Uzņēmuma nosaukums

Reģ. Nr.

Vieta, datums

Apstiprinu: uzņēmuma amatpersonas vārds uzvārds, paraksts

Darbības un ieteikumi Covid-19 epidēmijas ierobežošanai

**SPKC aicina visus darba devējus:**

* iespēju robežās nodrošināt darbinieku fizisko distancēšanos (vismaz 2 m);
* sadalīt kopā (vienā telpā) strādājošos maksimāli mazākās grupās;
* ja iespējams veidot papildu aizsargbarjeras starp blakus strādājošiem darbiniekiem (pagaidu caurspīdīgas sienas/ekrāni);
* nodrošināt labu telpu ventilāciju;
* mazināt darbiniekiem no dažādām struktūrvienībām fiziskās kontaktēšanas iespēju koplietošanas telpās (garderobē, ēdamistabā, atpūtas telpās u.c.), dienesta transportā. Sanāksmes ieteicams rīkot distancēti, ja tas nav iespējams, sanāksmes laikā svarīgi ievērot fizisko distancēšanos (2 m starp krēsliem), labi vedināt telpu, cik vien iespējams mazināt sanāksmju ilgumu, kā arī dalībniekiem lietot sejas maskas;
* izvērtēt iespēju darbiniekiem strādāt attālināti;
* apsvērt sejas masku lietošanu situācijās, kad fiziskā distancēšanās nav iespējama;
* izvērtēt darbinieku komandējumu plānu un rūpīgi izvērtēt to nepieciešamību;
* pēc iespējas izvērtēt dalīto darba laiku (nodalot plūsmas ar atšķirīgiem darba laika sākumiem un beigām);
* apsvērt iespēju sadalīt laiku un cilvēku skaitu, ja tiek izmantots dienesta transporta darbinieku pārvadāšanai no/uz darba vietu;
* aktualizēt darbiniekiem rekomendācijas personīgās higiēnas un profilakses pasākumu ievērošanai:
  + 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 sadzīvē lietojamiem dezinfekcijas līdzekļiem;
  + regulāri tīrīt un vēdināt telpas.

Ja persona bijusi ciešā kontaktā ar Covid-19 infekcijas pacientu, saskaņā ar Slimību profilakses un kontroles centra epidemiologa nosacījumu personai tiek noteikta mājas karantīna.

Mājas karantīnu kontaktpersonas var pārtraukt tikai ar ģimenes ārsta atļauju divos veidos:

* 14. dienā;
* veicot testu 10. dienā un saņemot negatīvu rezultātu.

**Ieteikumi iestādei vai uzņēmumam, ja darbiniekam ir Covid-19**

1. Darbiniekiem jābūt informētiem, ka nevar nākt uz darbu vai turpināt veikt darba

pienākumus, ja ir elpceļu infekcijas pazīmes (t. sk. Covid-19 raksturīgie simptomi –

pēkšņi parādījušies ožas traucējumi, garšas izjūtas zudums vai traucējums, netipiski

izteiktas galvassāpes, stiprs nogurums neskaidru iemeslu dēļ). Saslimšanas gadījumā

darbiniekam jāpaliek mājās un jāsazinās ar savu ģimenes ārstu, it sevišķi, ja darbs ir

saistīts ar iespējamo risku citu cilvēku veselībai saskaņā ar Ministru kabineta 2018. gada 24. jūlija noteikumiem Nr. 447 “Noteikumi par darbiem, kas saistīti ar iespējamu risku citu cilvēku veselībai, un obligāto veselības pārbaužu veikšanas kārtība”.

2. Iestādei vai uzņēmumam ir jābūt rīcības algoritms, ja Covid-19 raksturīgie simptomi

parādās darbiniekiem, pildot darba pienākumus.

3. Darbiniekiem jābūt informētiem par to, kas ir jādara (saskaņā ar rīcības algoritmu), ja Covid-19 raksturīgie simptomi parādās darba vietā.

4. Ja darbiniekam darba vietā parādās Covid-19 raksturīgie simptomi, viņš nekavējoties par to informē darba vietas atbildīgo personu, stingri ievēro distanci un izvairās no tuva kontakta ar citiem kolēģiem un klientiem līdz darba vietas atstāšanai, uzvelk sejas masku, dodas uz mājām, sazinās ar savu ģimenes ārstu un seko viņa norādījumiem, t.sk. par izmeklējumu veikšanu uz Covid-19.

5. Ja saslimušajam darbiniekam ar Covid-19 raksturīgiem simptomiem ir nepieciešama

palīdzība, tad persona, kura nonāk kontaktā ar saslimušo, arī izmanto sejas masku.

6. Rekomendēts notīrīt un dezinficēt visas virsmas un priekšmetus, kurus lietojis

saslimušais darbinieks ar Covid-19 raksturīgiem simptomiem darba pienākumu

pildīšanas laikā, kā arī koplietošanas virsmas ar augstu kontakta un kontaminācijas risku (durvju rokturi, krāni, gaismas slēdži, tālruņi u. tml.). Minētais attiecas arī uz tualetes telpu, dušu, garderobi un citām koplietošanas telpām, kuras izmantojis saslimušais darbinieks. Šie pasākumi veicami arī tad, ja ir saņemta informācija par Covid-19 gadījumu darbiniekam, kurš apmeklējis darba vietu 2 dienas pirms saslimšanas vai pastāvot slimības simptomiem.

