

Ten materiał stanowi komentarz oraz propozycję Krajowego Konsultanta ds. Epidemiologii.
Nie jest on dokumentem obowiązującym prawnie.

Nowa grypa A(H1N1) Propozycja zaleceń dla zakładów pracy

Ogłoszenie przez WHO fazy pandemicznej nowej grypy A(H1N1) uzasadnia wzmożoną ostrożność i przygotowanie środków zapobiegawczych mających na celu zmniejszenie szybkości szerzenia się zakażeń w społeczeństwie. Pracodawcy i pracownicy mogą w tym odegrać istotną rolę.

Objawy nowej grypy A(H1N1) są podobne jak grypy sezonowej:

- gorączka
- kaszel
- ból gardła
- katar z płynną wydzieliną lub zatkanym nosem
- bóle mięśniowe i stawowe
- ból głowy
- dreszcze

W około 25-30% przypadków nowej grypy mogą występować wymioty i biegunka. Podobnie jak w grypie sezonowej część zachorowań przebiega ciężko, a nawet może zakończyć się śmiercią.

Zapobieganie szerzeniu się nowej grypy wśród zdrowych pracowników:

Szerzenie się nowej grypy, podobnie jak grypy sezonowej, odbywa się przez zakażenia drogą powietrzną i kropelkową. Możliwe jest też przenoszenie się jej przez dotykanie przedmiotów zanieczyszczonych śliną lub wydzieliną dróg oddechowych osoby chorej i następnie przenoszenie na śluzówki osoby zdrowej.

Co powinien zrobić pracodawca dla ochrony pracowników?

- Zachęcać ich do pozostania w domu w razie wystąpienia objawów grypowych i w jeśli to jest możliwe akceptować wykonywanie pracy w domu.
- Prowadzić aktywną politykę zapobiegania zakażeniom przez dostarczanie materiałów informacyjnych na temat zachowania w miejscu pracy, mycia rąk, etykiety kaszlu i czyszczenia nosa oraz promować w miejscu pracy zachowania zmniejszające prawdopodobieństwo zakażenia.
- Zapewnić miejsca do mycia rąk lub ich dezynfekcji preparatami alkoholowymi ($\geq 60\%$) i zapewnić wyposażenie tych miejsc w odpowiednie środki i materiały.
- Zapewnić higienę miejsc pracy i regularną dezynfekcją powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wydzielinami i których mogą dotykać pracownicy. Czas zakaźności wydzielin poza organizmem człowieka wynosi 2-8 godzin.
- W uzasadnionych przypadkach, po konsultacji z lekarzem lub pracownikiem PSSE, zalecić noszenie maseczek ochronnych na nos i usta w zakładach pracy lub w określonych miejscach zakładu.
- Zachęcać do szczepień przeciw grypie sezonowej oraz nowej grypie A(H1N1). Wskazane może być uzgodnione z lekarzem zorganizowanie akcji szczepień dla

pracowników. Sfinansowanie takiej akcji przez zakład pracy może, w przypadku nasilonej epidemii, okazać się korzystne finansowo dla zakładu.

Co może zrobić pracownik aby zredukować prawdopodobieństwo szerzenia się zakażeń w miejscu pracy?

- Pozostać w domu w razie choroby. Jeżeli objawy odpowiadają wymienionym wyżej objawom grypy, należy pozostać w domu 7 dni od wystąpienia objawów lub 1 dzień po ustąpieniu objawów, jeżeli objawy trwają 7 dni lub dłużej.
- W czasie kaszlu lub czyszczenia nosa zakrywać nos i usta chusteczką jednorazową, którą po jednorazowym użyciu należy wyrzucić, a ręce umyć wodą z mydłem lub zdezynfekować roztworem alkoholu.
- W rozmowie unikać bliskich kontaktów twarzą w twarz. W tym szczególnym przypadku uzasadnione jest rozmawianie z głową odwróconą od rozmówcy.
- Unikać dotykania palcami ust, nosa i powiek oczu.

Postępowanie z pracownikami narażonymi w miejscu pracy na kontakt z prawdopodobnym lub potwierdzonym przypadkiem nowej grypy A(H1N1)

Jak postępować w przypadku, gdy do pracy przyjdzie pracownik z objawami grypy, gdy nowa grypa szerzy się w miejscowości, gdzie znajduje się zakład pracy?

- Należy taką osobę umieścić w pomieszczeniu, gdzie nie przebywają inni ludzie
- Jeśli osoba z objawami grypy ma powód wejścia do pomieszczenia z innymi ludźmi, winna zakryć nos i usta chusteczką jednorazową lub płatkami ligniny, albo, jeżeli jest taka możliwość, założyć maseczkę ochronną na nos i usta.
- O sytuacji należy powiadomić bezpośredniego przełożonego osoby chorej
- Osobę chorą należy odesłać do domu, lub w przypadku ciężkiego stanu zdrowia do oddziału chorób zakaźnych, lub innego wydzielonego do leczenia grypy, zapewniając mu w tym przypadku odpowiedni transport karetką.
- Szczególną opieką należy otoczyć kobiety w ciąży, u których wystąpiły objawy grypy. Pracownicą w ciąży z objawami grypy każdorazowo należy skierować do lekarza.

Co należy zrobić dla pracowników, którzy mieli kontakt ze współpracownikiem, u którego potwierdzono, lub podejrzewano zakażenie wirusem nowej grypy A(H1N1)?

- Należy poinformować pracowników o tym kontakcie i możliwości zakażenia.
- Zalecić im codzienne pomiary temperatury i obserwację, czy nie występują u nich objawy grypy w ciągu 7 dni od kontaktu
- Zalecić im nie przychodzić do pracy i natychmiastowe zgłoszenie się do lekarza, jeżeli wystąpią u nich objawy grypowe w ciągu 7 dni od kontaktu.

Prof. dr hab. Andrzej Zieliński
Krajowy Konsultant ds. Epidemiologii