Infekcijas slimību profilakse

Epidemioloģiskās drošības pasākumu ieteikumi pašvaldību sociālajiem dienestiem

SATURS

Ievads 3
Infekcijas slimību izplatīšanās ceļi 3
Infekcijas slimību pazīmes 5
Infekcijas slimību inkubācijas periods 6
Infekcijas slimību profilakse 7
Roku higiēna 7
Elpošanas un klepus higiēna 7
Ventilācija 8
Vides tīrīšana un tīrības uzturēšana 8
Individuālie aizsardzības līdzekļi (IAL) 8
IAL lietošana akūtu elpceļu un zarnu infekciju gadījumā 9
Vakcinācija 10
Piesardzības pasākumi klientu pieņemšanas laikā 10
Piesardzības pasākumi klienta dzīvesvietas apsekošanas vai mājas vizītes laikā 10
Rīcība, ja darbinieku vidū ir vairāki saslimšanas gadījumi 11
Informatīvie materiāli SPKC tīmekļa vietnē 13

Ievads

Šo ieteikumu mērķis ir sniegt pašvaldību sociālo dienestu darbiniekiem praktisku informāciju par infekcijas slimību profilakses un kontroles pasākumiem, lai mazinātu inficēšanās un infekciju izplatīšanās risku darba vidē, aizsargājot gan darbinieku, gan klientu veselību. Ieteikumi attiecas uz klientu pieņemšanu sociālajā dienestā, mājas vizītēm un citu darba pienākumu izpildi.

Sociālais dienests ir pašvaldības izveidota iestāde, kas nodrošina sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības sniegšanu un pakalpojumu administrēšanu pašvaldības iedzīvotājiem. Līdz ar to ieteikumos sniegti vispārīgi infekciju profilakses un kontroles principi, kas izmantojami kopā ar citiem norādījumiem par konkrētu infekciju pārvaldību un spēkā esošajiem noteikumiem.

Infekcijas slimību profilakse un ierobežošana ir būtiska, lai mazinātu infekcijas slimību izplatīšanās risku un aizsargātu gan sociālo pakalpojumu saņēmēju, gan pakalpojumu sniedzēju veselību. Vienlaikus infekcijas slimību profilakse un kontroles pasākumu nodrošināšana ir būtiska iestāžu vadītājiem, kuriem normatīvajos aktos noteikts pienākums nodrošināt darbinieku veselību un drošību.

Mikroorganismi ir sastopami gan apkārtējā vidē, tostarp augsnē, ūdenī un gaisā, gan cilvēka un dzīvnieku organismā. Lielākā daļa mikroorganismu cilvēka veselībai nav kaitīgi, tomēr atsevišķi mikroorganismi, tostarp baktērijas, vīrusi un sēnītes, var izraisīt infekcijas slimības. Šādus mikroorganismus sauc par infekcijas slimību izraisītājiem. Infekcijas slimības avots var būt cilvēka vai dzīvnieka organisms, kā arī vides objekts, kurā infekcijas slimības izraisītāji saglabājas, vairojas un izdalās vai var izdalīties, radot cilvēku inficēšanās risku.

Infekcijas slimību izplatīšanās ceļi

Izplatīšanās ceļš	Piemēri	Profilakse
Gaisa pilienu un aerogēnais – izraisītājs izplatās ar elpceļu sekrētu pilieniem un daļiņām, klepojot, šķaudot un runājot. Gaisa pilienu ceļā infekcijas pārnešanas risks ir vislielākais, ciešā kontaktā ar slimnieku, jo infekciozie pilieni parasti nenokļūst tālāk par 1-2 metriem no infekcijas avota. Aerogēnā ceļā infekciozas daļiņas (aerosoli) var ilgstoši saglabāties gaisā un izplatīties ar gaisa plūsmām, tādēļ inficēšanās iespējama arī personām, kuras atrodas vienā telpā ar slimnieku vai kuras tajā uzturas pēc viņa aiziešanas.	Difterija, masaliņas, gripa, garais klepus, citas elpceļu infekcijas, t. sk. aerogēnā ceļā izplatāmas – masalas, vējbakas, tuberkuloze, Covid-19	Nespecifiskā profilakse: regulāra telpu vēdināšana, mitrā uzkopšana, roku higiēna, distances (līdz diviem metriem) ievērošana, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana (medicīniskās sejas maskas, FFP2 respiratori). Specifiskā profilakse: vakcinācija, t. sk. sezonāla vakcinācija pret gripu un Covid-19 infekciju.
Netiešā kontakta – ar netīru roku starpniecību, piesārņotu pārtiku vai ūdeni	Akūtās zarnu infekcijas, piemēram, rotavīrusu un norovīrusu infekcija, salmoneloze, dizentērija (šigeloze), A hepatīts.	Nespecifiskā profilakse: roku mazgāšana un higiēna, regulāra telpu un virsmu uzkopšana un dezinfekcija; atbilstošu individuālo aizsardzības līdzekļu (cimdi) lietošana (to lietošana neaizvieto roku higiēnas pasākumus).

