

**PRIRUČNIK ZA POSTUPANJE PREVENTIVNIH MERA  
RADI SPREČAVANJA POJAVE I ŠIRENJA EPIDEMIJE  
ZARAZNIH BOLESTI SA CILJEM ZAŠTITE ZDRAVLJA  
I BEZBEDNOSTI ZAPOSLENIH  
Covid-19**



Jul 2020.godine

## SADRŽAJ

Opšti pojmovi.....	3
Način prenošenja.....	3
Zaštita stanovništva od zaraznih bolesti-mere .....	4
Novi Korona virus Covid-19 .....	4
Kako se prenosi virus SARS-CoV-2 ?.....	4
Simptomi Korona virusa.....	6
Kome da se obratim ako imam simptome?.....	7
Kada treba da odem u bolnicu?.....	8
Ko spada u rizičnu grupu .....	9
Primena preventivnih mera za sprečavanje širenja zaraznih bolesti COVID-19 izazvane virusom SARS-COV-2 .....	9
Kako da se zaštitimo? .....	9
Saveti za sprečavanje širenja virusa.....	10
NOŠENJE ZAŠTITNIH MASKI .....	11
DEZINFEKCIJA PROSTORA.....	12
RAD U ZATVORENOM PROSTORU – DISTANCIRANJE .....	13
Razlog držanja distance od drugih ljudi-preraspodela radnog vremena .....	14
Kako da se ponašate u kućnoj izolaciji? .....	15
Da li treba da nosite masku kada koristite lift?.....	15
Kako da pozovete lift? .....	15
Upotreba centralne klimatizacije .....	15
Telefoni institucija u Srbiji .....	15
Izvori.....	17
PRILOG 1-Simptomi novog korona virusa, Preporuke, Uputstva, Evidencije .....	18
PRILOG 2- Odluka, Preporuke o postupanju u slučaju pojave zarazne bolesti .....	31

## Opšti pojmovi

Zarazna bolest je bolest izazvana specifičnim uzročnim agensom koja nastaje kao posledica prenosa agensa ili njegovih toksičnih produkata sa zaražene osobe ili drugog rezervoara na osetljivog domaćina, bilo direktno sa osobe na osobu ili indirektno preko zagađene hrane, vode, predmeta opšte upotrebe, prelaznog domaćina, vektora ili nežive sredine, te razmenom tečnosti koja je kontaminirana uzročnikom zaraze. Uzročnik zarazne bolesti je patogeni mikroorganizam, njegov toksični produkt ili prion.

## Način prenošenja

Kontakt je osoba koja je bila izložena slučaju zarazne bolesti ili životinji ili zagađenoj životnoj sredini na takav način da je postojala mogućnost zaražavanja.

Rezervoar infekcije je svaka osoba, životinja, insekt ili drugi zglavkar, biljka, zemljište, voda ili supstanca, kao i njihova kombinacija, u kojoj uzročnik zarazne bolesti normalno živi i razmnožava se, od koga mu primarno zavisi preživljavanje, i gde se razmnožava na takav način da se može preneti na osetljivu osobu.



Izvor infekcije je osoba, životinja, stvar ili supstanca sa koje se uzročnik prenosi na osetljivu osobu.

Nosilac uzročnika zarazne bolesti je osoba ili životinja koja nosi uzročnike zarazne bolesti, a nema prisutne simptome i znake bolesti i predstavlja rezervoar infekcije.

Epidemija zarazne bolesti je obolevanje od zarazne bolesti neuobičajeno po broju slučajeva, vremenu, mestu i zahvaćenoj populaciji ili neuobičajeno povećanje broja obolelih sa komplikacijama ili smrtnim ishodom, kao i pojava dva ili više međusobno povezanih slučajeva zarazne bolesti koja se nikada ili više godina nije pojavljivala na jednom području ili pojava većeg broja oboljenja čiji je uzročnik nepoznat, a prati ih febrilno stanje.

Epidemija od većeg epidemiološkog značaja označava pojavu teških kliničkih oblika zaraznih bolesti i/ili smrti od zarazne bolesti, pri čemu postoji opasnost od nastanka težih ekonomskih i društvenih posledica, prekograničnog prenošenja bolesti, kao i ponovna pojava slučajeva odstranjene ili iskorenjene zarazne bolesti.

Pandemija zarazne bolesti je obolevanje od zarazne bolesti koja prelazi državne granice i širi se na veći deo sveta ili svet u celini, ugrožavajući ljude u svim zahvaćenim područjima.

## Zaštita stanovništva od zaraznih bolesti-mere

Zaštita stanovništva od zaraznih bolesti jeste organizovana i sveukupna delatnost društva sa ciljem sprečavanja i suzbijanja zaraznih bolesti, kao i njihovog odstranjivanja i iskorenjivanja.

Zaštita stanovništva od zaraznih bolesti sprovodi se obavljanjem epidemiološkog nadzora i planiranjem, organizovanjem i primenom propisanih mera, kontrolom sprovođenja tih mera i obezbeđenjem materijalnih i drugih sredstava za njihovo sprovođenje.

Mere za zaštitu stanovništva od zaraznih bolesti predstavljaju skup svih aktivnosti koje planiraju, organizuju i sprovode organi Republike Srbije, autonomne pokrajine, jedinica lokalne samouprave, privredni subjekti i pravna lica, instituti i zavodi za javno zdravlje i druge zdravstvene ustanove, zdravstveni radnici i zdravstveni saradnici i fizička lica u cilju zaštite stanovništva od zaraznih bolesti.

Zaštita stanovništva od zaraznih bolesti vrši se sprovođenjem opštih, posebnih, vanrednih i drugih mera za zaštitu stanovništva od zaraznih bolesti, u skladu sa zakonom.

## Novi Korona virus Covid-19

Korona virus pripada grupi virusa koji uzrokuju bolest u rasponu od blage prehlade (koje su najčešće) do teškog akutnog respiratornog sindroma (SARS). Prvi put su izolovani 1962. godine i od tada do danas su dokazani kao prouzrokovani oboljenja kod sisara i ptica. Postoje korona virusi koji uzrokuju oboljenje samo kod životinja. Infekcije korona virusima su česte u ljudskoj populaciji. Procenjuje se da virusi iz ove grupe prouzrokuju oko polovine svih respiratornih infekcija kod čoveka.

Novi korona virus (SARS-Cov-2) pripada istoj podgrupi virusa kao i već poznati korona virusi (MERS-CoV, SARS-CoV). Potvrđen je interhumani prenos virusa.



## Kako se prenosi virus SARS-CoV-2 ?

### Kapljičnim putem

- Virus SARS-CoV-2 prenosi se sa čoveka na čoveka putem kapljica koje je zaražena osoba izbacila kašljanjem ili kihanjem. Virus u kapima sekreta i pljuvačke ulazi preko usta, nosa i očiju osobe u neposrednoj blizini (na udaljenosti do oko 1 m)
- Bliski kontakt obolelog sa ljudima u blizini, distanca manja od 2 metra, zagrljaji, poljupci, rukovanje olakšavaju prenošenje virusa.



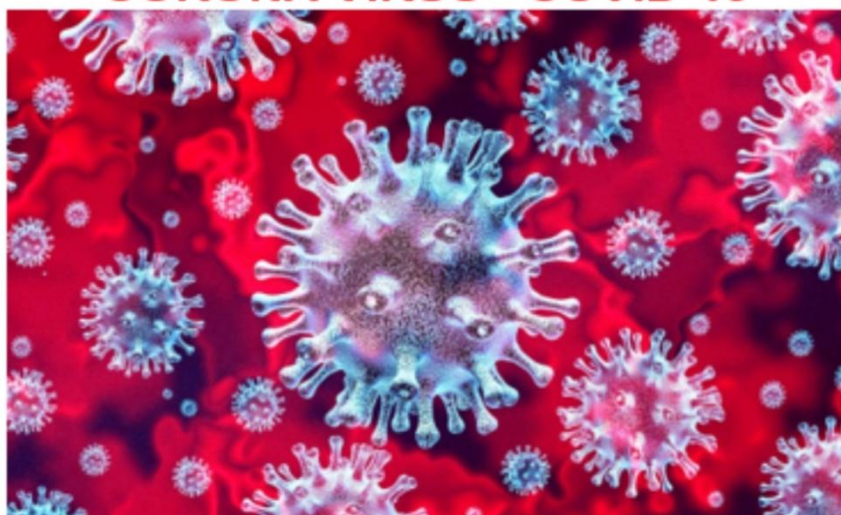
### Dodirom površine na kojoj se nalazi virus

- Osoba koja dođe u kontakt sa zaraženom površinom a potom dodirne usta, nos ili oči može da oboli od COVID-19.

### Putem stolice (fekooralni put)

- Zbog ovoga je izuzetno važno temeljno prati ruke pre i posle korišćenja toaleta.

