HZJZ
HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

Hrvatski zavod za javno zdravstvo
Zagreb, 30. travnja 2020.

Preporuke za rad fizioterapeuta u vanbolničkoj okolini i salona za masažu tijekom epidemije COVID-19

Sukladno reaktivaciji određenih aktivnosti temeljem Odluke o prilagodbi mjera, za organizaciju djelatnosti poslovnih prostora fizioterapeuta u vanbolničkoj okolini i salona za masažu preporučuje se postupanje sukladno sljedećim preporukama.

1. Prostorno organizacijski i tehnički uvjeti

1.1. Ulazni i radni prostor

- **Vidljive obavijesti.** Za sve djelatnike i klijente prije ili neposredno nakon ulaska, na vidljivom mjestu, nužno je postaviti informacije o higijenskim postupcima i osigurati dostupnost dozatora za dezinfekciju ruku.
- **Dezinficijens.** U ulaznim prostorima, pultovima za obavljanje plaćanja usluga te u radnom prostoru nužno je na raspolaganje postavljanje dozatora s dezinfekcijskim sredstvom (na bazi alkohola u koncentraciji ne manjoj od 70 %).
- **Čekaonice.** Sjedeća mjesta u prostoru za čekanje rasporediti tako da zadovoljavaju mjere fizičke udaljenosti, odnosno na minimalnim razmacima od 1,5 metar i predviđeni su za odrasle osobe koje su u poslovnom prostoru u pratnji malodobnog klijenta ako iz bilo kojeg razloga ne mogu čekati izvan poslovnog prostora. Svi ostali klijenti koji dođu radi usluge čekaju svoj red izvan poslovnog prostora.
- Sadržaje/materijale za zabavu treba izbjegavati. Treba ukloniti časopise. Klijentima ne posluživati piće/grickalice i slično.
- **Zaštitne pregrade.** U dijelovima poslovnog prostora za obavljanje plaćanja usluge, odnosno pultovima preporučuje se postavljanje zaštitne pregrade od pleksiglasa ili drugog prozirnog materijala pogodnog za redovito čišćenje i dezinfekciju.
- **Fizičko distanciranje.** U poslovnim prostorima je potrebno osigurati minimalni međusobni razmak od 1,5 metara između svih osoba koje se u jednom trenutku nalaze u prostoru izuzev klijenta i djelatnika za vrijeme pružanja usluge. Udaljenost od 1,5 metar treba osigurati u svim smjerovima od svakog radnog mjesta.
- **Označivanje.** Pri tome treba osigurati adekvatan prostor za kretanje. Putove kojima se osobe kreću unutar poslovnih prostora poželjno je označiti.

HZJZ
HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

- **Papirnate maramice i jednokratni materijal.** Nužno je osigurati dostatnu količinu papirnatih maramica i ostalih jednokratnih materijala, opreme i sredstava za čišćenje, pranje i dezinfekciju, uključujući i opremu za odlaganje otpada sukladno uputama.
- **Ogrtači.** Uobičajene ogrtače za klijente, ako je moguće, preporučuje se zamijeniti jednokratnima.
- **Zaštitna oprema.** Nužno je osigurati dostatnu količinu zaštitne opreme za zaposlenike.
- **Igraonice.** Dijelove prostora koji su bili eventualno korišteni kao igraonice treba zatvoriti, tj. staviti ih van funkcije.
- **Prozračivanje**. Sve prostorije treba što češće provjetravati, čak i za vrijeme lošeg vremena. Ne zaboraviti prozračiti između smjena

1.2. Sanitarni čvorovi i prostorije/prostori za odmor

- **Sanitarni čvorovi.** Za sanitarne čvorove potrebno je osigurati učestalije pravilno čišćenje i higijenu (vidjeti točku 2.7.)
- Ako je moguće, preporučuje se da se osiguraju odvojeni sanitarni čvorovi za klijente i zaposlenike.
- **Odmor zaposlenika** U prostorijama za odmor zaposlenika treba osigurati dovoljno prostora, a stolove i stolice razmaknuti. Pri boravku je potrebno zadovoljiti kriterij fizičke udaljenosti od 1,5 metar te izbjegavati istovremeni odmor prevelikog broja zaposlenika.
- Vrijeme odmora treba ograničiti na maksimalno 15 minuta ako dvije osobe istovremeno koriste stanku za odmor, međutim ako zaposlenici borave u istom zatvorenom prostoru predviđenom za odmor preporučuje se da stanku za odmor ne koriste istovremeno.

