

راهنمای پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار

تأیید کنندگان:

مهندس فاضله کتابون و مدیری رییس گروه عوامل فیزیکی و ارگونومی

دکتر یحیی خسروی معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار

دکتر احمد جنیدی جعفری رئیس مرکز سلامت محیط و کار

تهیه کننده:

گروه عوامل فیزیکی و ارگونومی

بهمن ۱۳۹۸ - نسخه اول

راهنمای پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار

مرکز سلامت محیط و کار در راستای وظایف خود و حفظ سلامت شاغلین اقدام به تدوین راهنمایی در این خصوص نموده است که اجرای آن در کلیه کارگاهها اعم از صنایع دارای تشکیلات بهداشت حرفه ای (ایستگاه بهگر، خانه بهداشت کارگری و مرکز بهداشت کار) برای کارفرمایان، صاحبان صنایع و کارگران الزامی می باشد

توصیه ها برای بخش نگهداری و توزیع مواد غذایی (رستوران کارگاه ها)

- نصب تابلوهای آموزشی پیشگیری از انتقال بیماریهای تنفسی به تعداد کافی در محل
- نصب دستورعمل شستن دست ها برای پیشگیری از انتقال بیماریهای تنفسی به تعداد کافی در محل سرو مواد غذایی و سرویس های بهداشتی
- وجود مواد شوینده، گندزدا، امکانات و تجهیزات نظافت به مقدار کافی و لازم در محل
- استفاده از هواکش و سیستم تهویه مناسب در آشپزخانه و رستوران و سرویس های بهداشتی
- ممانعت از ادامه فعالیت پرسنل بیمار و مشکوک به بیماریهای تنفسی
- استفاده از پرسنل مخصوص به عنوان مسئول نظافت و استفاده از ماسک، دستکش، چکمه و لباس کار در هنگام نظافت
- نظافت و گندزدایی دستگیره های در، زرده پله ها و سرویس های بهداشتی به صورت مستمر و سایر سطوح مانند کف
- اتاق ها، راهروها، سالن های بخش تولید و....
- جداسازی سطل دستمال ها، وسایل نظافت و گندزدایی سرویس های بهداشتی از وسایل مکان های دیگر از جمله آبخوری
- جمع آوری دستمال کاغذی های استفاده شده و همچنین وسایل یک بار مصرف نظافت در کیسه های پلاستیکی محکم و سطل های درب دار پدالی و دفع آنها در آخر هر نوبت کاری توسط مسئول نظافت همان شیفت
- مجزا بودن کلیه لوازم مورد استفاده بهداشتی برای هر فرد مقیم و پرسنل
- استفاده از چادر نماز، مهر و سجاده شخصی در نمازخانه
- شستشو، نظافت و گندزدایی مستمر سرویس های بهداشتی

راهنمای پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار

- نظافت، شستشو و گندزدائی تمام سطوح سرویس های بهداشتی بعد از هر شیفت به طور مرتب
- وجود سیستم لوله کشی صابون مایع و یا حداقل ظرف همراه با مایع دستشوئی در محل سرویس های بهداشتی
- شستشو و گندزدایی مستمر کلیه قسمت های آشپزخانه و یا محل های جانبی
- آموزش های لازم به پرسنل آشپزخانه و سایر پرسنل
- آموزش، نحوه شستن دست ها برای پیشگیری از انتقال ویروس به پرسنل آشپزخانه و سایر پرسنل
- سرو نمک، فلفل، سماق و آب خوردن در بوفه، آبدارخانه، یا آشپزخانه و سالن پذیرایی در بسته بندی های یکبار مصرف و یا در غیر اینصورت گندزدایی مناسب ظروف حاوی آنها

رعایت مسایل بهداشت فردی

- پرهیز از دست دادن با یکدیگر به دلیل مسایل بهداشتی استفاده از دستمال کاغذی هنگام عطسه یا سرفه کردن و شستن مرتب دست ها با آب و صابون
- استفاده از شوینده های با پایه الکل بدون نیاز به آب توصیه می شود.
- استفاده از هواکش و باز گذاشتن درها و در صورت امکان پنجره ها