## UPUTSTVO O MERAMA PREVENCIJE ZA CORONA VIRUS - COVID-19



### ZAŠTITITE SE

Korona virusi (CoV) su velika porodica virusa koji izazivaju bolesti u rasponu od blage prehlade do težih respiratornih bolesti, poput poznatog bliskoistočnog respiratornog sindroma (MERS-CoV) i teškog akutnog respiratornog sindroma (SARS-CoV). Pored ovih poznatih korona virusa, trenutno se pojavio novi korona virus (2019-nCoV) koji je dobio naziv COVID-19. To je soj koji ranije nije identifikovan kod ljudi.

### ZNACI, SIMPTOMI INFEKCIJE KORONA VIRUSOM

Respiratorni simptomi poput:

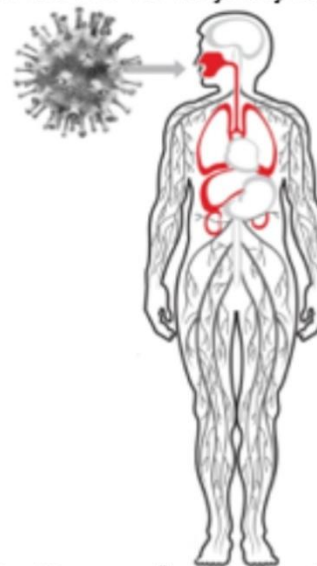
- glavobolje, curenja iz nosa,
- visoke temperature preko (38°C), groznice,
- jakog kašlja, upaljenog grla i
- otežanog disanja.

U težim slučajevima infekcije, može doći do:

- upale pluća,
- jakog akutnog respiratornog sindroma.

A u pojedinim slučajevima dolazi do:

- otkazivanja bubrega i
- smrti.



### KAKO SE ŠIRI CORONA VIRUS



Kada neko ko ima CORONA VIRUS kašlje ili izdiše, oslobađa kapljice zaražene tečnosti. Većina ovih kapljica pada na obližnje površine i predmete - poput stolova ili telefona. Ljudi bi mogli dobiti CORONA VIRUS dodirivanjem zagađenih površina ili predmeta - a zatim dodirivanjem očiju, nosa ili usta. Ako stoje na udaljenosti od jednog metra od osobe sa CORONA VIRUSOM, mogu je dobiti udisanjem kapljica koje oboleli iskija ili iskašlje. Drugim rečima, CORONA VIRUS se širi na sličan način kao i grip. Većina osoba zaraženih CORONA VIRUSOM ima blage simptome i oporavlja se.

## Simptomi Korona virusa

Korona virus napada pluća, a dva glavna simptoma su temperatura i suvi kašalj.

Simptomi infekcije izazvane Coronavirusom SARS-CoV-2 su slični simptomima gripa:

1. Nedostatak vazduha
2. Kašalj
3. Povišena telesna temperatura
4. Nesvestica
5. Bol u mišićima
6. Umor

U težim slučajevima javlja se upala pluća, akutni respiratorni sindrom, oštećenje bubrežne funkcije, sepsa i septički šok. Teži oblik bolesti zahteva bolničko lečenje.

Suvi kašalj znači da nema šljajma, navodi britanska Nacionalna zdravstvena služba (NHS).

Kontinuirani kašalj znači kašljanje koje traje duže od sat vremena ili najmanje tri epizoda kašlja tokom 24 sata. Ako obično kašljete, može biti gore nego inače.

To može dovesti do nedostatka daha, što se često opisuje kao intenzivno stezanje u grudima, otežano disanje ili osećaj gušenja.

Imate povišenu temperaturu: ako vam je temperatura iznad 37,8 stepeni Celzijusovih. Zbog toga možete osećati vrućinu ili jezu i drhtavicu.

Kao simptomi se navode i bol u grlu, glavobolja i proliv, kao i gubitak čula mirisa i ukusa.

Potrebno je pet dana da se simptomi pojave, saopštili su naučnici, ali kod nekih ljudi taj period traje i duže.

Period inkubacije virusa najčešće traje oko pet-šest dana, ali može trajati i do 14 dana, navodi Svetska zdravstvena organizacija (SZO).

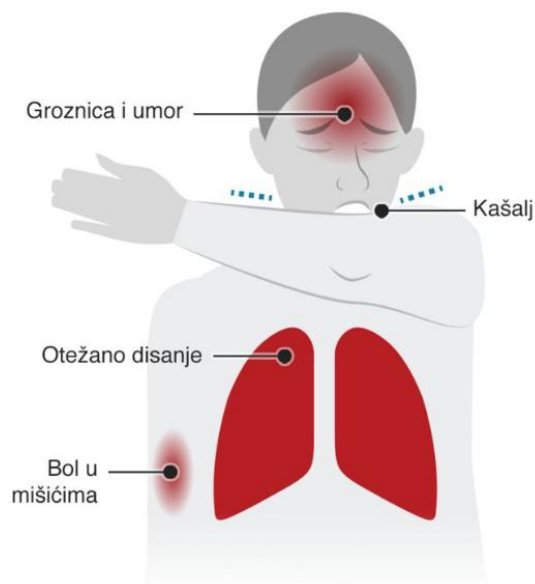
Ovi simptomi ne znače nužno da ste oboleli od korona virusa. Slično se manifestuju i drugi, mnogo češći virusi, poput prehlade i gripa.

Najveće šanse da zaražena osoba prenese virus je upravo period kada se manifestuju simptomi, ali postoje i naučna mišljenja koja ukazuju da se virus širi i pre nego što se te osobe razbole.

U ranoj fazi, simptomi korona virusa mogu da liče na početak prehlade ili gripa.

U težim slučajevima, može dovesti do upale pluća, teškog akutnog respiratornog sindroma, otkazivanja organa i smrti.

Verovatnije je da će se pojaviti teži simptomi kod starijih ljudi i osoba koje već imaju bolesti poput astme i dijabetesa ili kardiovaskularnih bolesti.



**Ukoliko mislite da imate virus,  
ovo su simptomi**

## Kome da se obratim ako imam simptome?

Većina ljudi sa korona virusom oporaviće se posle odmora i uzimanja lekova za ublažavanja bolova, poput paracetamola.

Međutim, ako imate povišenu temperaturu, kašalj i otežano dišete, trebalo bi da potražite lekarsku pomoć, jer to može biti posledica respiratorne infekcije ili drugog ozbiljnijeg stanja.

Svetska zdravstvena organizacija kaže da bi trebalo da nazovete unapred i razgovarate sa svojim lekarom, koji će vas usmeriti ka određenoj ustanovi.

**Srbija** - ukoliko ipak mislite da ste se zarazili korona virusom, pozovite 19819 ili neki od brojeva telefona koje je preporučilo Ministarstvo zdravlja na sajtu Kovid19

*Simptomi poput povišene temperature i otežanog disanja, ne moraju da ukazuju na korona virus.*

### Kako da izmerim temperaturu?

Svako sa temperaturom iznad 37,8 stepeni Celzijusa trebalo bi da se izoluje. Preporuke Nacionalne zdravstvene službe Velike Britanije:



#### Ispod pazuha:

- Stavite vrh toplomera tačno u sredinu pazušne jame
- Stegnite rukom i zadržite minut
- Izvadite i proverite temperaturu



#### Usta:

- Stavite vrh toplomera ispod jezika
- Držite ga oko jednog minuta
- Izvadite i proverite temperaturu



#### Uho:

- Nežno povucite uho da ispravite ušni kanal
- Ubacite digitalni toplomer u ušni kanal
- Pritisnite i zadržite dugme jedan sekund
- Izvucite i proverite temperaturu

\*Napomena: Toplomer možda neće biti precizan ako se ne postavi kako treba u uho

GRAFIKA

BBC

## Kada treba da odem u bolnicu?

Glavni razlog zbog kojeg je ljudima potrebno bolničko lečenje je otežano disanje.

Lekari mogu pregledati pluća da bi videli u kakvom su stanju. Najozbiljniji slučajevi mogu zahtevati prijem na odeljenja intenzivnu negu.

