

PATVIRTINTA  
Prienu rajono savivaldybės  
kūno kultūros ir sporto centro  
direktoriaus 2020 m. kovo 13 d.  
įsakymu Nr. (1.8.)V1-75

## **PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS KŪNO KULTŪROS IR SPORTO CENTRO COVID – 19 PREVENCINIŲ VEIKSMŲ PLANAS**

### **I SKYRIUS BENDROJI DALIS**

#### **1. Koronaviruso sąvoka**

2019 m. naujas koronavirusas (2019-nCoV) dabar pavadintas sunkaus ūminio respiracinio sindromo koronavirusu-2 (SARS-CoV-2), o šio viruso sukeliama liga nuo šiol vadinama COVID-19. SARS-CoV-2 buvo identifikuotas 2019 m. pabaigoje Kinijoje. Tai naujos struktūros koronavirusas, kuris niekada anksčiau nebuvo sukėlęs infekcijų žmonėms.

#### **2. COVID - 19 etimologija**

Koronavirusai – tai didelė grupė virusų, kurie gali sukelti įvairias ligas. Dažniausiai koronavirusai sukelia lengvas ar net besimptomės infekcijas, tačiau gali sukelti ir sunkias kvėpavimo takų infekcijas, tokias kaip Artimųjų Rytų respiracinio sindromo (ARRS) ar sunkaus ūminio respiracinio sindromo (SŪRS) koronavirusines infekcijas. Koronavirusai yra virusai, kurie cirkuliuoja tarp gyvūnų, tačiau žinoma, kad kai kurie iš jų sukelia infekcijas žmonėms. Sukėlę infekciją žmonėms, jie toliau gali būti perduoti nuo žmogaus žmogui. Koronavirusų infekcijos šaltinis gali būti daugybė gyvūnų.

Koronavirusai cirkuliuoja tarp gyvūnų, tačiau kai kurie iš jų gali infekuoti ir žmones. Įvairūs gyvūnai gali būti koronavirusų infekcijos rezervuarais, pvz., ARRS-CoV infekcijos rezervuaras vienkupriai kupranugariai, SŪRS-CoV – civetos. SARS-CoV-2 infekcijos rezervuaras dar nėra nustatytas.

#### **3. COVID - 19 epidemiologija**

COVID-2019 taip pat gali būti perduodamas nuo žmogaus žmogui dažniausiai artimo sąlyčio su sergančiuoju koronavirusine infekcija metu, pavyzdžiui, namų ar darbo aplinkoje, gydymo įstaigoje.

Virusas plinta per orą kvėpavimo takų sekretų lašeliais, kuriuos žmonės išskiria į aplinką čiaudėdami, kosėdami ar iškvėpdami. Tokiu atveju tarp žmonių būtinas gana artimas kontaktas (manoma, kad ne didesnis nei 2 metrai). Teigiama, kad tai yra pagrindinis infekcijos plitimo būdas.

Užsikrėsti įmanoma ir liečiant įvairius aplinkos daiktus, kurie yra užteršti COVID-19 (pavyzdžiui, sergantysis nusičiaudėjo neužsidengęs ir lašeliai nusėdo ant stalo ar kitų paviršių). Sveikas asmuo palietęs tokį paviršių, o vėliau nešvariomis rankomis pasitrynęs akis ar pasikrapštes nosį gali užsikrėsti. Tačiau šiuo metu teigiama, kad tai įmanomas, bet nepagrindinis infekcijos plitimo būdas.

#### **4. Padidintos rizikos asmenų grupės**

Sveikatos priežiūros darbuotojai, teikiantys medicinos pagalbą sergantiesiems COVID-19, šeimos nariai ir kiti asmenys, artimai bendraujantys su užsikrėtusiais ar sergančiais žmonėmis.

Įtariama, kad infekcija yra pavojingesnė vyresnio amžiaus asmenims bei sergantiesiems lėtinėmis ligomis.