2. Organizacija rada

2.1. Općenite preporuke

- **Mjerenje temperature.** Prije dolaska na posao preporučuje se da svi zaposlenici temperaturu izmjere kod kuće te da ne dolaze na posao ako im je viša od 37,2 °C ili ako usto imaju i respiratorne tegobe. Kod povišene temperature te svih respiratornih tegoba, bilo s povišenom temperaturom bilo bez nje, savjetuje se da se telefonom nazove liječnika obiteljske medicine i da se ne dolazi na posao dok se ne utvrdi razlog respiratornih smetnji ili povišene temperature.

HZJZ
HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

- **Zaštitne mjere.** Pri istovremenom radu jednog zaposlenika s više klijenata potrebno je strogo provoditi zaštitne mjere: između klijenata potrebno je oprati i dezinficirati ruke te obavezno koristiti drugi set pribora.
- **Komunikacija s klijentima.** Tijekom pružanja usluge, preporučuje se da se komunikacija s klijentom svede na minimum.
- **Rad u smjenama.** Zauzetost prostora treba izbjegavati primjerice radom u smjenama na način da se smjene ne preklapaju. U smjenama rade uvijek isti zaposlenici čime se smanjuje kontakt među zaposlenicima. Treba organizirati promjene smjena na način da zaposlenici jedne smjene ne dolaze u kontakt sa zaposlenicima druge smjene (npr. u prostorijama u kojima se presvlače, u sanitarnim čvorovima i slično).
- **Plaćanje.** Poželjno je bezgotovinsko kartično plaćanje.
- **Hrana i piće.** Tijekom pružanja usluge ne preporučuje se konzumacija hrane ili pića.
- **Administrativni poslovi.** Preporučuje se da se svi administrativni poslovi vezani za rad salona, odnosno uredski posao, primjerice računovodstvene poslove, raditi od kuće, ne u salonu.
- **Sastanci.** Interne sastanke i usavršavanja treba svesti na minimum ili još bolje odgoditi. Što je više moguće koristiti mogućnosti telefonske i video konferencije. Ako su sastanci neophodni, držati preporučeni razmak među sudionicima.

2.2. Naručivanje

- **Telefonsko naručivanje.** Zadržavanje u prostoru kako bi se osobu naručilo treba izbjegavati. Naručivanje se obavlja telefonski.
- **Osobe s respiratornim simptomima.** Tijekom naručivanja treba upozoriti da se usluga ne pruža osobama koje imaju bilo kakav simptom akutne respiratorne infekcije (curenje nosa, kihanje, kašljanje, kašalj, povišena tjelesna temperatura i sl). Ne dozvoljava se dolazak u salon zaposlenicima i strankama koji imaju neki od simptoma koji bi mogli upućivati na COVID-19 (kao što je gore navedeno). Zaposlenici se odmah javljaju svom izabranom liječniku obiteljske medicine. Zaposlenici prije povratka na posao trebaju imati razjašnjenu dijagnozu.
- **Ograničen broj stranaka.** Broj naručenih stranaka kojima će se usluga pružati istovremeno mora se prilagoditi broju radnih mjesta u radnom prostoru.
- U slučaju ranijeg dolaska i nemogućnosti zadovoljavanja kriterija fizičke udaljenosti od 1,5 metar, klijentu se preporučuje čekanje termina van salona.
- U obzir je potrebno uzeti i uobičajene interakcije i kretanja zaposlenika u salonu. Ako se minimalni razmak ne može održati jer je inače takva interakcija u salonu, preporučuje se smanjiti broj radnih mjesta i osoba koje istovremeno borave u radnom prostoru.

HZJZ
HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

2.3. Primanje klijenata

- **Higijena ruku.** Sve klijente na ulazu uputiti na dezinfekciju ruku te objasniti koje se preventivne mjere trenutno provode u salonu (primjerice potreba o nošenju maske za usta i nos, higijena ruku, pravilno postupanje prilikom kašljanja i kihanja). U slučaju potrebe, klijente treba uputiti da se kihanje obavlja u savijeni lakat ili maramicu koja se odmah nakon pravilno odlaže u kantu za otpad.
- **Podaci o strankama.** Treba zabilježiti vrijeme ulaska osobe u salon, kontakt podatke (broj mobitela) i vrijeme napuštanja salona. Ta je informacija, u slučaju otkrivanja oboljelog koji je boravio u salonu u određeno vrijeme, potrebna epidemiolozima, kako bi što brže mogli identificirati i kontaktirati kontakte oboljelog te provesti mjere sprečavanja daljnjeg širenja infekcije. Stranke treba pravovremeno upozoriti da će im se usluga pružiti samo ako su suglasni ostaviti podatke za kontakt.
- **Maske za lice za klijente.** Klijentima se preporučuje nošenje maske za lice (ako kirurške nisu dostupne moguće je korištenje platnenih maski)