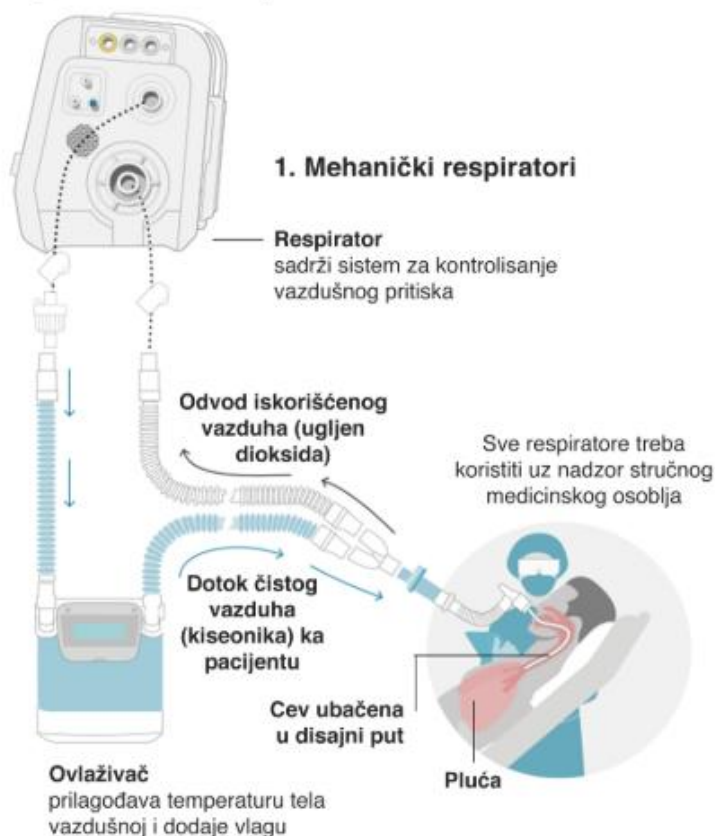
Pacijenti sa najtežim oblikom Kovida 19 stavljaju se na respiratore, kako bi mogli da dišu.

To može uključivati upotrebu maske za lice ili takozvane intubacije - ubacivanje cevi u nos.

Najinvazivniji način - za najteže pacijente - je mehanički respirator, gde se vazduh sa povećanim nivoom kiseonika gura u pluća kroz cev u ustima, nosu ili kroz mali rez u grlu.

### Kako oni rade?

Dva tipa medicinskih respiratora



### 2. Neinvazivni respiratori

Maska na licu se prisanja na nos i usta, bez ubacivanja cevi u disajne puteve

Ilustracija nije u prirodnoj veličini

Izvor: Hamilton Medical

BBC



## Ko spada u rizičnu grupu

Stari ljudi i ljudi sa hroničnim oboljenjima (poput astme, dijabetesa i srčanih bolesti) imaju više šansi da se ozbiljno razbole.



## Primena preventivnih mera za sprečavanje širenja zaraznih bolesti COVID-19 izazvane virusom SARS-COV-2

### Kako da se zaštitimo?

Redovno i temeljno pranje ruku je presudno, kažu iz zdravstvenih organizacija.



## Saveti za sprečavanje širenja virusa



Izvor: Nacionalna zdravstvena služba

BBC

Korona virus se širi kapljičnim putem - kada zaražena osoba kašlje i izbacuje kapljice u vazduh. Te kapljice onda zdrava osoba može da udahne.

Možete se zaraziti i ako dodirnete površinu na koju je pala kapljica, a zatim pipnete oči, nos ili usta.

Dakle, ljudi bi trebalo da kašlju u maramice, da ne dodiruju lice rukama ako ih nisu oprali i da izbegavaju bliski kontakt sa zaraženim osobama.



Maske za lice ne nude efektivnu zaštitu, tvrde medicinski stručnjaci.

Međutim, ukoliko ulazite u zatvorene prostore poput prodavnica, maske pružaju privremenu zaštitu.

### **Kao mere prevencije savetuju se:**

Izbegavajte kontakte sa osobama koje kašlju, kijaju, curi im nos i imaju povišenu temperaturu  
Izbegavajte masovna okupljanja i boravak u prostoru gde se nalazi veliki broj ljudi.

- ✓ Često i temeljno perite ruke (pranje vodom i sapunom najmanje 20 sekundi ili, ako to nije moguće, korišćenje alkoholnih gelova za dezinfekciju ruku).
- ✓ Kada kašljete ili kijate, pokrijte usta i nos papirnom maramicom i bacite je odmah u kantu za đubre!
- ✓ Ako nemate papirnu maramicu, pokrijte usta i nos povijenim laktom.
- ✓ Ne dodirujte prstima oči, nos i usta.
- ✓ Izbegavajte rukovanje, zagrljaj i ljubljenje.
- ✓ Držite se na odstojanju od 2 metra od sagovornika.
- ✓ Provetravajte prostorije u kojima boravite.
- ✓ Boravite što više vremena na otvorenom.



### **NOŠENJE ZAŠTITNIH MASKI**

- ✓ Zaštitne maske moraju da nose svi koji ostvaruju bliski kontakt sa drugim osobama.
- ✓ Nije svaka respiratorna infekcija izazavna korona virusom, ali svako slabljenje imuniteta za nekoga može biti kobno.
- ✓ Zaštitne maske štite vas od direktnog udisanja infektivnog agensa samo ako ih pravilno koristite.
- ✓ Jedna maska se može koristiti samo dok se neovlaži.
- ✓ Maska koja se skine više se ne može vraćati na lice i ponovo koristiti, osim platnene koja se može oprati otkuvavanjem.
- ✓ Zaštitna maska se ne sme odlagati na radne površine, u džep, ostavljati da visi oko vrata. Tako i sama postaje izvor infekcije.



#### **Kako pravilno koristiti masku za usta i nos?**



- Ne delite svoju masku s drugima u porodici
- Pre stavljanja maske operite ruke
- Maska mora da prijanja uz lice i pokriva nos, usta i bradu
- Masku ne pipajte dok je nosite
- Promenite masku kada se navlaži
- Operite ruke nakon skidanja maske
- Maske od tkanine redovno perite na najmanje 60 stepeni
- Jednokratne maske odstranite u preostali otpad (Restmüll)

## **DEZINFEKCIJA PROSTORA**

Pod dezinfekcijom podrazumevaju se postupci usmereni na uništenje najvećeg broja neželjenih mikroorganizama. U svrhu dezinfekcije poslodavac je obezbedio razna fizička i hemijska sredstva, čijim dejstvom se uništava ili inhibira i ostala populacija organizama.

Dezinfekcija se primenjuje isključivo van živog organizma, u spoljnoj sredini (zemljištu, vodi, vazduhu, na predmetima i u prostorijama gde se obavlja delatnost poslodavca).

### **Postupci dobre higijenske prakse u slučaju dezinfekcije zaposlenih i posetilaca**

- na ulazu u poslovni prostor istaknuti obaveštenje i uputstva za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti kao i preventivne mere;
- na ulazu u poslovni prostor postaviti otirače natopljene dezinficijensima – dezo baze a na pult ili sto postaviti dezinfekciona sredstva u pumpici sa raspršivačem (alkohol 70%, asepsol, sredstva na bazi natrijumhipohlorita), a u kutijama odvojeno maske (rukavice) za zaposlene prilikom dolaska na posao;
- redovno vršiti dezinfekciju sredstava prevoza
- na vidnom mestu obeležiti mesto odlaganja otpada (iskorišćene maske) i tretirati ih infektivnim otpadom,
- na samom ulasku u poslovni prostor obezbediti dezinfekciona sredstva, maske za posetioce, klijente i poslovne partnere prilikom poseta i sastanaka;
- informisati zaposlene o mogućem riziku i merama prevencije u sprečavanju zaraze korona virusom u cilju zaštite zdravlja zaposlenih kao i svim novim saznanjima, donetim Pravilnicima, Uredbama i odlukama Vlade i kriznih štabova;

### **Postupci dobre higijenske prakse u slučaju dezinfekcije poslovnog prostora**

Redovno vršiti dezinfekciju poslovnog prostora pre i posle radnog vremena tako da se sve kontaktne površine prebrišu čistim krpama natopljenim u dezinfekciona sredstva na bazi alkohola, asepsola ili natrijum hipohlorita. Kontaktne površine su površine sa kojima zaposleni dolaze u stalan kontakt kao što su: tastatura, miš, lap top i desktop računari, štampači i ostala kancelarijska oprema i nameštaj, oprema u kuhinji, toaletu, vrata, kvake, tastere za ulaz/izlaz, rukohvati i gelenderi, stepeništa, vrata i kabina lifta, tasteri i prekidači i sl.

Periodično vršiti dezinfekciju poslovnog prostora angažovanjem profesionalnih kuća (pravnih lica ili preduzetnika) koji poseduju rešenja/dozvole resornog ministarstva da mogu dezinficijensima i profesionalnom opremom čistiti radne i pomoćne prostorije.



### **Dezinfekcija kod kuće**

Ako u stanu imate zaraženog člana porodice koji mora da bude u izolaciji, svakodnevno bi trebalo da brišete nameštaj u sobi i sve površine u kupatilu sredstvom na bazi hlora (kao što je Domestos).

Perite veš (odeću i posteljinu) osobe koja je u izolaciji deterdžentom i vodom čija je temperatura između 60 i 90 stepeni. Potrudite se da ne dođe do kontakta između kontaminiranog veša i ostalog veša ukućana.

Ove radnje bi trebalo obavljati rukavicama za jednokratnu upotrebu, a potom oprati ruke.

