

Koronavirus - gode og viktige tiltak for å redusere smitte

Det er vanskelig å forutse sykdom og smitteutbrudd, særlig når et stort antall mennesker samles i nærheten av hverandre. Det viktigste er å være forberedt.

Vi har et felles ansvar for et trygt arbeidsmiljø og trygge fasiliteter for alle, å redusere risiko skal ha høy prioritet. Utbrudd på arbeidsplassen kan få store konsekvenser både for virksomheten og menneskene som berøres.

Hvordan forhindre spredning av virus under et utbrudd?

Infeksjoner kan hindres eller kontrolleres ved å redusere mulighetene for smitteoverføring. Ved å ta i bruk grunnleggende prinsipper i infeksjonskontroll så er vi på god vei.

Koronaviruset (COVID-19) tilhører gruppen virus med membran, eller lukkede virus. Dette er heldigvis en virustype som lett lar seg ødelegge utenfor kroppen. Det smitter fra person til person via kontakt, dråper og tilsmussede overflater. Måltrettet fokus og riktige metoder er viktigste verktøy i å holde smitten tilbake.

Fokuser først på de enkle tiltakene

Det enkleste grepet du kan gjøre er å informere dine ansatte om viktigheten av god håndhygiene. Korona spres gjennom dråpesmitte via hender og kontaktflater, som dørhåndtak, kaffemaskiner, automater og betalingsterminaler. Et godt råd er å vaske hendene ofte.

Smitte kan også skje i nær samtale eller ved hosting og nysing, når ørsmå spyttpartikler slynges ut i luften. Mange nyser mot albuen. Det er en grei nødløsning, men ikke den beste. Virusset kan nemlig leve opptil 9 dager utenfor kroppen, og klærne dine kan bære smitten rundt i over en uke. Metoden som anbefales av ISSA er å nyse i et papirlommetørkle, kaste det og vaske hendene grundig med såpe, så viruset dør.

Håndhygiene; enkelt og effektivt, men tilgjengelig nok?

God håndhygiene er det enkleste og mest kostnadseffektive tiltaket vi kan gjøre for å holde oss friske, fordi det er umulig å vite med sikkerhet om det vi berører er forurenset. Dette gjør [håndhygiene](#) til en av de viktigste infeksjonsforebyggende tiltakene vi kan gjøre.



En gjennomsnittlig håndvask varer i 4 sekunder, mens den er anbefalt å vare i 40- 60 sekunder. Bevisstgjøring og forståelse er en viktig del for å sikre gode rutiner. Dessuten demonstrerer studier gjort i helsesektoren at tilgjengelighet er viktig. Enkel tilgang på håndvask eller hånddesinfeksjon er det beste tiltaket for å sikre at folk faktisk utfører håndhygiene ofte nok.

Med dette som bakgrunn er kunnskapdeling, tilgjengelighet og plassering av håndhygienepunktene i et bygg viktige å tenke igjennom.

Overflatehygiene

De fleste smitteveier brytes ved riktig utført daglig renhold. I virustider må man være ekstra nøye med å rengjøre alle kontaktflater grundig med rene mikrofiberkluter. Det gjelder alle steder som blir berørt med hender: lysbrytere, dørhåndtak, dørblad, armlener, kraner og nedtrykksknapper på toalett.

I et normalt daglig renhold vil desinfeksjon kun være aktuelt på utsatte områder. Dette vil først og fremst benyttes på utsatte og hyppig berørte flater preventivt med høy risiko. Viktig å bemerke at desinfeksjonsmidler er basert på alkohol, og mange overflater tåler ikke å bli desinfisert uten å bli skadet.

Måltrettet fokus på kontinuerlig forbedring og metodiske tiltak vil bidra til å bryte smitteveiene, mellom mennesker og mellom mennesker og objekter. Det vi anbefaler er god personlig hygiene sammen gode renholdsrutiner og tydelig ansvarsfordeling mellom ansatte. Ta kontakt med din NRS representant så vil vi veilede deg i produkter, metoder og rutiner for et trygt arbeidsmiljø og trygge, hygieniske fasiliteter.