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

Škola narodnog zdravlja „Andrija Štampar“ Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

Krizni stožer Sveučilišta u Zagrebu vezano uz nCoV bolesti (COVID-19)

Zagreb, 8. svibnja 2020.

PREPORUKE ZA PREDDIPLOMSKU, DIPLOMSKU I POSLIJEDIPLOMSKU NASTAVU NA SVEUČILIŠTIMA S OBZIROM NA EPIDEMIJU COVID-19

1. Temeljne odrednice

Svaki boravak u ustanovi (sastavnici sveučilišta) može predstavljati veći rizik za zarazu s COVID-19 nego je to obiteljski dom odnosno kućanstvo, posebno ako su ukućani uključeni u takav tip dnevnih obaveza da mogu dosljedno izbjegavati situacije povećanog rizika za zarazu COVID-19.

Aktivnosti na daljinu. Sve aktivnosti nastave uključujući polaganje ispita i administrativne poslove (prijavljivanje ispita, upis godine, mirovanje studentskih prava i sl.), koliko je god moguće neophodno je provoditi e-komunikacijom i telefonom (nastava i polaganje ispita na daljinu), te izbjegavati susrete uživo, a pogotovo grupiranja studenata i/ili nastavnika.

Kronični bolesnici ili stariji ukućani. Posebno se preporučuje ostanak kod kuće i nastava na daljinu studentima i nastavnicima s kroničnim bolestima (respiratornim, kardiovaskularnim, dijabetesom, malignim bolestima, imunodeficijencijama, studenti s većim tjelesnim/motoričkim oštećenjima) te studentima i nastavnicima čiji roditelji ili ukućani imaju jednu od navedenih bolesti ili su starije životne dobi.

Osobe s povišenom temperaturom. Nastavnici, studenti i druge osobe ne ulaze u vanjske prostore (dvorište, vrt, igralište) i unutarnje prostore ustanove ako imaju povišenu tjelesnu temperaturu, respiratorne simptome poput kašlja i kratkog daha ili za koje postoji vjerojatnost da su bili u kontaktu s osobama pozitivnim na COVID-19 ili sumnja na zarazu COVID-19 ili su u samoizolaciji.

Posebno se uzima u obzir činjenica da studenti s obzirom na dob imaju uglavnom odgovarajuće navike i vještine vezane uz rad na računalu i nove tehnologije.

Pristup informatičkoj opremi. Uzimajući u obzir činjenicu da neki studenti iz materijalnih i drugih razloga neće imati na raspolaganju odgovarajuća tehnička rješenja (osobna računala i sl.), potiču

se sastavnice sveučilišta da takvim studentima omoguće pristup nužnoj informatičkoj opremi na način da im se posudi (iznajmi bez naknade ili uz minimalnu naknadu) oprema u vlasništvu sveučilišta ili oprema koju su sveučilištu ustupili privatni ili javni poslodavci, donirana oprema i sl.

Udžbenici. Uzimajući u obzir činjenicu da neki studenti iz materijalnih i drugih razloga neće imati na raspolaganju potrebne udžbenike i druga nastavna sredstva, potiču se sastavnice sveučilišta da takvim studentima omoguće dostupnost udžbenika i drugih materijala kroz posudbu iz knjižnica sastavnica sveučilišta, kroz donacije, dostupnost udžbenika i materijala u elektroničkom obliku i sl.

2. Organizacija dijelova nastave ili ispita koji se ne mogu provesti na daljinu

Fizička udaljenost. Nužan (neizbježan) boravak u ustanovi neophodno je organizirati na način da se u što većoj mjeri osigura socijalno distanciranje (fizičko udaljavanje) kao i pojačana osobna higijena i higijena prostora.

Socijalno distanciranje (fizička udaljenost):

Kod ulaska i izlaska iz ustanove, kretanja ustanovom te boravka u prostoriji ustanove neophodno je držati razmak najmanje 2 metra od drugih osoba.