## **Metodi dezinfekcije**

Virus je osetljiv na ultraljubičaste zrake i izlaganje toploti (temperaturi preko 56 stepeni Celzijusa u trajanju od najmanje 30 minuta), 75% etanol (alkohol), dezinfektivna sredstva koje sadrže hlor, peracetnu kiselinu i hloroform koji može uspešno da deaktivira virus (hlorheksidin ne može).

Nema dovoljno informacija o delotvornosti drugih sredstava za dezinfekciju, pa se zato ona ne preporučuju.

Možete i da sterilizujete predmete otporne na visoke temperature tako što ćete ih držati u kipućoj vodi najmanje 15 minuta.

## **RAD U ZATVORENOM PROSTORU – DISTANCIRANJE**

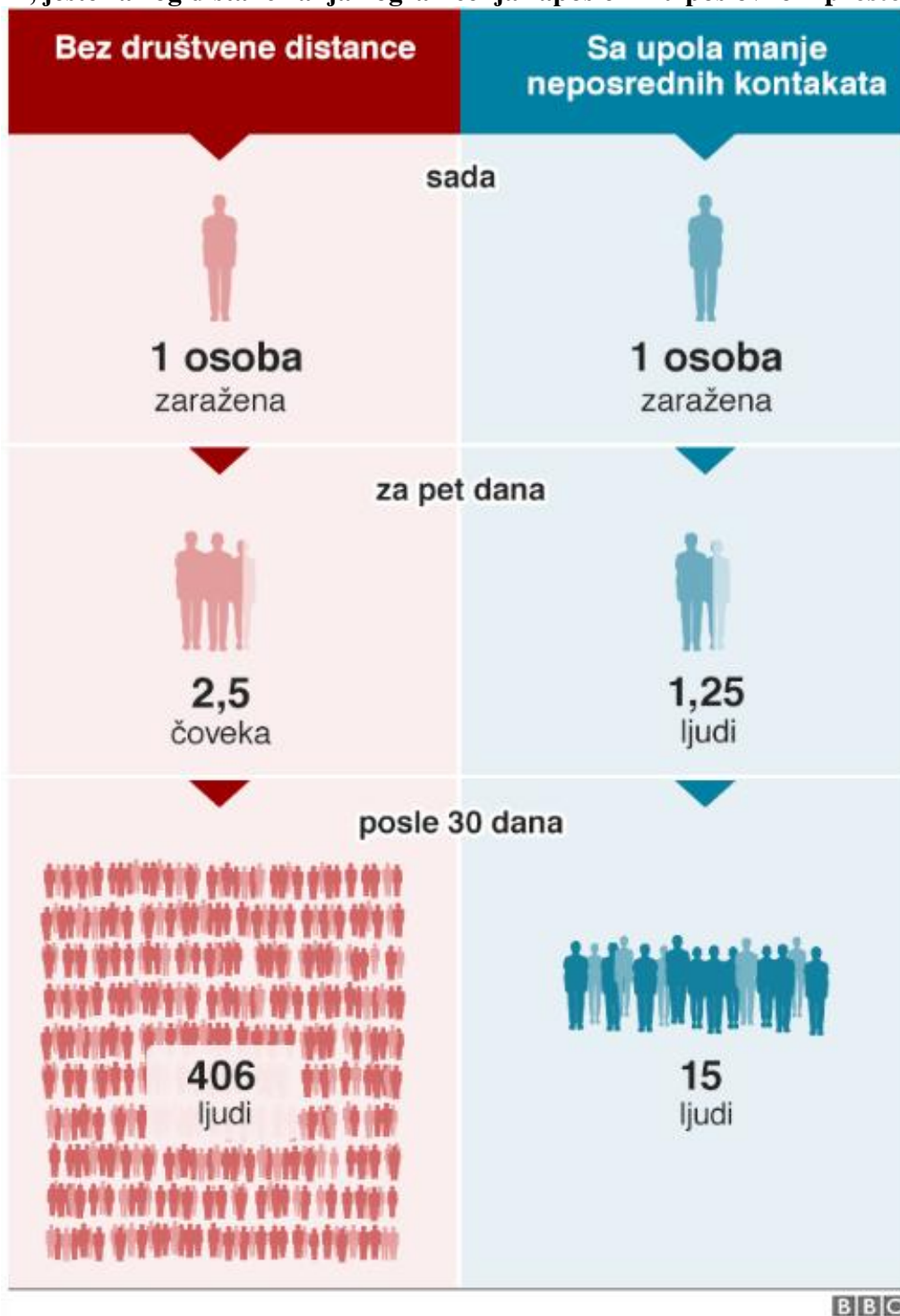
Pod pojmom držanja socijalne distance podrazumeva se organizacija izvršenja poslova kod poslodavca u skladu sa sledećim principima:

- redovno provetravati prostor;
- organizacijom rada u poslovnom prostoru, obezbedi međusobno rastojanje zaposlenih na radnom mestu u radnoj okolini od najmanje 2 metra, tako da se naprave najbolja moguća rešenja;
- organizovati rad na takav način da se izbegne kontakt sa licima za koja se sumnja da su zaražena;
- sumnja na zaraženost virusom (redovno kontrolisati stanje zdravlja zaposlenih i svakog zaposlenog koji ima zdravstvene tegobe ili sumnja na simptome zaraze (po ličnoj izjavi zaposlenog) izdvojiti iz poslovnog prostora u izolaciju i zatražiti lekarsku pomoć, a zaposlenima dati instrukcije da ukoliko imaju bilo kakve respiratorne smetnje, slabost, umor, nedostatak daha, visoku temperaturu i kašalj, da se jave neposrednom rukovodiocu da nisu u mogućnosti da dolaze na posao;



### Razlog držanja distance od drugih ljudi-preraspodela radnog vremena

Poslodavac u skladu sa mogućnostima, ukoliko nije organizovao rad u smenama, izvrši preraspodelu radnog vremena uvođenjem druge ili treće smene sa manjim brojem zaposlenih, jeste razlog distanciranja i ograničenja zaposlenih u poslovnom prostoru.



## Kako da se ponašate u kućnoj izolaciji?

Svim ljudim koji sumnjaju koji su bili u kontaktu sa zaraženim osobama ili su boravili u području intenzivne transmisije virusa savetuje se samoizolacija. Tokom samoizolacije:

1. Izbegavajte kontakt sa drugim osobama u domaćinstvu.
2. Boravite u zasebnoj sobi.
3. Nosite zaštitnu masku prilikom ulaska u zajedničke prostorije (npr. kupatilo).
4. Posle korišćenja kupatila, operite sanitarije i slavine vodom i detedžentom i dezinfikujte dezinfekcionim sredstvom.
5. Otvorite prozor na kupatilu kako bi se provetrilo pre nego što drugi član domaćinstva uđe.
6. Ne koristite zajedničke predmete sa drugim osobama u domaćinstvu (čaše, posuđe, pribor za jelo i sl.).
7. Nakon korišćenja ovih predmeta, obavezno ih operite vodom i sredstvom za pranje sudova.

## Da li treba da nosite masku kada koristite lift?

Pošto je cirkulacija vazduha u liftu slaba, preporučuje se nošenje maske.

## Kako da pozovete lift?

Postoji mogućnost da se kapljice koje sadrže virus nalaze na dugmićima i na podu lifta. Zato je najbolje da dugmad ne pritiskate neposredno rukama, već da nosite rukavice, ili da se pripomognete maramicom, ili da to uradite laktom. Ako to uradite prstom, nastojte da njime nakon toga ne dodirujete druge delove tela. Pošto izađete iz lifta, trebalo bi da operete ruke.

Trebalo bi da što ređe koristite lift, posebno ako idete na niže spratove.

## Upotreba centralne klimatizacije

### Centralna klima je opasna!

Centralna klimatizacija može da raširi zarazu. Zato za vreme epidemije korišćenje centralne klimatizacije treba da bude prekinuto ili ograničeno.

Redovno otvarajte vrata i prozore kako bi se prostorije provetravale i vazduh cirkulisao.

## Telefoni institucija u Srbiji

Telefoni institucija u Srbiji koje možete kontaktirati ukoliko imate pitanja o korona virusu:

1. Kontakt centar Ministarstva zdravlja: 19819
2. Specijalan broj Ministarstva zdravlja za pitanja u vezi sa korona virusom: 064 8945 235
3. Institut za javno zdravlje Srbije Dr Milan Jovanović Batut: 011 2684 566
4. Zavod za biocide i medicinsku ekologiju - dezinfekcija prostora - <http://biocidi.org.rs/pocetna-en/> Tel/Fax: +381 11 305 4000; +381 11 305 4044
5. GZZJZ Telefon 011/2078-600, 011/2078-601, 011/3237-351, mejl: [info@zdravlje.org.rs](mailto:info@zdravlje.org.rs)

Brojeve telefona instituta i zavode za javno zdravlje na teritoriji na kojoj boravite možete pronaći na stranici [covid19.rs](https://www.covid19.rs).