2.4. Obavljanje usluge

- **Higijena ruku.** Između klijenata obavezno oprati i dezinficirati ruke.
- **Zaštitna oprema.** Tijekom cijelog postupka koristi se zaštitna oprema (maska koja prekriva usta i nos i jednokratni ogrtač za klijenta).
- **Maske za lice i rukavice za djelatnike.** Djelatnicima se preporučuje nošenje maski za lice. Osim kirurških maski mogu se koristiti i platnene maske za lice. Rukavice se preporučuje nositi po uobičajenom protokolu (primjerice pri bojenju kose i ostalim aktivnostima s agresivnim kemikalijama). Kirurške maske mijenjaju se nakon 3 sata nošenja, a platnene maske kada postanu vlažne.
- Ako se ne može osigurati minimalni razmak od 1,5 metra, klijent i djelatnik moraju nositi barem masku koja prekriva usta i nos. Poslodavac je dužan osigurati zaštitu za zaposlenike i to u dovoljnim količinama. Viziri za lice mogu pružiti dodatnu zaštitu. Kirurške maske se mijenjaju nakon maksimalno 3 sata nošenja, a platnene maske za lice kada postanu vlažne.
- Jednokratnu zaštitnu opremu (rukavice) potrebno je zamijeniti između svakog klijenta te pravilno odložiti u predviđene kante s odgovarajućim poklopcem.
- U slučaju potrebe korištenja ručnika, potrebno je osigurati, kao i do sada, jedan ručnik za jednog klijenta te nakon upotrebe ručnik odložiti u spremnik s poklopcem te oprati na programu s visokim temperaturama (60°C ili više).
- Nakon svakog klijenta obavezno se dezinficira stol odnosno druga površina na kojoj se obavlja fizikalna terapija ili masaža.
- Tijekom pružanja usluge zaposlenik od klijenta drži najveću moguću udaljenost koja ne ometa obavljanje usluge.

HZJZ
HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO
Rockefellerova 7
HR-10000 Zagreb
T: +385 1 4863 222
F: +385 1 4863 366
www.hzjz.hr

- **Usluga izvan salona.** Kod pružanja usluga izvan salona/radnog prostora frizera ili brijača, moraju biti ispunjeni svi uvjeti navedeni kod ovakve vrste usluge vezani za higijenu i ostale predviđene mjere. Prije pružanja usluge treba provjeriti mogu li ti zahtjevi biti ispunjeni na lokaciji na kojoj će se pružati usluga.

2.5. Odlaganje otpada

- **Otpad.** Sav eventualni otpad nastao prilikom pružanja usluge odložiti u za to predviđene kante za otpad s odgovarajućim poklopcima
- U kante za otpad potrebno je uložiti dvije vreće za smeće

2.6. Čišćenje i postupci s priborom i opremom

- **Korištenje radnog pribora**. Višestruka upotreba na više klijenata bez prethodnog čišćenja zabranjena je
- Ručnike i ostali tekstil potrebno je odložiti u spremnik s poklopcem te oprati u perilici na programu od 60°C ili više.
- Pribor, opremu te površine s kojima je klijent bio u kontaktu potrebno je očistiti i dezinficirati nakon svakog klijenta, na kraju smjene ili češće ako je vidljivo uprljano sekretima (znoj, tjelesne tekućine I sl.)

2.7. Dezinfekcija i čišćenje radnog prostora

- Čišćenje prostora provodi se na uobičajen način učestalijom dinamikom, odnosno između svake smjene.
- Dezinfekciju radnog mjesta (stol za masažu, stolice, rukohvati) potrebno je provoditi između svakog klijenta.
- Kako bi se smanjio rizik infekcije, dezinficijensom se učestalije brišu kontaktna mjesta, odnosno telefoni, kvake na vratima, tipkovnice, blagajne i slično (npr. svaka 2 sata).
- Upute za dezinfekciju i čišćenje prostora dostupne su na poveznici: https://bit.ly/3bShvw3

2.8. Primanje suradnih djelatnika i nenajavljenih stranaka

- Dolazak drugih osoba (npr. majstora, kurira, dostavljača) treba organizirati na način da se prije dolaska te osobe telefonski najave. Tada se provjerava ima li osoba simptome COVID-19 (povišena tjelesna temperatura, kašalj, otežano disanje/kratak dah, grlobolja, poremećaj osjeta njuha i okusa) i je li imala kontakt s oboljelima. Nenajavljene stranke smiju samo iznimno ući uz prethodnu provjeru o mogućim simptomima koji mogu upućivati na COVID-19 i o kontaktu s oboljelima.
- Nenajavljene stranke smiju samo iznimno ući u salon uz prethodnu provjeru o mogućim simptomima koji mogu upućivati na COVID-19 i o kontaktu s oboljelima.