نکات مهم در زمان نظافت و گندزدایی

- گندزدایی در پایان هر شیفت کار و در میانه شیفت انجام گردد
- نظافت سطوح دارای تماس مشترک شامل: میله های افقی و عمودی، دستگیره ها، پشتی صندلی ها و وسایل حمل و نقل عمومی با کمک مواد شوینده و سپس توسط ماده گندزدای مایع الکلی بر پایه کوآترنر آمونیوم و با کمک دستمال تمیز دیگری گند زدایی انجام گردد.
- هنگام گند زدایی و نظافت، کارگاه باید خالی از کارگران بوده و درها و پنجره ها باز گذاشته شوند و هواکش جهت تهویه بهتر هوا نیز روشن باشد.
- دو مرحله نظافت و گندزدایی جدا از یکدیگر بوده و نباید هیچگونه اختلاطی بین شوینده و گندزدا انجام گیرد.
- محلول گندزدا باید روزانه تهیه و استفاده شود.
- گندزدا باید با آب سرد یا معمولی تهیه گردد.

راهنمای پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار

- فرد / افراد مسئول نظافت در هنگام نظافت باید از وسایل حفاظت فردی شامل ماسک، دستکش، و لباس کار مناسب و مقاوم در برابر خوردگی آب ژاول استفاده نمایند.
- لازم است در حین کار با ترکیبات گندزدای پایه کلره از جریان مناسب هوا در محل گندزدائی استفاده کرد تا انتشار ترکیبات کلر در فضای بسته باعث مسمومیت افراد نگردد.
- در حین کار با ترکیبات کلر و اسیدی لازم است از ماسک های تنفسی تمام صورت و با کارتریج مناسب برای گاز و بخارهای اسیدی استفاده شود.
- در حین کاربرد مواد شیمیائی لازم است از دستکش و لباس مقاوم در برابر خوردگی اسیدی استفاده شود.
- ماده مناسب برای گندزدائی (بر پایه آب، الکل و یا هیپوکلریت سدیم 1 درصد) می باشد.
- یک واحد آب ژاول (ماده سفیدکننده تجارتي با غلظت) 5% را به 5 واحد آب سرد و معمولی در ظرفی درب دار و ترجیحاً پلاستیکی اضافه نمائید.

یادآور می شود محلولی که به این ترتیب تهیه می شود لازم است در ظرف درب بسته ای نگهداری شده و

حداکثر زمان ماندگاری و قابل استفاده بودن برای عملیات گندزدائی 24 ساعت در نظر گرفته شده است .به

جهت افزایش کارآمدی ماده گندزدای درست شده، تازه مصرف کردن آن در اولویت می باشد.

- برای نظافت سطوح در کارگاهها لازم است 2 دستمال مجزا پیش بینی شود و پس از هر بار نظافت دستمال ها حتماً شسته و گندزدائی شوند تا برای نوبت بعدی استفاده آماده گردند.
- جهت زدودن و کاهش بارآلودگی سطوح از عامل بیماریزا، ابتدا سطوح با دستمال مرطوب و آغشته به مواد شوینده نظافت می گردد.
- گندزدائی توسط دستمالی جداگانه که با محلول گندزدا مرطوب و خیس شده، برای سطوح انجام می شود.
- در این قسمت دستمال در سطل یا ظرفی که محتوی محلول گندزدا است غوطه ور شده پس از فشردن و زدودن محلول اضافی بر روی کلیه سطوحی که تماس مشترک برای آنها وجود دارد کشیده می شود.
- در نظر داشته باشید که رطوبت ناشی از آغشته شدن سطوح (میله ها، دستگیره ها، و سایر سطوح) به مواد گندزدا باید در معرض هوا خشک شده و از خشک کردن سطوح با وسایل و یا دستمال دیگر خودداری نمایید.
- مدت زمان حدود 10 دقیقه ماندگاری برای اثربخشی مواد گندزدا بر روی سطوح پیش بینی می شود.