ŠALJEMO VAM ZAGRLJAJ NA  
DALJINU!

BUDI ODGOVORAN!





## Izvori

1. Zakon o zaštiti stanovništva od zaraznih bolesti ("sl. glasnik rs", br. 15/2016 i 68/2020)
2. <https://www.zdravlje.org.rs/index.php/aktuelne-vesti/855-korona-virus>
3. <https://www.bbc.com/serbian/lat/svet-51324227>
4. <https://www.belmedic.rs/edukacija/sve-o-virusu-korona>
5. <https://covid19.rs/>

# СИМПТОМИ НОВОГ КОРОНАВИРУСА

Будимо одговорни према себи и другима



**4 од 5**

инфицираних новим коронавирусом немају или имају **блге симптоме** сличне грипу

## ГЛАВНИ СИМПТОМИ



Повишена телесна температура

Суви кашаљ

Отежано дисање и губитак даха

## ПРАТЕЋИ СИМПТОМИ



Умор

Болови у мишићима

У **тежим облицима инфекције новим коронавирусом** јавља се тешка упала плућа, синдром акутног отежаног дисања, сепса и септички шок који могу узроковати смрт пацијента. Особе старије од 60 година и које болују од хроничних болести (као што су повишен крвни притисак, шећерна болест, болести срца и респираторних органа, малигне болести) подложније су тежим облицима инфекције новим коронавирусом.

Придржавајате се **општих мера заштите**



Често прање руку сапуном и водом, избегавање блиског контакта са особама које имају температуру или кашљу, рукавања и љубљења, држање раздалјине према саговорнику, кашљање у надлактицу или марамцу

Уколико имате неки од **симптома коронавируса**

одмах ставите **маску** преко уста и носа, **смањите контакте** са другим људима и укућанима,

обратите се свом изабраном лекару у надлежном дому здравља (опште медицине или педијатру) **телефоном** ради добијања даљих упутстава.



**ОСТАНИТЕ КОД КУЋЕ  
– ТИМЕ ЋЕТЕ ЗНАЧАЈНО СПРЕЧИТИ  
ШИРЕЊЕ ИНФЕКЦИЈЕ И ЗАШТИТИТИ СЕБЕ И ДРУГЕ.**

За више информација посетите [www.covid19.rs](http://www.covid19.rs)

# Нови корона вирус – како да се заштитите?

Често перите руке сапуном и водом (у трајању од најмање 20 секунди) или користите средство за дезинфекцију на бази 70% алкохола.



Избегавајте блиски контакт са особама које имају повишену температуру, кијају и/или кашљу.

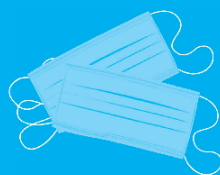
Ако кашљете или кијате прекријте уста и нос надлактицом или папирном марамицом. Марамицу одмах баците у канту за отпатке са поклопцем и оперите руке.



Избегавајте поздрављање руковањем и љубљењем, а са саговорницима одржавајте раздаљину од најмање једног метра.



Не узимајте антибиотике на своју руку.



Маску користите само ако кијате и кашљете или уколико негујете болесне.

Често проветравајте просторије у којима боравите. Избегавајте окупљања са већим бројем људи у затвореном простору.



Република Србија  
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА



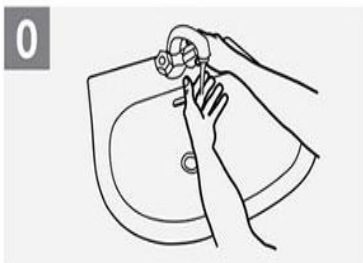
ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ СРБИЈЕ  
„Др Милан Јовановић Бетут“



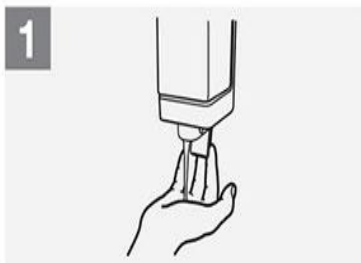
World Health  
Organization  
REGIONAL OFFICE FOR  
Europe

unicef 

za svako dete



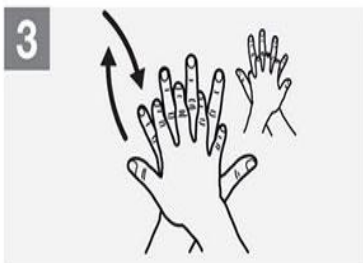
0  
Navlažite ruke toplom  
vodom



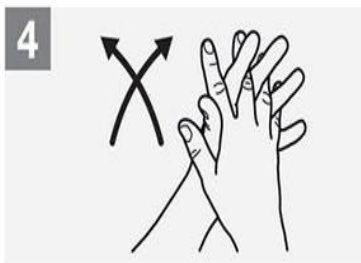
1  
Nanesite dovoljno  
sapuna za celu šaku



2  
Trljajte dlan o dlan



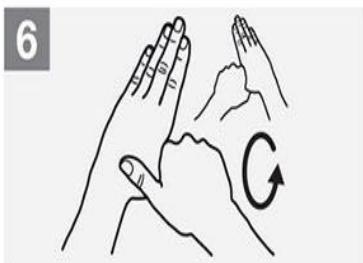
3  
Operite gornju stranu  
šake



4  
Trljajte dlan o dlan sa  
isprepletanim prstima



5  
Trljajte vrhove prstiju o  
prste suprotne šake



6  
Istrijajte palčeve  
rotirajućim pokretima



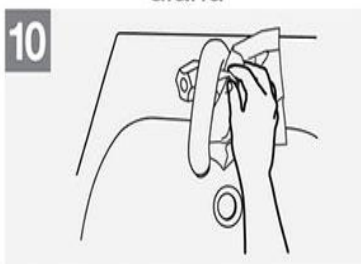
7  
Vrhovima prstiju pravite  
rotirajuće pokrete na  
dlanu



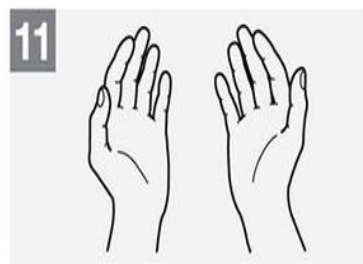
8  
Temeljno isperite šake



9  
Obrišire ruke čistim  
peškirom ili ubrusom



10  
Iskoristite peškir/ubrus  
prilikom zavrtnja slavine

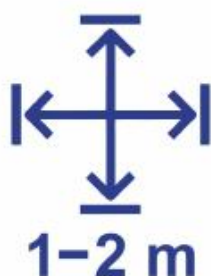


11  
Vaše ruke su čiste!



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ СРБИЈЕ  
„Др Милан Јовановић Бегу“

Често перите руке сапуном и водом (у трајању од најмање 20 секунди) или користите средство за дезинфекцију на бази 70% алкохола.



Са саговорницима одржавајте раздаљину од најмање једног, а пожељно два метра.

Маску користите уколико боравите у затвореном простору са више особа тако да маска покрива нос, уста и браду. Коришћење маске је обавезно у јавном превозу.



Често проветравајте просторије у којима боравите.

Избегавајте окупљања са већим бројем људи у затвореном простору.

Ако кашљете или кијате прекријте уста и нос надлактицом или папирном марамицом. Марамицу одмах баците у канту за отпатке са поклопцем и оперите руке.

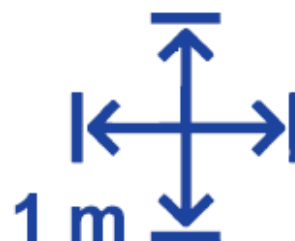
**1** Често перите руке сапуном и водом (у трајању од најмање 20 секунди) или користите средство за дезинфекцију на бази 70% алкохола.



**2** Избегавајте блиски контакт са особама које имају повишену температуру, кијају и/или кашљу.



**3** Избегавајте поздрављање руковањем и љубљењем, а са саговорницима одржавајте раздаљину од најмање једног метра.



**4** Ако кашљете или кијате прекријте уста и нос надлактицом или папирном марамицом. Мараму одмах баците у канту за отпатке са поклопцем и оперите руке.