## II SKYRIUS COVID - 19 RIZIKŲ IDENTIFIKAVIMAS

### 5. Kontaktų rizikingumo lygiai

Eil. Nr.	Kontaktų rizikos laipsnis	Kontaktų pobūdis	Rekomendacijos po kontaktų
1.	<b>Didelės rizikos kontaktai</b>	Visi keliautojai, per pastarąsias dvi savaites buvę bet kurioje užsienio valstybėje	Privalu registruotis, <b>Nacionalinio visuomenės sveikatos centre (NVSC), užpildant interneto svetainėje pateikiamą anketą</b> , 14 dienų privalu izoliuotis ir sekti savo sveikatos būklę. Per šias 14-dienų būtiną vengti socialinių kontaktų. Už taisyklių nesilaikymą gresia atsakomybė.
		Kartu su sergančiuoju COVID-19 gyvenantis šeimos narys, sergantį COVID-19 nuolat slaugantis asmuo.	
2.	<b>Vidutinės – didelės rizikos kontaktai</b>	Darbas vienoje patalpoje su sergančiuoju, kai patiriami artimi kontaktai, reguliarius sergančiųjų COVID-19 artimųjų lankymas.	Rekomenduojamas namų karantinas ir aktyvus simptomų vertinimas 14 dienų.
3.	<b>Vidutinės rizikos kontaktai</b>	Vienoje darbovietėje, bet ne patalpoje, su COVID-19 dirbantys ir turintys epizodinių kontaktų su sergančiuoju asmenys.	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas 14 parų.
4.	<b>Mažos rizikos kontaktai</b>	Buvimas tame pačiame koridoriuje, kuriame per pastarąsias 2 valandas lankėsi COVID-19 sergantis asmuo.	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas 14 parų.
5.	<b>Nėra rizikos</b>	Jeigu nėra visų aukščiau aprašytų sąlygų, o galimas kontaktas pasireiškia tik prasilenkimu koridoriuje, rizikos nėra ir jokios stebėjimo priemonės nėra taikomos.	Rekomenduojamas aktyvus simptomų stebėjimas visą karantino laikotarpį

Šaltinis: Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto profesorius Vytautas Kasiulevičius pateikti kriterijai, pagal kuriuos galima įvertinti riziką užsikrėsti koronavirusu COVID-19. Prof. V. Kasiulevičius remiasi JAV Iliojaus valstijos mokslininkų tyrimu, kurio rezultatai publikuoti moksliniame žurnale „The Lancet“.

### 6. Virusų gyvybingumas ore ir ant paviršių

Virusas gali išlikti gyvybingas ir užkrečiamas suspenduotųjų dalelių pavidale tiek aplinkos ore, tiek ant paviršių. Virusų gyvybingumo laikas ant paviršių buvo skirtingas, priklausomai nuo medžiagos, ant kurios jis pateko.

Eil. Nr.	COVID 19 gyvybingumo laikas	Paviršiai
1.	<72 val.	Virusas išsilaikė ant plastiko ir nerūdijančio plieno
2.	<24 val.	Virusas išsilaikė ant kartoninių paviršių
3.	<4 val.	Virusas išsilaikė ant varinių, medinių paviršių
4.	<4 val.	Virusas išlieka gyvybingas patalpos ore

2020 m. kovo mėn. publikuotų amerikiečių mokslininkų tyrimais (šaltinis „New England Journal of Medicine“) nustatyta, kad virusas gali išlikti gyvybingas ir užkrečiamas suspenduotųjų dalelių pavidale iki kelių valandų, o ant paviršių – iki kelių dienų. Tyrime dalyvavo JAV Nacionalinio alergijos ir infekcinių ligų instituto, Prinstono universiteto, Kalifornijos universiteto ir JAV ligų kontrolės centrų mokslininkai.

### 7. COVID - 19 simptomai

Simptomai yra panašūs į gripą:

- karščiavimas,
- kosulys,
- dusulys ir kiti kvėpavimo sutrikimai.