Prostorija u kojoj se boravi (provodi dio nastave) treba biti što veća i prozračna te u istoj prostoriji ne treba boraviti više od 10 osoba istovremeno, uz međusobni razmak od 2 m.

Boravak u ovim ustanovama neophodno je organizirati na sljedeći način:

- rad se odvija u malim skupinama uvijek istih studenta i nastavnika (do 10 osoba)*,
- nastavnici se u održavanju nastave ne „preklapaju“,
- izbjegava se fizički kontakt (bliski kontakt) studenta i nastavnika iz jedne skupine s drugom skupinom,
- svaka skupina boravi u jednoj odgovarajućoj prostoriji,
- stolovi/mjesta za rad razmiču se tako da studenti sjede/provode vježbu ili sl. na međusobnoj udaljenosti od 2 metra, i to svaki student uvijek na istom mjestu.

* *Iznimka su knjižnice gdje će se miješati studenti iz različitih grupa, posebno ako im se ne osiguraju udžbenici i računala za rad kod kuće. Ovdje se treba pridržavati svih drugih elemenata ovih i drugih odgovarajućih preporuka (Preporuke za rad u knjižnicama i antikvarijatima tijekom epidemije koronavirusa (COVID-19)).*

Preporučene značajke prostorije u kojoj boravi jedna skupina studenta

- prostorija što veće površine i visine, prozračna i osunčana (odgovarajući izvor dnevnog svijetla),
- prostorija vratima odvojena od prostorija u kojima borave druge skupine,
- prostorija se može dobro provjetriti vanjskim zrakom,
- u neposrednoj blizini prostorije nalazi se toalet koji koristi isključivo ta skupina studenata,

- ako je neophodna prehrana studenata, treba ju organizirati u prostoriji u kojoj ti studenti rade a ne u zajedničkoj blagovaonici, na način da se hrana ostavi na kolicima ili sl. ispred ulaza u prostoriju; hrana mora biti unaprijed podijeljena u porcije.
- izbjegava se ulazak drugih osoba (primjerice zbog čišćenja, popravka ili donošenja hrane) u prostoriju sve dok studenti borave u prostoriji,
- prolazak kroz zajedničke prostorije treba izbjegavati i skratiti na minimum, a ako je neophodan, prolaz kroz zajedničke prostorije se odvija na način da u isto vrijeme prolaze studenti/nastavnici iz iste skupine bez mimoilaženja s drugim osobama, uz poticanje studenata da pri tome ne dodiruju površine ili predmete.

3. Ulazak i izlazak iz ustanova

Do daljnjeg su zabranjene sve posjete predmetnim ustanovama kao što su kazališne predstave, izvannastavne aktivnosti i sl.

Neophodno je osigurati protok/dolazak što manjeg broja ljudi, kako na ulazu u ustanovu tako i u unutarnjim prostorima ustanove.

Student kod odlaska iz ustanove odnosi sve svoje stvari sa sobom ili ih baca u koš pokriven poklopcem.

Rad u smjenama. Ako je moguće potrebno je organizirati turnusni rad na način da zaposlenici rade u sedmodnevnim ili četrnaestodnevnim smjenama. Izvan ustanove djelatnici se pridržavaju što je više moguće pravila kojima se smanjuje mogućnost zaraze.

Ograničen ulazak. U ustanovu nije dozvoljen ulazak zaposlenicima koji nisu raspoređeni na posao. U ustanovi treba boraviti najmanji mogući broj djelatnika istovremeno, pa se potiče rad od kuće.

Ulazna vrata otvaraju se na poziv telefonom ili zvonom tijekom radnog vremena i dežurstva. Vikendom/blagdanom/radnim danom/poslijepodne vrata otvara dežurni djelatnik.

Dostavu za potrebe ustanove preuzimaju nadležni djelatnici ustanove na vanjskim vratima. Ulaz je dozvoljen isključivo serviserima i ostalim službama čije usluge su neophodne (što uključuje dosljednu provedbu protuepidemijskih mjera poput provjere vode za ljudsku potrošnju i sl.) uz obveznu mjeru dezinfekcije ruku i po potrebi nošenja zaštitne maske i zamjenske obuće.