**5** Често проветравајте просторије у којима боравите.

**6** Избегавајте окупљања са већим бројем људи у затвореном простору.

**7** Не узимајте антибиотике на своју руку.

**8** Маску користите само ако кијате и кашљете или уколико негујете болесне.



Република Србија  
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ СРБИЈЕ  
„Др Милан Јовановић Бемел”



World Health  
Organization  
REGIONAL OFFICE FOR  
Europe



unicef  
za svako dete

# Како правилно користити маску

1

Пре него што ставите маску, оперите руке средством за суво прање руку на бази алкохола или сапуном и водом



2

Прекријте уста и нос маском и уверите се да нема празнине између лица и маске



3

Избегавајте да додирујете маску док је користите; Уколико то ипак учините, оперите руке средством за суво прање руку или сапуном и водом



4

Скидање маске: **скините маску са задње стране** (немојте додиривати предњи део маске); **одмах баците маску у најближу канту за смеће; оперите руке** средством за суво прање руку на бази алкохола или сапуном и водом



5

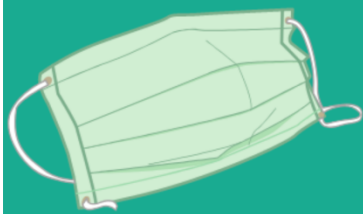
Замените маску новом чим оперете руке, и немојте поново користити маске за једнократну употребу



За више информација посетите [www.covid19.rs](http://www.covid19.rs)

**КАКО ДА ПРАВИЛНО ПОСТАВИМО,  
КОРИСТИМО, СКИНЕМО И ОДЛОЖИМО  
УПОТРЕБЉЕНЕ МАСКЕ**

**Замените маску када се  
навлажи и немојте је  
поново користити**



**World Health  
Organization**



*Evidencija o održavanju higijene i dezinfikovanju prostora, opreme za rad i svih površina koje se često dodiruju na radnom mestu*

<i>R.B.</i>	<i>Datum čišćenja</i>	<i>Vreme čišćenja</i>	<i>Vreme uklanjanja otpada</i>	<i>Količina potrošenih sapuna i dezinficijensa</i>	<i>Potpis izvršioca</i>
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

**UPUTSTVO ZA BEZBEDAN I ZDRAV RAD SA IZVOĐAČIMA  
RADOVA, DOBAVLJAČIMA, DISTRIBUTERIMA, SPOLJNIM  
SARADNICIMA**

**ZA VREME TRAJANJA EPIDEMIJE PRIDRŽAVATI SE SLEDEĆIH MERA:**

1. Na ulazu u poslovni prostor istaknuti obaveštenje i uputstva za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti kao i preventivne mere, okačiti uputstva za držanje distance, obavezno nošenje maske, rastojanje od minimum 1.5m
2. Na ulazu u poslovni prostor postaviti otirače natopljene dezificijensima – dezo baze a na pult ili na sto postaviti dezinfekciona sredstva u pumpici sa raspršivačem (alkohol 70%, asepsol, sredstva na bazi natrijumhipohlorita), a u kutijama odvojeno maske za saradnike prilikom ulaska (ukoliko nemaju masku);
3. Na vidnom mestu obeležiti mesto odlaganja otpada (iskorišćene maske ) tretirati ih infektivnim otpadom,
4. Ograničiti boravak na zatvorenom prilikom održavanja sastanaka ili prijema ili otprema robe, ukoliko se sastanak održava u zatvorenom prostoriji – Sali za sastanke na ulaznim vratima postaviti stolice tako da se održi distanca kao i zadovolji kriterijum od 4m<sup>2</sup> na 1 posetioca.
5. Na vidnom mestu istaknuti pisana uputstva o merama prevencije sprečavanja zaraze i širenja korona virusa i pravilnom održavanju lične i kolektivne higijene (u kuhinji, toaletima i sl.) tj pravilno pranje ruku i dezinfekcija.



1. У затвореном простору у коме се налази више особа, боравите што је краће могуће.

2. Број особа у затвореним просторима треба ограничити тако да је могуће обезбедити удаљеност од најмање једног, а пожељно два метра од других особа у свим правцима, са истакнутим јасним обавештењем о одржавању физичке дистанце.

3. На уласку у затворени простор поставити дезобаријеру (отирач натопљен дезинфекционим средством на бази хлора у складу

са упутством произвођача).

4. У затвореним просторима мора бити доступан диспензер, пожељно бесконтактни, са средством за дезинфекцију руку на бази 70% алкохола и јасно истакнуто обавештење о обавези дезинфекције руку.
5. Обавезно је ношење маске уколико боравите у затвореном простору са више особа, и то тако да маска покрива нос, уста и браду.
6. Редовно проветравати просторије природним путем (отварањем прозора), када год је то могуће. Централизоване вентилационе системе или клима уређаје користити у таквом режиму рада да се ваздух измеђује само свежим спољним ваздухом, без рецикулације ваздуха. За рад система за вештачку вентилацију морају се консултовати компаније/сервиси за њихову уградњу и одржавање. Замена филтера и/или уградња посебних филтера на уређајима вештачке вентилације, одређивање учесталости замене филтера и сагледавање потреба за уградњу посебних, обавља се у консултацији и уз сагласност компанија које су одговорне за њихову уградњу и одржавање.
7. Ако се затворени простор користи за одржавање састанака, после састанка обезбедити довољно дугу паузу током које се простор може очистити и дезинфиковати средством на бази хлора у складу са упутством произвођача или средством на бази 70% алкохола, а потом и проветрити најмање пола сата након чишћења. Површине које се често додирују рукама пребрисати дезинфекционим средством на бази 70% алкохола (радне столове, тастатуре компјутера, компјутерски миш, телефон).
8. Воду и сокове током састанка служити у оригиналној амбалажи. Избежавати служење хране.
9. Препорука је да кафетерије и слични простори где се продају и служе вода, сокови или храна, а који се налазе у склопу затворених простора, не раде до

даљњег како би се и смањило окупљање већег броја особа на једном месту и скратило време боравка у затвореним просторима.

10. Пре напуштања затвореног простора треба дезинфиковати руке, уклонити и одложити маску на обележеним местима за хигијенско одлагање употребљених маски и поново дезинфиковати руке. Отпад одлагати у кесе у канти са педалом за ножно отварање или у кесе у отвореним кантама како би се избегло додиривање поклопца канте. Кесе са отпадом завезати пре бацања у контејнер и даље третирати у складу са процедуром за управљање отпадом, уз прописане мере заштите.

**Напомена:** Препоруке су подложне изменама у зависности од промене епидемиолошке ситуације.

## ЧИШЋЕЊЕ И ДЕЗИНФЕКЦИЈА ПРОСТОРА ГДЕ НИСУ БОРАВИЛЕ ОСОБЕ ОБОЛЕЛЕ ОД COVID-19



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ СРБИЈЕ  
„Др Милан Јовановић Батућ“

### Упутства за чишћење:

- Пре почетка чишћења ставити маску, рукавице и обући униформу. Избежавати додиривање лица и очију током чишћења.

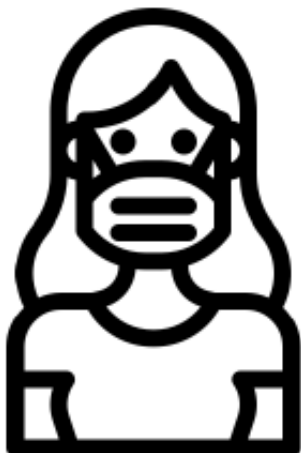


- Чишћење прво обавити прањем са водом и уз употребу стандардних детерџената, а након тога обавити дезинфекцију.
- Посебну пажњу обратити на чишћење тоалета, укључујући WC шкољку и све површине у тоалету.
- Постељину, јастучнице, ћебад и друге тканине уклонити и опрати у машини за прање веша употребом стандардних детерџената, користећи програм прања на температури од најмање 60 °C. На исти начин се перу и крпе које сте користили за чишћење.
- Рукавице и маску који су коришћени током чишћења одложити у кесу која се мора завезати пре одлагања у контејнер, а потом опрати руке сапуном и водом у трајању од најмање 20 секунди или употребом средстава за дезинфиковање руку на бази 70% алкохола.
- Одмах након чишћења пресвући одећу (униформу) која је коришћена током чишћења и након тога је опрати употребом стандардних детерџената, користећи програм прања на температури од најмање 60 °C.
- Након чишћења простор проветравати најмање 30 минута (отворити прозоре и врата и обезбедити континуирани проток ваздуха).
- Приликом коришћења средстава за чишћење важно је придржавати се упутства за употребу од стране произвођача и избегавати контакт средстава за чишћење са очима и кожом и држати их даље од деце.
- Не мешати различита средства за чишћење, а за дезинфекцију контаминираних површина или материјала избегавати употребу распршивача, проучити контактено време и оставити да средство делује према упутству произвођача.

## УПУТСТВО ЗА КОРИШЋЕЊЕ ЗАШТИТНИХ ПАМУЧНИХ МАСКИ ЗА ЛИЦЕ, МЕДИЦИНСКИХ И ФИЛТРИРАЈУЋИХ МАСКИ



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ СРБИЈЕ  
„Др Милан Јовановић Батућ“



• Потребно је да се маска правилно користи како би имала заштитну улогу.

