelih se mijenja iz dana u dan, kao i broj osoba s teškom kliničkom slikom te broj umrlih. Oboljeli su do sada zabilježeni u tridesetak država na području Jugoistočne Azije, Zapadnog Pacifika, Australije, Europe, Sjeverne Amerike i Afrike. Najnoviji podaci o broju oboljelih i umrlih dostupni su na mrežnim stranicama [Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo https://www.hzjz.hr/priopcenja-mediji/koronavirus-najnoviji-podatci/](https://www.hzjz.hr/priopcenja-mediji/koronavirus-najnoviji-podatci/) odnosno [Europskog centra za suzbijanje i sprječavanje bolesti \(ECDC\)](#).

Osobe koje dolaze iz tih zemalja/područja, povrgavaju se zdravstvenom nadzoru pri ulasku u Hrvatsku ako su zdrave. Zdravstveni nadzor se provodi u kućnoj karanteni/samoizolaciji. Bolesne osobe iz zahvaćenih područja upućuju se u bolnicu na dijagnostičku obradu i liječenje.

Dodatno, strani državljani koji dolaze iz uže definiranih područja u Republiku Hrvatsku, obvezni su provesti 14 dana u karanteni. Ovdje je popis tih područja:

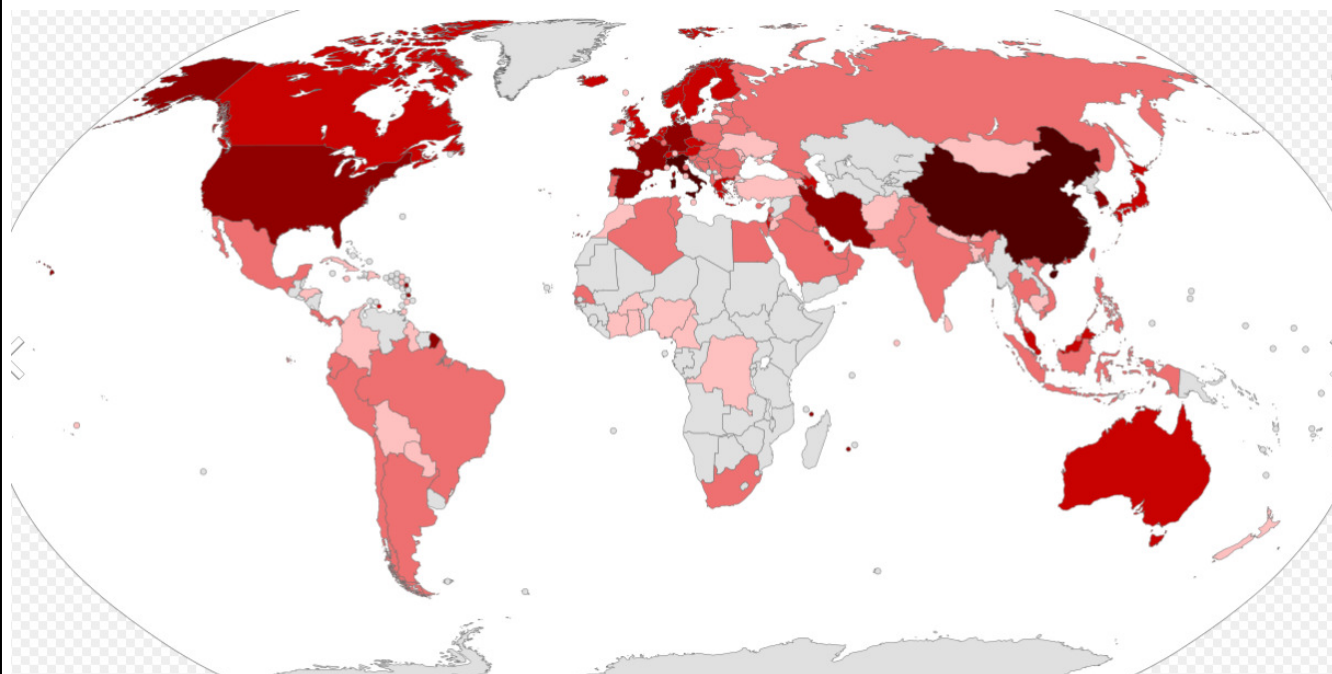
- Kina: provincija Hubei, uključujući grad Wuhan.
- Italija: Lombardija i provincije Modena, Parma, Piacenza, Reggio Nell'Emilia, Pesaro, Rimini i Urbino, Alessandria, Asti, Novara, Verbanio, Vercelli, Padova, Treviso, Venezia i Bozen (Bolzano),
- Njemačka: Okrug Heinsberg u njemačkoj saveznoj državi North Rhine-Westphalia
- Južna Koreja: grad Daegu i provincija Cheongdo
- Iran