Dezinficijens. Na ulazu i na još nekoliko lako dostupnih mjesta, neophodno je postaviti dozatore s dezinficijensom za dezinfekciju ruku:

- sredstvo za dezinfekciju potrebno je u količini od 1 do 2 ml nanijeti na suhe i čiste dlanove (obično 1 potisak ili prema uputama proizvođača).
- dlanove i područje između prstiju potrebno je protrljati dok se ne osuše, a sredstvo nije potrebno isprati,
- potrebno je voditi brigu o dostatnoj upotrebi dezinficijensa za ruke te se obavezno javiti nadležnoj osobi u slučaju da je u dozatoru preostala manja količina sredstva za dezinfekciju kako bi se osigurao novi.

Provjetravanje. Prostorije se provjetravaju najmanje dva puta dnevno minimalno pola sata prije dolaska i nakon odlaska studenata, ili se ostavlja otvoren prozor ako to vremenske prilike dopuštaju.

Dodirne površine kao što su kvake na vratima, ručke na prozorima, radne površine, tipkovnice, konzole, slavine u toaletima i kuhinjama, tipke vodokotlića, daljinski upravljači, prekidači za struju, zvona na vratima, tipke dizala te druge površine koje dodiruje veći broj ljudi neophodno je dezinficirati na početku i na kraju svake smjene a najmanje dvaput dnevno. Izbjegavajte korištenje klimatizacijskih i ventilacijskih uređaja osim ako nije nužno zbog vremenskih i drugih prilika.

Čišćenje se provodi u vrijeme kada su studenti odsutni.

Maske. Ako se provođenje nastave i ispita može organizirati na opisani način, nošenje maski ili drugih pokrivala za usta i nos kod studenta i nastavnika nije nužno ali se preporučuje. Iznimka su pojedina specifična okruženja (oblici nastave) koji se primjerice odvijaju u zdravstvenim ustanovama ili sl., a tada se primjenjuju protokoli navedenih ustanova. Osim u takvim posebnim okruženjima, prednost se daje učestalom pranju ruku vodom i sapunom te dezinfekciji ruku u odnosu na nošenje rukavica. Iznimka su studenti i nastavnici s kroničnim bolestima (respiratornim, kardiovaskularnim, dijabetesom, malignim bolestima, imunodeficijencijama, studenti s većim tjelesnim/motoričkim oštećenjima) za koje je poželjno nošenje maski ako dolazak u ustanovu nije moguće izbjeći.

4. Dnevno mjerenje temperature i praćenje pojave simptoma kod zaposlenika i studenata

Mjerenje temperature pri ulazu u ustanovu. Svakodnevno kod dolaska i odlaska s ustanove zaposlenicima i studentima treba izmjeriti tjelesnu temperaturu beskontaktnim toplomjerom te utvrditi imaju li respiratornih simptoma ili znakove drugih zaraznih bolesti. Kod osobe s povišenom temperaturom (37,2°C i veća, ovisno o specifikaciji beskontaktnog toplomjera) mjeri se temperatura i standardnim toplomjerom pod pazuhom te se povišena temperatura utvrđuje na temelju rezultata mjerenja pod pazuhom.

Upis u evidencijsku knjigu. Evidencija o vrijednostima izmjerene tjelesne temperature i eventualnom postojanju respiratornih simptoma i znakova drugih zaraznih bolesti upisuje se u posebnu evidencijsku knjigu.

S temperaturom, respiratornim simptomima i drugim simptomima zarazne bolesti nije dozvoljeno raditi niti dolaziti u prostor ustanove, što je i inače nužno u radu ovakvih ustanova.

Mjerenje temperature djelatnika prije odlaska na posao. Također, svi djelatnici i studenti dužni su mjeriti tjelesnu temperaturu svaki dan prije dolaska na posao, te u slučaju povišene tjelesne temperature ne dolaziti na posao nego se javiti telefonom nadređenoj osobi i izabranom liječniku obiteljske medicine kako je navedeno u uputama.