Sunkesniais atvejais sukelia plaučių uždegimą, sepsį ir septinį šoką, inkstų nepakankamumą ar mirtį.

**III SKYRIUS**  
**PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS KŪNO KULTŪROS IR SPORTO CENTRO**  
**COVID – 19 PREVENČINĖS PRIEMONĖS**

**8. Prienų rajono savivaldybės kūno kultūros ir sporto centro COVID-19 prevencinės priemonės**

Eil. Nr.	Prevenčinė priemonė	Aprašymas	Atsakingas vykdytojas
1.	Administracijos darbuotojų nuotolinis darbas.	Darbuotojai, kuriems darbas gali būti organizuotas nuotoliniu būdu, dirba iš namų.	Už darbuotojų nuotolinio darbo organizavimą atsakingas direktorius.
2.	Darbuotojai nedelsdami deklaruoja apie savo ir šeimos narių grįžimus iš užsienio ar kontaktus su patvirtintais COVID- 19 atvejais.	Darbuotojai, susipažindami su prevencinių priemonių planu elektroninėmis priemonėmis bei elektroninėmis priemonėmis įsipareigoja informuoti darbdavį apie savo ir šeimos narių grįžimą iš užsienio ir/arba apie savo buvusias kontaktus su asmenimis, kuriems patvirtintas COVID-19 atvejis.	Už darbuotojų supažindinimą su prevenciniu priemonių planu atsakingas direktorius.
3.	Į įstaigos patalpas ir teritoriją neįleidžiami lankytojai bei svečiai.	Karantino metu į įstaigos teritoriją ir/arba patalpas lankytojams ir įstaigos svečiams patekti griežtai draudžiama.	Už lankytojų ir svečių patekimo į įstaigą kontrolę atsakingi sporto bazių administratorius Donatas Dainauskas ir ūkvedys Jonas Bendinskas.
4.	Asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas.	Visi įstaigos darbuotojai, kurie neturi galimybės dirbti nuotoliniu būdu, įstaigos patalpose ir/arba teritorijoje privalo dėvi asmenines apsaugos priemones (veido kaukes arba respiratorius ir apsaugines pirštines).	Už veido kaukių ir pirštinių dėvėjimą atsakingas ūkvedys Jonas Bendinskas.
5.	Dezinfekcijos priemonių įrengimas prie pagrindinio įėjimo į įstaigos patalpas.	Visi įstaigos darbuotojai, į įstaigos patalpas gali patekti tik per pagrindinį įėjimą ir atlikę rankų dezinfekciją. Prie įėjimo į įstaigos patalpas įrengta rankų dezinfekcijos vieta.	Už rankų dezinfekcijos užpildymą dezinfekciniais skysčiais atsakingas ūkvedys Jonas Bendinskas.
6.	Nuolatinė darbuotojų rankų higiena ir dezinfekcija.	Visi darbuotojai privalo laikytis sugriežtintų higienos reikalavimų (dažnai plauti ir dezinfekuoti rankas, neliesti veido, vengti bet kokio fizinio kontakto tarpusavyje).	Už higienos reikalavimų laikymąsi atsakingas kiekvienas įstaigos darbuotojas.
7.	Darbai įstaigoje organizuojami taip, kad tarp darbuotojų būtų išlaikytas maksimalus atstumas.	Darbuotojai privalo vengti tiesioginio fizinio sąlyčio su kitais tuo metu įstaigoje dirbančiais kolegomis, išlaikyti didesnę kaip 2 metrų atstumą, nesigrupuoti mažose erdvėse, nesant darbo reikalų nevaikščioti koridoriais ir nesilankyti kolegų kabinetuose ar kitose bendrose patalpose.	Už darbų įstaigoje organizavimą, taip kad tarp darbuotojų būtų išlaikytas maksimalus atstumas atsakingas direktorius, sporto bazių administratorius Donatas Dainauskas ir ūkvedys Jonas Bendinskas.
8.	Organizuojamas reguliarus patalpų valymas, dezinfekcija bei vėdinimas.	Įstaigoje reguliariai palaikoma patalpų švara. Kelis kartus per dieną gerai išvėdinamos patalpos, kuriuose vyksta veikla. Aplinkos valymui ir dezinfekavimui naudojamos koronavirusą veikiančios medžiagos – 0,1 proc. natrio hipochloritas (skiedimas santykiu 1:50, jei naudojamas buitinis baliklis, kurio pradinė koncentracija yra 5 proc.) arba 70 proc. koncentracijos etanolis.	Už patalpų vėdinimo, valymo ir dezinfekcijos organizavimą ir kontrolę atsakingi sporto bazių administratorius Donatas Dainauskas ir ūkvedys Jonas Bendinskas.
9.	Tolimesni įstaigos veiksmai sužinojus apie darbuotojui nustatytą COVID-19 ligą.	Vadovaujantis Valstybinės darbo inspekcijos rekomendacijomis nedelsiant stabdomi darbai įstaigoje, užtikrinama sąlyga visų galimai kontaktavusių su sergančiuoju asmeniu darbuotojų saviizoliacija, organizuojamas darbo patalpų dezinfekavimas.	Už darbų sustabdymą, nuotolinio darbo ar prastovos skelbimą atsakingas direktorius.