Kod asimptomatskih povratnika se ne preporučuje testiranje jer osoba koja je prvih dana negativna u laboratorijskom testu može nakon par dana oboljeti, drugim riječima, negativan rezultat testiranja ne bi imao nikakvog utjecaja na 14-dnevnu karantenu.

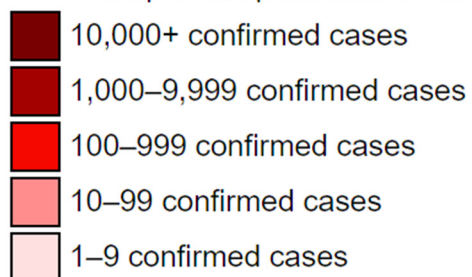
Postupci provjeravanja putnika koji ulaze u Hrvatsku definirani su na način da se osigura najveća moguća zaštita zdravlja stanovništva i putnika uz minimalno ometanje međunarodnog prometa. Nadzor traje 14 dana od napuštanja zahvaćenog područja sa uspostavljenom ili lokaliziranom transmisijom novog koronavirusa.

U bliskih kontakata osobe s potvrđenom COVID-19 koji nemaju nikakve znakove bolesti rutinski se ne provodi testiranje na novi koronavirus. Razlog tome je što negativni nalaz testiranja u takvoj

asimptomatskoj fazi ne isključuje infekciju. Stoga se testiranje na SARS-CoV-2 provodi samo u slučaju postavljene sumnje na COVID-19 tj. kada se zadovolje klinički i epidemiološki kriteriji bolesti.



Map of the pandemic as of 11 March 2020



10. LITERATURA

1. Hrvatski zavod za javno zdravstvo, <https://www.hzjz.hr/medunarodna>
2. <https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-ncov/>
3. RH, Ministarstvo zdravstva, <https://zdravlje.gov.hr/corona-virus-i-mjere-prevencije/4952>
4. European Centre for Disease Prevention and Control. Public health management of persons having had contact with cases of novel coronavirus in the European Union. Stockholm: ECDC, 2020 25 February 2020. Report No.
5. World Health Organization. Updated WHO advice for international traffic in relation to the outbreak of the novel coronavirus 2019-nCoV. 27 January 2020 [27 January 2020]. Available from: <https://www.who.int/ith/2020-27-01-outbreak-of-Pneumonia-caused-by-newcoronavirus/en/>.
6. World Health Organization. WHO advice for international travel and trade in relation to the outbreak of pneumonia caused by a new coronavirus in China 2020 [updated 10 January 2020/1/2020]. Available from: https://www.who.int/ith/20200901_outbreak_of_Pneumonia_caused_by_a_new_coronavirus_in_C/en/.
8. Centers for Disease Control and Prevention. Interim Recommendations for Airline Crew: Novel Coronavirus in China. Updated Jan 28, 2020: Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Emerging and Zoonotic Infectious Diseases (NCEZID), Division of Global Migration and Quarantine (DGMQ); 2020 [cited 2020 2 February 2020]. Available from: <https://www.cdc.gov/quarantine/air/managing-sick-travelers/ncov-airlines.html>.
9. European Centre for Disease Prevention and Control. ECDC TECHNICAL REPORT. Risk assessment guidelines for infectious diseases transmitted on aircraft. 2009.
10. van Doremalen N, Bushmaker T, Munster VJ. Stability of Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV) under different environmental conditions. Euro Surveill. 2013;18(38).
11. European Centre for Disease Prevention and Control. Interim guidance for environmental cleaning in non-healthcare facilities exposed to SARS-CoV-2. Stockholm: ECDC, 2020.