Употреба маске не искључује потребу одржавања физичке дистанце од најмање једног а пожељно два метра и потребу одржавања опште хигијене.

**Памучне маске за лице** се кренрају и шију од памучних материјала гушћег ткања који су доступни на тржишту. Шију се од двослојних или вишеслојних материјала и носе се при свакодневним животним активностима. Маска има заштитну улогу ако се:

• користити за личну употребу и не дели са другом особом,

- пре и након стављања маске оперу руке сапуном и водом у трајању од најмање 20 секунди или дезинфикују средством на бази 70% алкохола,
- користи тако да маска прекрива уста, нос и браду и чврсто пријања уз лице,
- не додирује спољашња површина маске која је потенцијално контаминирана вирусима и маска не спушта испод браде приликом говора, конзумације напитака и хране,
- скида када се овлажи и не користи поново након скидања већ се мења новом сувом маском,
- маска након скидања одлаже у посебно за њу намењену врећицу и по доласку кући опере,
- пере у машини за прање веша употребом стандардних детерџената користећи програм прања на температури од најмање 60 °C или ручно на вишим температурама, а након тога испегла стандардном пеглом подешеном на температуру већу од 60 °C.

**Медицинске маске (хируршке маске)** првенствено се користе за заштиту других особа од излагања потенцијално заразним капљицама особе која носи маску. Намењене су за једнократну примену и углавном у медицинске сврхе.

**Филтрирајуће маске (FFP2 и FFP3)** користе се као лична заштитна опрема (ЛЗО) и намењене су заштити од честица, капљица и аеросола насталог при раду у здравственим установама. Намењене су за једнократну примену и искључиво у медицинске сврхе, у

## PRILOG 2- Odluka, Preporuke o postupanju u slučaju pojave zarazne bolesti

### ODLUKA

#### o određivanju lica za sprovođenje i kontrolu sprovođenja preventivnih mera i aktivnosti:

RED BR.	IME I PREZIME	POSL. JEDINICA	SEKTOR
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

#### Posebna ovlašćenja podrazumevaju da lica moraju da:

- na samom ulasku u poslovni prostor istaknu obaveštenje, uputstva za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti;
- na samom ulasku u poslovni prostor obezbede dezinfekciona sredstva, maske za zaposlene prilikom dolaska na posao;
- na samom ulasku u poslovni prostor obezbediti dezinfekciona sredstva, a moraju se upoznati da je ZABRANJEN ULAZ I BORAVAK bez maski za posetioce, klijente i poslovne partnere;
- obezbede dovoljno sredstava za održavanje higijene zaposlenih i dezinfekciju prostora i sredstava prevoza;
- obezbede dovoljnu količinu, izdaju na upotrebu i kontrolišu korišćenje sredstava i opreme za ličnu zaštitu na radu;
- organizuju rad na takav način da se izbegne kontakt sa licima za koja se sumnja da su zaražena;
- organizacijom rada u poslovnom prostoru, obezbedi međusobno rastojanje zaposlenih na radnom mestu u radnoj okolini od najmanje 1.5 metar, tako da se naprave najbolja moguća rešenja
- informišu zaposlene o mogućem riziku i merama prevencije u sprečavanju zaraze korona virusom u cilju zaštite zdravlja zaposlenih kao i svim novim saznanjima, donetim Pravilnikom o preventivnim merama za bezbedan i zdrav rad za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti;
- na vidnom mestu istaknu pisana uputstva o merama prevencije za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti i pravilnom održavanju lične higijene( u kuhinji, toaletima i sl.);
- redovno kontrolisati stanje zdravlja zaposlenih i svakog zaposlenog koji ima zdravstvene tegobe ili sumnja na simptome zaraze (po ličnoj izjavi zaposlenog) izdvoji iz poslovnog prostora u izolaciju i zatraži lekarsku pomoć u skladu sa preporukama lekara;
- zaposlenima dati instrukcije da ukoliko imaju bilo kakve respiratorne smetnje, slabost, umor, nedostatak daha, visoku temperaturu i kašalj, da se jave neposrednom rukovodiocu da nisu u mogućnosti da dolaze na posao;
- organizovati kompletno čišćenje i dezinfekciju poslovnog prostora pre i nakon završetka rada;

**Spisak zaposlenih koji su upoznati sa Odlukom o određivanju lica za sprovođenje i kontrolu sprovođenja preventivnih mera i aktivnosti i Planom primene preventivnih mera za sprečavanje pojave i širenja epidemije zarazne bolesti, kao i priložima Plana (nošenje maske, dezinfekcija ruku, prostora i opreme, rad u zatvorenom prostoru, uputstva, evidencije, preporuke i dr.):**

<b>R. B.</b>	<b>Ime i Prezime</b>	<b>Potpis</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		



## Допуна II препоруке у случају појаве заразне болести ЦОВИД-19

- У случају појаве заразне болести Цовид-19, обавезно на mail или телефон се обратити Градском заводу за јавно здравље 011/2078600, 011/2078601, 011/3237351, [info@zdravlje.org.rs](mailto:info@zdravlje.org.rs), или најближој епидемиолошкој служби, пријавити особу која је добила температуру или је била у контакту са зараженом особом.
  - Ако особа има симптоме, а била је у контакту са зараженом особом, обавезно да се јави градском заводу за јавно здравље или најближој епидемиолошкој служби (из тачке 1.) у чијем ће се случају особа тестирати у државној установи, Дому здравља или Заводу за јавно здравље о троику државе, стим да особа мора да буде пријављена ГЗЗЈЗ и да оде у изолацију.
  - Ако је особа била у блиском контакту (Блиским контактом се сматра особа која испуњава један од наведених услова):
    - Лице које је боравило у истој затвореној просторији са потврђеним случајем ЦОВИД-19 (на радном месту, у домаћинству, учioniци, скуновима), у периоду до 14 дана пре појаве симптома или након појаве симптома код потврђеног случаја Цовид- 19. Тестирање у локалном Дому здравља.
    - Лице које је боравило у непосредној близини (на удаљености < 2 метра, у временском периоду дужем од 15 минута) особе са потврђеним ЦОВИД-19, у периоду до два дана пре појаве симптома или 14 дана након почетка симптома код пацијента).
    - Особе под а) и б) могу се о троику државе бесплатно тестирати под условом ако имају симптоме, повишену температуру (>37 °C) и један од клиничких знакова и симптома кашаљ, краткоћа даха и отежано дисање.
- Препорука да особе преко 60 год. и хронични болесници такође треба да оду у изолацију 2 недеље и морају да се тестирају уколико су били у блиском контакту са зараженом особом.
- Приликом доласка на посао, препорука је да се свим запосленима мери температура (од стране одговорног лица или на самом улазу бесконтактним термометром) и да се за запослене направи табела у коју ће уписивати температуре измерене и у вечерњим сатима. Уколико им се појави температура одмах треба да се пријаве одговорном лицу у фирми на телефон. Затим ће одговорно лице оболелу особу пријавити Градском заводу за јавно здравље, а да се са свим осталим особама које су биле у контакту са оболелом особом поступи као према горе наведеним препорукама а, б, и.

У прилогу препоруке је ексел листа у коју ће се уписивати температура мерена у јутарњим сатима при доласку на посао а да исте листе треба да имају и запослени код себе како би уписивали вечерње мерење температуре. Најмање пратити 3 недеље За сваког запосленог одштампати табелу (лична табела) и држати код себе на радном месту, коју не треба јавно излагати. Одговорно лице које је именовано Одлуком за контролу примене мера у време ЦОВИД-19, контролише листу вечерњих температура.

### Опште мере

- Опште мере су да сви морају да носе маске за једнократну употребу, да користе алкохол 70% за дезинфекцију руку, а исти алкохол и за дезинфекцију радних површина и предмета која додирују оловке, тастатуре и мишеви, телефони, да се појачају мере чишћења и дезинфекцију простора (кваци, врата, прекидачи за светло, тастери и дугмад лифта, гелендери и рукохвати). На улазу обавезно поставити дезо баријере пи редовно их папати дезинфицијенсом према упутствима произвођача. Обавезно је држање физичке дистанце од 2м. Редовно вршити проветравање радних просторија. Придржавати се Плана превентивних мера за БЗР у доба корона вируса.
- Позвати Завод за биоциде и медицинску екологију на 011/3054000 011/3054044, [zavod@biocidi.org.rs](mailto:zavod@biocidi.org.rs) за детаљну дезинфекцију радног и помоћног простора, клима уређаја. Обављати чешће прање и дезинфекцију филтера ваздуха како у простору тако и у службеним возилима. До тада их не користити. Уколико је заражена особа била у контакту тј возила се службеним возилом, исти треба дезинфиковати, не користити клима уређаје до тада.
- Приликом одласка у посете, обавезно носити ЛЗС али захтевати и да клијенти носе иста а на столу држе пумнице са алкохолом, на улазима дезо баријере.