## 9. Apsaugos priemonės

Prienuj rajono savivaldybės kuno kulturos ir sporto centro darbuotojai privalo laikytis standartiniuj infekciniuj liguj plitimaj mažinančių priemoniuj:

- dažnai plauti rankas su šiltu vandeniu ir muilu,
- laikytis kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo (į alkūnės linkį ar naudotis vienkartinė servetėle, kurią panaudojus vieną kartą reikia išmesti),
- esant galimybei vengti artimo sąlyčio (išlaikyti bent dviejų metrų atstumą) su visais, ypač su tais kam yra pasireiškę kvėpavimo takų ligos simptomai, pavyzdžiui, kosulys, čiaudulys;
- neliesti burnos, akių, nosies rankomis, ypač neplautomis.
- dėvėti apsaugines kaukes ar respiratorių, apsaugines vienkartinės pirštines.

Nesant galimybės rankų nusiplauti, rekomenduojama dezinfekuoti rankas rankų dezinfekciniu skysčiu, reguliariai dezinfekuoti dažniausiai liečiamus paviršius.

## 10. Prienuj rajono savivaldybės kuno kulturos ir sporto centro darbuotojų veiksmaj pajutus COVID-19 ligos simptomus, įtariant, kad serga COVID-19 liga ar turėjus kontaktą su patvirtinta COVID 19 infekcija

Sergantis COVID-19 liga, įtariamaj, kad serga COVID-19 liga ir turėjęs sąlytį su sergančiu COVID-19, darbuotojaj privalo laikytis saviizoliacijos režimo.

**Apie darbuotoj ar jo kartu gyvenančių šeimos nariuj nustatytą saviizoliacijos režimaj, darbuotojaj telefonu ar elektroniniuj paštu privalo informuoti Prienuj rajono savivaldybės kuno kulturos ir sporto centro direktoriuj.**

Žmonėms, kuriems taikomas izoliavimasis namuose, kitoje gyvenamoje vietoje ar savivaldybės administracijos numatytose patalpose: jei per paskutines dvi savaites nuo paskutinės sąlyčio dienos ligos simptomai nepasireiškę, sąlytį turėjęs asmuo nebelaikomas keliančiu susirgimo rizikaj ir jam nėra taikomi jokie apribojimaj.

