**Rekomendācijas Iekšlietu ministijas sistēmā strādājošiem darbiniekiem par individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu COVID-19 gadījumā**

COVID-19 infekciju izraisošais koronavīruss izplatās:

* tieši kontaktējoties ar inficētu personu,
* ar sīkiem pilieniem, kas rodas inficētajai personai runājot, šķaudot vai klepojot,
* kā arī netieša kontakta ceļā, pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kas piesārņoti ar elpceļu izdalījumiem.

Visiem darbiniekiem nepieciešams ievērot personīgās higiēnas un profilakses pasākumus:

* sekot savam veselības stāvoklim un nedoties uz darbu ar elpošanas ceļu infekcijas slimības pazīmēm (klepus, sāpes kaklā, paaugstinātā ķermeņa temperatūra);
* bieži mazgāt rokas ar ūdeni un ziepēm, īpaši pēc tualetes apmeklējuma, sabiedrisku vietu apmeklēšanas, pirms ēšanas, pēc kontakta ar slimiem cilvēkiem vai viņu apkārtējo vidi;
* ja nav iespējas nomazgāt rokas, nepieciešams dezinficēt rokas ar spirtu saturošiem roku dezinfekcijas līdzekļiem;
* izvairīties no pieskaršanās sejai (acīm, degunam un mutei) ar nemazgātām rokām;
* izvairīties no tuva kontakta ar cilvēkiem, kuriem ir akūtas elpceļu infekcijas simptomi;
* klepojot un šķaudot nosegt muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmest atkritumos, un pēc tam nomazgāt rokas;
* tīrīt un dezinficēt virsmas un priekšmetus, kuriem bieži pieskaras cilvēki, ar atbilstošiem dezinfekcijas līdzekļiem. Ja nav pieejami gatavi dezinfekcijas līdzekļi, tiek rekomendēts sagatavot 0,5% nātrija hipohlorīta šķīdumu. Lielākā daļa sadzīves balinātāju satur 5% nātrija hipohlorītu. Šķidrajā balinātājā hlors ir dažādās koncentrācijās. Dezinfekcijas šķīduma pagatavošanai var izmantot jebkuras koncentrācijas balinātāja šķīdumu, izmantojot šādu formulu:

(X% pieejamajā balinātāja šķīdumā : X% vēlamā hlora) - 1= dezinfekcijas līdzeklim pievienojamais ūdens apjoms. Šajā formulā X% vēlamā hlora = 0,5 %.

*Piemēram, ja 1 litrā balinātāja hlora koncentrācija ir 5%, tad dezinfekcijas šķīduma pagatavošanai nepieciešamo ūdens daudzumu aprēķina šādi: (5 % : 0,5%) - 1 = 9 l.*

*Tas nozīmē, ka esošajam balinātāja apjomam jāpievieno 9 litri ūdens, kā rezultātā tiek iegūti 10 litri dezinfekcijas šķīduma, ka satur 0,5% hlora;*

* regulāri tīrīt un vēdināt telpas.

Iekšlietu ministrijas sitēmā nodarbinātiem veicot savus ikdienas pienākumus un **nenonākot** ciešā kontaktā[[1]](#footnote-1) ar COVID-19 pacientu nav jālieto speciāli IAL aizsardzībai pret COVID-19.

Iekšlietu ministrijas sistēmā nodarbinātiem veicot savus ikdienas pienākumus un **nonākot** kontaktā ar COVID-19 aizdomu gadījumu vai apstiprinātu COVID-19 gadījumu ieteicams:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Iespējamā kontakta vieta**  | **Kontakta veids**  | **Nepieciešamie piesardzības pasākumi un IAL** |
| **Publiska telpa/teritorija**  | Darbības, kas neietver ciešu kontaktu ar personām (pasu vai citu dokumentu pārbaude, rekomendāciju bukletu izsniegšana, īsu norādījumu sniegšana). | Ievērot distanci 2m.Nav nepieciešams lietot IAL.Iegaumē! Mazgāt rokas vai dezinficēt un izvairīties no pieskaršanās sejai (acīm, degunam un mutei). |
| **Izolācijas/uzturēšanās telpa/teritorija**  | Darbības, kas prasa uzturēšanos ar saslimušu personu vienā telpā/teritorijā un ir iespēja nodrošināt 2m distanci (saslimušas personas apsardze, transportēšana, pārrunu veikšana, perimetra nodrošinājums izolācijas vietai). | Saslimušai personai nodrošināt medicīniskās sejas maskas uzvilkšanu. Iespēju robežās ievērot 2 m distanci ar saslimušo personu. Medicīniskā sejas maska, acu aizsardzība - brilles vai sejas aizsargstikls, cimdiUzvilkšanas un novilkšanas kārtība pielikumā. |
| Darbības, kas prasa uzturēšanos ar saslimušo personu vienā telpā/teritorijā un ir ciešs “seja pret seju” kontakts un iespējama elpceļu sekrēta izplatīšanās pilienu veidā (personas fiziska aizturēšana, situācijā, ja saslimusī persona ir agresīva un veic neadekvātas darbības, piem., spļaudās, apzināti klepo utt.).  | Saslimušai personai nodrošināt medicīniskās sejas maskas uzvilkšanu. FFP2 vai FFP3 respirators, acu aizsardzība - brilles vai sejas aizsargstikls, virsvalks vai kombinezons, cimdi.Uzvilkšanas un novilkšanas kārtība pielikumā. |

Būtiski ir atcerēties, ka pēc IAL novilkšanas jādezinficē vai jāmazgā rokas ar ziepēm un ūdeni kā arī jānodrošina pareiza izlietoto IAL savākšana (marķēts polietilēna maiss/konteiners).

**Vienreizlietojāmās medicīniskās sejas maskas vai respiratorus nedrīkst lietot atkārtoti vai noņemt daļēji (atbīdot tos uz zoda vai kakla) un atkārtoti lietot.**

Dokuments sagatavots izmantojot:

1. Slimību profilakses un kontroles centra ieteikumus: <https://spkc.gov.lv/lv/aktualitates/get/nid/757>
2. Pasaules Veselības organizācijas pagaidu norādījumus <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331215/WHO-2019-nCov-IPCPPE_use-2020.1-eng.pdf>
3. Eiropas Slimību Proilakses un Kontroles centra ieteikumus <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>
1. ECDC definīcija – ciešs kontakts: persona, kas bijusi kontaktā ar COVID-19 pacientu aptuveni 2m attālumā un kontakta ilgumu vismaz 15 minūtes. [↑](#footnote-ref-1)