Београд, 18.06.2020.

пимаријус др Драгана Јајинт, проф. ред. рада

# ОБАВЕШТЕЊЕ

## ПРОЦЕДУРА ЗА ТРИЈАЖУ КОВИД СУСПЕКТНИХ ПАЦИЈЕНАТА

Београд, 24. јун 2020. године

Грађани који имају симптоме респираторних инфекција или симптоме обољевања од Covid-19 (повишена температура, кашаљ, бол у грлу) треба да се најпре јаве у посебну амбуланту (ковид амбуланта) матичног дома здравља.

У тим амбулантама ће свакоме са наведеним симптомима бити урађена дијагностика, односно рентгенски преглед плућа, крвна слика, измерена температура, урађен брзи тест. Тек након тога, и уз консултацију са лекарима из дома здравља, грађани треба да се јаве у тријажну службу Клинике за инфективне и тропске болести КЦС или КБЦ Бежанијска коса, где ће лекари наведених здравствених установа одредити даљи начин лечења.

Напомињемо да није потребно позивати телефонским путем домова здравља, већ се одмах јавити лекарима у наведеним посебним амбулантама и обавити преглед. Радно време домова здравља, односно ковид амбуланти при домовима здравља је радним данима од 7 до 20 часова, а викендом од 8 до 18 часова.

Претходних дана забележен је повећан број грађана који су директно долазили у пријемну амбуланту Клинике за инфективне и тропске болести, и то без икаквих симптома или са симптомима других обољења, која се лако и ефикасно дијагностикују и лече у домовима здравља, стога је важно да сви ковид суспектни грађани, у циљу брзе и ефикасне тријаже, поштују ову процедуру и први преглед обаве су свом дому здравља, у ковид амбуланти.



# Препоруке за осетљиве групе становништва



Често перите руке водом и сапуном (у трајању од најмање 20 секунди) или средствима која садрже 70% алкохол.

Избегавајте блиски контакт са особама које имају повишену температуру, кијају и/или кашљу.

Не дирајте очи, нос и уста неопраним рукама.



Ако кашљете или кијате прекријте уста и нос надлактицом или папирном марамицом. Мараму одмах баците у канту за отпатке са поклопцем и оперите руке.

Хируршку маску користите ако кијате и кашљете или уколико негујете болесног члана породице, док се маска не овлажи. Након скидања маске обавезно темељно оперите руке.



Избегавајте поздрављање руковањем и љубљењем, а са саговорницима одржавајте раздаљину од најмање једног метра. Често проветравајте просторије у којима боравите.

Избегавајте боравак у затвореном простору са већим бројем људи – средства јавног превоза у време највећих дневних гужви, одлазак у супер-маркете, тржне центре и друга места јавног окупљања (нпр. биоскопи, позоришта, спортске манифестације).



Уколико имате заказан лекарски преглед или вам је потребан рецепт за лекове које редовно узимате, контактирајте лекара телефоном.

Не узимајте антибиотике на своју руку.

Одржавајте хигијену животног простора.

Пратите обавештења Министарства здравља и Института за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“

[www.covid19.rs](http://www.covid19.rs)  
[www.batuf.org.rs](http://www.batuf.org.rs)

- Тренутно доступни подаци су ограничени, али у овом тренутку не постоје докази да су труднице и дојиље у већем ризику од развијања тешких облика болести **Ковид-19** од опште популације.
- Још увек не знамо да ли трудница са **Ковидом-19** може да пренесе вирус свом фетусу или беби током трудноће или порођаја. До данас, вирус није пронађен у узорцима амниотске течности или мајчиног млека.

**Труднице морају да се придржавају општих мера заштите:**



- Често перите руке сапуном и водом (у трајању најмање 20 секунди) или користите средство за дезинфекцију на бази 70% алкохола.



- Избегавајте додиривање очију, носа и уста.

**!** Ако имате грозницу, кашаљ или ако тешко дишете, обратите се надлежном дому здравља и следите упутства.

**!** Уколико имате сумњу/потврду на **Ковид-19** потребно је смањити контакт маме и бебе (смањити све облике међусобне интеракције, спавати у одвојеним собама ако је могуће итд.).

# Корона вирус: препоруке за труднице и дојиље




- Избегавајте боравак у просторији са више људи и контакт са особама које имају повишену температуру, кијају и/или кашљу.



- Избегавајте поздрављање руковањем и љубљењем, а са саговорницима одржавајте раздаљину од најмање два метра.



- Контактирајте свог гинеколога редовно телефоном ради праћења трудноће и договорите се око редовних здравствених прегледа.

## Дојење и Ковид-19

- За сада не постоје докази да се корона вирус налази у млеку мајке која је оболела од **Ковид-19**.
- Није доказано да се инфекција корона вирусом може пренети са мајке која има **Ковид-19** на дете, хуманим млеком.
- Мајка која нема респираторних тегоба, нема сумњу или доказан **Ковид-19** може да доји своју бебу на уобичајен начин, као и у свакој другој прилици.
- Мајка која има сумњу/потврду на **Ковид-19**, без изражених симптома, може да доји или храни своју бебу мајчином млеком уз примену следећих заштитних мера:



- Ако се не осећате довољно добро да бисте дојили бебу, можете да измлазате своје млеко водећи рачуна о хигијени руку и посуди за измлазање и чување млека. Овим млеком може се нахранити беба.



- Пре контакта са бебом или измлазања, оперите руке.



- Након обављеног подоја, храњења или измлазања млека, скините маску, баците је и оперите руке.

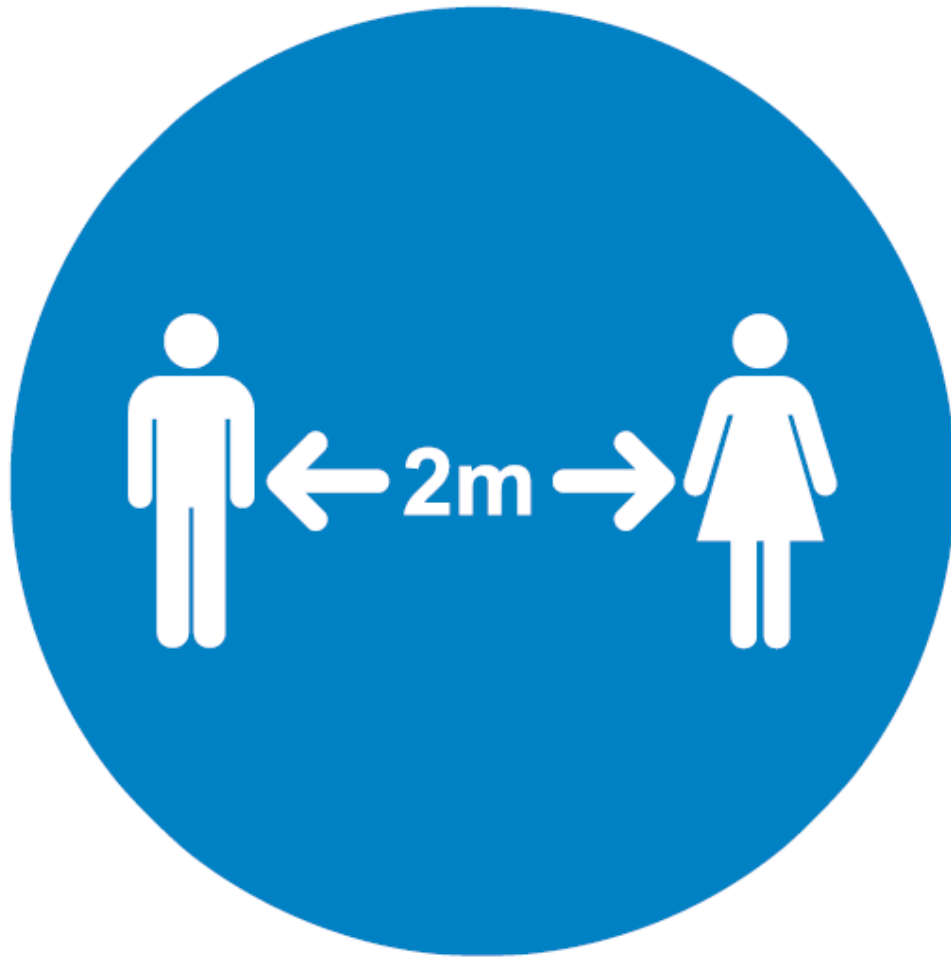


- Ставите маску на нос и уста и држите је све време док имате контакт, храните или дојите бебу.



- На овај начин чувате лактацију и стварате могућност за наставак дојења након завршетка болести.

- Дојите бебу само ако немате симптоме инфекције и добро се осећате.



DRŽI  
RASTOJANJE  
OD 1.5m

An online sign production sign nr 42075463007



Nosi  
masku