## 11. Prienuj rajono savivaldybės kuno kulturos ir sporto centro patalpų valymas

### Patalpų valymas COVID-19 pandemijos metu.

Dažnai liečiamaj paviršiai (durų rankenos, kėdės ir porankiai, stalviršiai, šviesos jungikliai, vandens čiaupaj, lifto mygtukai ir kt.) turi būti valomi kaip įmanoma dažniau (mažiausiai kartą per dieną). Bendros paskirties patalpose, kuriose nebuvo įtariamų ar patvirtinų COVID-19 atvejų, pakanka neutralaus ploviklio paviršiaus valymui

Tualetų, vonios kriauklių, sanitariniuj mazgų valymui ir dezinfekcijaj naudojama 0,1 proc. natrio hipochloritas (skiedimas santykiu 1:50, jei naudojamas buitinis baliklis, kurio koncentracija yra 5 proc.) po valymo neutraliu plovikliu. Paviršius, kuriuos gali sugadinti natrio hipochloritas, reikia valyti 70 proc. koncentracijos etanoliu prieš tai paviršius nuvalius neutraliu plovikliu.

Aplinkos valymaj atliekantys darbuotojaj, atlikdami valymo darbus, privalo dėvėti kaukes ir vienkartinės pirštines.

Valymo reikmenys turi būti tinkamai valomi kiekvieno valymo pabaigoje.

Rankų higiena turi būti atliekama kiekvieną kartą, kai nuimamos pvz., pirštines.

Valymo metu susidariusios atliekos turi būti metamos, kaip nerūšiuojamos šiukšlės.

### Patalpų valymas įtarus ar patvirtinus COVID-19 atvejį

Nustačius apie įtariamą ar patvirtintą COVID-19 atvejį įstaigos patalpos pirmiausiai turi būti vėdinamos mažiausiai 1 valandą, po to kruopščiai valomos neutraliu valikliu. Po valymo neutraliu plovikliu paviršiai nukenksminami dezinfektantu, veikiančiu virusus. Valymui naudojamas vienkartinis

valymo inventorių. Personalas, užsiimantis įstaigos patalpų valymu, kuriose buvo įtariamas ar patvirtintas COVID-19 atvejis, turi dėvėti asmenines apsaugos priemones (AAP):

- medicininę kaukę;
- uniformą ir plastikinę prijuostę;
- pirštines.

Rankų higiena atliekama kiekvieną kartą nusiėmus pirštines ar kaukę. Valymo metu susidariusios atliekos dedamos į atskirą maišą ir išmetamos kaip nerūšiuojamos atliekos.

## **12. Prienų rajono savivaldybės kūno kultūros ir sporto centro veiksmas sužinojus apie darbuotojui nustatytą COVID-19 ligą**

- nedelsiant stabdomi darbai įstaigoje;
- užtikrinama sąlyga visų galimai kontaktavusių su sergančiuoju asmeniu darbuotojų saviizoliacija:

- sudaroma galimybė dirbti nuotoliniu būdu;
- nesant galimybės dirbti nuotoliniu būdu, darbuotojas privalo kreiptis į asmens sveikatos priežiūros įstaigą su prašymu išduoti nedarbingumo pažymėjimą;

- **informuojami darbuotojai, kad jiems privalo paskambinti ir vykdyti koronaviruso karštosios linijos 1808 nurodymus.**

- atitinkamai pildomas darbo laiko apskaitos žiniaraštis;
- vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos rekomendacijomis organizuojamas darbo patalpų dezinfekavimas;

- darbo patalpų dezinfekavimo metu darbuotojams, neturėjusiems kontakto su asmeniu, kuriam nustatyta COVID-19 liga, skelbiama prastova;

- darbai atnaujinami praėjus privalomam minimaliam dezinfekcijai naudotų medžiagų veikimo ir pasišalinimo iš aplinkos laikui;

- įgyvendinus organizacines, įdiegus kolektyvines bei aprūpinus asmeninėmis apsaugos priemonėmis į darbo vietas sugrįžti bei darbus atnaujinti leidžiama tik tiems darbuotojams, kurie neturėjo kontakto su darbuotoju, kuriam nustatyta COVID-19 liga.

---