راهنمای پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار

- لازم است نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسد.
- دستمال ها و وسایلی که برای نظافت کارگاه ها استفاده می شود باید از وسایلی که برای شستشو و نظافت سرویس های بهداشتی بکار می رود جدا بوده و در هیچ شرایطی مشترکاً استفاده نگردد.
- محل نگهداری مواد شوینده و گندزدا، لباس و وسایل حفاظتی مربوطه باید پیش بینی شده و کارفرمایان موظف به تامین نیازهای مرتبط با این فعالیت ها در خطوط تولید می باشند.
- لازم است همواره در کارگاه جعبه کمک های اولیه مشتمل بر حداقل موارد ذیل باشد : یک جفت دستکش یکبار مصرف، ماده چشم شوی، یک شیشه ماده ضد عفونی کننده پوست و محل جراحی، ماده شوینده نظیر صابون و ترجیحاً صابون مایع یا صابون با پایه الکی بدون نیاز به شستشو با آب، چهار عدد گاز استریل، یک رول باند، یک پماد سوختگی، یک عدد قیچی، پنبه به مقدار کافی و ده عدد چسب زخم.

نکات مهم در حفظ و مراقبت از سلامت شاغلین

- در صورت بروز هرگونه علائم شبیه سرماخوردگی های فصلی در شاغلین مانند تب بالای 38 درجه سلسیوس، سرفه و گلو درد و سایر علائم تنفسی و تنگی نفس بلافاصله از ادامه کار خودداری نموده و به مراکز بهداشتی درمانی جهت طی دوره درمان و مراقبت های لازم ارجاع گردد.
- شروع بکار افراد فوق الذکر فقط با ارائه گواهی سلامتی و تأیید مرکز بهداشتی درمانی امکان پذیر خواهد بود . لازم است هماهنگی های لازم با کارفرما در طول مدت غیبت از کار فراهم شده و جایگزینی برای وی تا انتهای دوره درمان پیش بینی شود . در این شرایط می بایست حقوق و مزایای کامل فرد بیمار طبق مقررات سازمانی پرداخت و امنیت شغلی فرد در زمان ترک خدمت حفظ گردد.
- به جهت حفظ سلامت شاغلین و پیشگیری از ابتلا این افراد به کرونا ویروس، کارفرما موظف است حداقل به ازاء هرشیفت 2 ماسک تنفسی یکبار مصرف از نوع N95 در اختیار قرار داده و افراد فوق الاشاره ملزم به استفاده از آن می باشند.
- لازم است رانندگان خودروها که در تماس مستمر با بیمار هستند در هر رفت و برگشت سیر خود در محل مبداء و مقصد اقدام به شستشوی دست مطابق با دستورعمل پیش گفت، نمایند.
- تا برطرف شدن شرایط ویژه و مراقبت از عوامل محیطی و کاهش بار آلودگی کرونا ویروس کلیه خودروها پوشش شیشه و پرده پنجره های خود را باز نموده و با این کار باعث کاهش سطوح آلودگی در خودروها شوند.

فعالیت های آموزشی

- نصب تابلوهای توصیه ای و آموزشی برای بکارگیری تمهیدات لازم در جهت مقابله با شیوع کرونا ویروس در کارگاه
- برگزاری کلاس های آموزشی برای کارگران و کارفرمایان بصورت گروهی یا چهره به چهره
- نصب پوستر های هشدار دهنده در خصوص چگونگی کنترل بیماری کرونا
- تهیه و پخش بروشور های آموزشی نحوه شست شوی دست ها و بهداشت فردی

نکات کلیدی

- لازم است در کارگاه ها سطل های درب دار پدالی پیش بینی شود و به کارگران آموزش داده شود که موظف به امحاء دستمال های کاغذی مصرف شده در این محل ها باشند
- تخلیه سطل های زباله توسط افراد مسئول نظافت در بخش مربوطه بوده، و تخلیه آن در کیسه های پلاستیکی محکم در آخر هر شیفت صورت گرفته و وسایل طبق مقررات پیش گفت نظافت و گندزدائی گردد.
- صحت انجام مراحل و فعالیت های کنترل و مراقبت محیطی بر عهده سرپرستان کارگاه بوده و به جهت شرایط ویژه و خطر شیوع بیماری کرونا ویروس کلیه مراحل ارائه شده در این راهنما تا رفع بحران و استقرار شرایط عادی برای کلیه کارگاهها و کارفرمایان لازم الاجرا میباشد.