7. Ja darbinieks ar Covid-19 raksturīgiem simptomiem nevar bez kavēšanās atstāt darba vietu, tad viņu nepieciešams izolēt (nošķirt no citiem kolēģiem), ievietojot atsevišķā, labi ventilējamā telpā līdz brīdim, kad viņš var atstāt darba vietu (iestādi, uzņēmumu). Vēlams, lai saslimušais izmanto atsevišķu tualeti. Pēc izolācijas telpas un tualetes izmantošanas telpas labi izvēdina, uzkopj un dezinficē virsmas un priekšmetus, kuriem varēja pieskarties vai lietot saslimušais darbinieks, izmet izlietotās salvetes un citus atkritumus.

8. Visiem darbiniekiem nepieciešams atgādināt par Covid-19 piesardzības pasākumu

ievērošanas nepieciešamību un nozīmi, piem., distancēšanās, personīgās higiēnas,

pulcēšanas un koplietošanas telpu lietošanas ierobežojumiem u.c. prasību ievērošanu.

9. Saņemot informāciju par Covid-19 gadījumu darbiniekam (no paša darbinieka vai

SPKC epidemiologa), iestādes vai uzņēmuma vadītājs vai atbildīgā persona

nekavējoties organizē papildu Covid-19 izplatīšanās ierobežošanas pasākumus:

9.1. izvērtējot faktisko situāciju (apstākļus darba vidē, saslimušā darba pienākumus,

kontaktus ar citiem darbiniekiem, ieskaitot citu struktūrvienību darbiniekiem u. c.),

apzina kontaktpersonas, kuras atbilst šādiem kritērijiem:

Par kontaktpersonu tiek atzīta persona, kurai saslimušā darbinieka atrašanas laikā darba vietā, ka arī divas dienas pirms viņa saslimšanas (vai infekcijas laboratoriskās konstatēšanas):

o bijis personīgs kontakts ar Covid-19 inficēto personu ne tālāk kā divu metru attālumā un ilgāk par 15 minūtēm;

o bijis fizisks kontakts ar Covid-19 inficēto personu (piem., sarokošanās, apskāviens);

o bijis neaizsargāts tiešs kontakts ar Covid-19 inficētās personas inficētajiem

izdalījumiem (piemēram, uzklepots);

o kura atradusies slēgtā vidē (piemēram, darba telpā, koplietošanas vai sanāksmju

telpā, uzgaidāmajā telpā utt.) kopā ar Covid-19 inficēto personu ilgāk par 15

minūtēm.

9.2. sadarbībā ar SPKC epidemiologu precizē kontaktpersonu loku, sagatavo un nosūta

kontaktpersonu sarakstu SPKC epidemiologam, norādot to vārdus, uzvārdus, personas kodus, tālruņu numurus un pēdējo kontakta dienu;

Jāņem vērā, ka informāciju par Covid-19 inficētās personas darba vietu SPKC epidemiologs iegūst, veicot personas aptauju. Informācijas noskaidrošana un precizēšana aizņem laiku un ir atkarīga no daudziem faktoriem, t. sk. no personas līdzestības. Lai paātrinātu infekcijas izplatību ierobežojošo pasākumu veikšanu darba vietā, iestādes vai uzņēmuma atbildīgā persona, ja kļūst zināms par darbinieka inficēšanos vai saslimšanu ar Covid-19, var pirmā sazināties ar SPKC attiecīgo teritoriālo nodaļu, informēt par darbinieka inficēšanos vai saslimšanu ar Covid-19 un atstāt informāciju saziņai.

9.3. sagatavo un sniedz SPKC papildu informāciju par darbiniekiem, kuriem pēdējo 14

dienu laikā ir piešķirta darba nespējas lapa vai novēroti Covid-19 raksturīgie simptomi, lai identificētu iespējamo infekcijas avotu;

9.4. organizē darbinieku testēšanu atbilstoši norādījumiem, kas publicēti SPKC tīmekļa

vietnē, materiālā “Valsts apmaksātas Covid-19 analīzes – kam tās veic un kā jārīkojas”, https://www.spkc.gov.lv/lv/valsts-apmaksatas-covid-19-analizes-kamtas-veic-un-ka-jarikojas;

9.5. informē darbiniekus par SPKC epidemiologa ieteikumiem;

9.6. novēro darbā esošo darbinieku veselības stāvokli, nepieļauj darbinieku ar Covid-19 līdzīgiem simptomiem klātbūtni;

9.7. pastiprina Covid-19 piesardzības pasākumu izpildi atbilstoši Ministru kabineta

2020. gada 9. jūnija noteikumos Nr. 360 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi

Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” minētajiem pamatprincipiem un SPKC tīmekļa vietnē publicētajiem ieteikumiem darba devējiem:

https://www.spkc.gov.lv/lv/darba-devejiem;

9.8. pastiprina telpu un koplietošanas virsmu un priekšmetu tīrīšanas un dezinfekcijas

režīmu, telpu vēdināšanas režīmu;

9.9. sekmē mājas karantīnas nosacījumu ievērošanu (seko, lai kontaktpersonas nenāktu uz darbu), ja nepieciešams, kontaktpersonas var strādāt attālināti;

9.10. pārliecinās, ka ar Covid-19 inficētie darbinieki pēc izolācijas un kontaktpersonas

pēc mājas karantīnas atgriežas darbā ar ārsta atļauju;

9.11. sniedz citu nepieciešamo informāciju un veic citus pretepidēmijas pasākumus

darba vietā atbilstoši epidemiologu norādījumiem