Djelatnici sa simptomima. Djelatnici i studenti s povišenom tjelesnom temperaturom i/ili respiratornim simptomima odmah napuštaju radna mjesta (prethodno o tome obavještavaju ravnatelja) ili javljaju telefonom ravnatelju da neće doći na posao, te se javljaju telefonom svom izabranom liječniku.

U slučaju saznanja za mogućeg prenositelja/mogući izvor infekcije svaki zaposlenik dužan je odmah obavijestiti nadređenu osobu.

5. Pojačana osobna higijena studenata i nastavnika

- izbjegavati dodirivanje usta, nosa, očiju i lica,
- redovito i pravilno prati ruke prije ulaska u svoju skupinu, prije i nakon pripreme hrane, prije jela, nakon korištenja toaleta, nakon dolaska izvana, nakon čišćenja nosa i uvijek kada ruke izgledaju prljavo. Za pranje ruku treba koristiti tekuću vodu i sapun.
- kod pranja ruku pridržavajte se uputa za pravilno pranje ruku: https://www.hzjz.hr/wpcontent/uploads/2020/03/Pranje_ruku_.pdf.
- nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku neophodno je koristiti papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu koje nakon korištenja treba baciti u koš za otpad s poklopcem,
- kod kašljanja i kihanja prekrivaju se usta i nos laktom ili papirnatom maramicom koju poslije treba baciti u koš za otpad s poklopcem te oprati ruke,
- pri kašljanju i kihanju treba okrenuti lice od drugih osoba,
- izbjegavati dijeljenje čaša, šalica, posuđa i pribora za jelo s drugim osobama.
- kod tjelesne aktivnosti izbjegavati aktivnosti koje intenzivno ubrzavaju i produbljuju disanje kao i brzo trčanje i druge oblike brzog kretanja studenata. Ako se takve aktivnosti ne mogu izbjeći, neophodno je povećati razmak između studenata tako da razmak bude što veći a svakako veći od 2 m. Ne preporučuje se izvođenje nastave tjelesnog odgoja u zatvorenom prostoru te se takva vrsta nastave organizira samo ako je nužna za nastavni proces.

6. Studenti kojima je osigurana podrška osobnog pomoćnika:

Pristupnik kojemu je neophodna podrška osobnog asistenta ima pravo na takvu pomoć na način da osobni asistent poštuje sve obaveze opisane u ovim preporukama (držanje razmaka od drugih osoba, pojačana higijena, korištenje maski i rukavica ovisno o zdravstvenom stanju studenta i sl.). Treba napomenuti da zbog njihovog zdravstvenog stanja za ove studente postoji povećani rizik zaraze te je još važnije za njih osigurati nastavu i polaganje ispita na daljinu.

7. Završne preporuke

U slučaju nemogućnosti organizacije posla zbog većeg broja zaposlenika koji su u samoizolaciji, stožeri civilne zaštite (državni i lokalni) u koordinaciji s osnivačima mogu preraspodijeliti zaposlenike iz drugih ustanova, a kako bi se osigurala kontinuirana nastava.

Osigurana je kontinuirana nužna suradnja s osnivačem.

Za svaki zadatak čelnik ustanove zadužuje jednu osobu koja o navedenom vodi dnevnu pisanu evidenciju kada je to moguće.

Ove preporuke ne isključuju provedbu drugih preporuka sukladno aktualnoj i promijenjenoj epidemiološkoj situaciji.

8. Upute za čišćenje i dezinfekciju

Bez oboljelih od COVID-19:

- https://bit.ly/2VLkkt3

Osobe pod sumnjom ili oboljele od COVID-19:

- https://bit.ly/3d1WmiS

Preporuke za rad u knjižnicama i antikvarijatima tijekom epidemije koronavirusa (COVID-19):

- https://bit.ly/2WB7FrS