		Specifiskā profilakse: vakcinācija (pret A hepatītu).
Tiešā kontakta – ierosinātājs nonāk tiešā saskarē ar cilvēka ādu vai gļotādām	Kašķis, ādas sēnīšu slimības, kārpas.	Roku mazgāšana un higiēna, regulāra telpu uzkopšana un dezinfekcija, individuālo aizsardzības līdzekļu (cimdu) lietošana.
Asins pārnešanas ceļš – infekcijas ierosinātājs nokļūst asinīs caur bojātu ādu vai gļotādu, t.sk. seksuāla kontakta ceļā	HIV, B un C hepatīts, sifiliss, gonoreja, hlamidioze.	Nespecifiskā profilakse: medicīnisko instrumentu dezinfekcija un sterilizācija, individuālu skūšanās priekšmetu un zobu birstes izmantošana, kopīgu injicēšanās piederumu nelietošana, skaistumkopšanas procedūru veikšana sertificētās iestādēs, prezervatīva lietošana dzimumakta laikā. cimdu lietošana veselības aprūpē, veicot invazīvas manipulācijas. Specifiskā profilakse: vakcinācija (pret B hepatītu), laboratoriskās pārbaudes HIV, B un C hepatīta statusa pārbaudei
Vektoru pārnestās infekcijas – infekcijas ierosinātājs nokļūst cilvēka organismā ar starpnieku jeb vektoru, visbiežāk ērču vai kukaiņu kodumiem	Ērču encefalīts, laimborelioze, ērlihioze, malārija, hemorāģiskie drudži	Nespecifiskā profilakse: iestādes teritorijas uzkopšana, atbrīvošana no krūmiem, atbilstoša apģērba izvēle dodoties uz mežu utt. Specifiskā profilakse: vakcinācija (pret ērču encefalītu).

Infekcijas slimību izplatīšanās procesu var atspoguļot kā ķēdi, pa kuru mikroorganismi no infekcijas avota tieši (slimnieks, infekcijas slimības izraisītāja nēsātājs, inficēts dzīvnieks) vai ar apkārtējo vides priekšmetu starpniecību nokļūst līdz uzņēmīga cilvēka organismam. Ja šī ķēde jebkurā posmā tiek pārtraukta, inficēšanās risks tiek ierobežots, neļaujot mikrobiem nokļūt līdz uzņēmīgam cilvēkam. To var panākt:

1) atklājot, izolējot un izārstējot infekcijas avotus (slimniekus un nēsātājus);
2) nepieļaujot mikroorganismu izplatīšanos ar vides objektu starpniecību;
3) samazinot cilvēka uzņēmību pret infekcijas slimībām.

Infekcijas slimību pazīmes

Iestādes vadītājam jāinformē darbinieki par infekcijas slimību pazīmēm un rīcību saslimšanas gadījumā. Darbiniekam ar aizdomām par infekciju vai apstiprinātu slimības diagnozi nevajadzētu ierasties darbā līdz brīdim, kad viņš vairs nerada infekcijas izplatības risku. Tāpat būtu svarīgi, lai darbinieki būtiskas infekcijas slimību pazīmes atpazītu ne tikai paši sev, bet arī pakalpojumu saņēmējiem. Laikus atpazītas infekcijas slimības pazīmes, ļauj izvērtēt darbiniekam risku inficēties vai izplatīt infekciju, kā arī dod iespēju sniegt padomu vērsties pie ārstniecības personas. Infekcijas slimībām var būt šādas pazīmes:

- **akūta zarnu infekcija** – caureja (šķidra vēdera izeja trīs un vairāk reizes dienā), ēstgribas zudums, nelabums, vemšana, vēdersāpes, ar vai bez ķermeņa temperatūras paaugstināšanos;
- **gripa** – pēkšņs slimības sākums, galvassāpes, drudzis, paaugstināta ķermeņa temperatūra, muskuļu sāpes, "kaulu laušanas sajūta", aizlikts deguns bez izdalījumiem no deguna, klepus;
- **citas akūto augšējo elpceļu infekcijas** – paaugstināta ķermeņa temperatūra un iesnas, klepus, šķaudīšana, rīkles iekaisums, apgrūtināta elpošana, acu konjunktīvas iekaisums;
- **akūts vīrushepatīts** – slikta dūša, ēstgribas zudums, nogurums, paaugstināta ķermeņa temperatūra, sāpes labajā paribē, iespējami zarnu trakta darbības traucējumi ar vai bez paaugstinātas ķermeņa temperatūras, vēlāk ādas un acu dzelte, tumšs urīns un gaiši izkārnījumi;
- **masalas** – klepus, iesnas, konjunktivīts (acu konjunktīvas iekaisums), izsitumi uz ādas, paaugstināta ķermeņa temperatūra;
- **masaliņas** – izsitumi, limfmezglu pietūkums un paaugstināta ķermeņa temperatūra;
- **vējbakas** – paaugstināta ķermeņa temperatūra līdz 38 – 39°C, galvassāpes, vispārējs nogurums, ēstgribas zudums, pēc 2 – 4 dienām dažādās ķermeņa vietās, arī galvas matainajā daļā, parādās nelieli, nedaudz piepacelti, sārti izsitumi, kuri ātri vien piepildās ar dzidru vai bālganu šķidrumu un kļūst par pūslīšiem. Pūslīši pārplīst vai kasot tiek pārplēsti, to vietās veidojas kreveles;
- **garais klepus** – rets, sauss klepus, iesnas, nedaudz paaugstināta ķermeņa temperatūra, pēc 10-14 dienām krampjveida klepus lēkmes, galvenokārt naktīs, lēkmes var beigties ar vemšanu;
- **tuberkuloze** – klepus ar vai bez krēpām, paaugstināta ķermeņa temperatūra, ķermeņa svara zudums, pastiprināta svīšana naktīs. Jāatceras, ka pat tuberkulozes nēsātājam izteiktus slimības simptomus var nenovērot; ķermeņa temperatūras paaugstināšanās virs 37,5^{o}C (mērot ķermeņa temperatūru padusē) bez citām infekcijas slimības pazīmēm vai virs 37,0^{o}C, ja ir citas infekcijas slimības pazīmes;
- **mikrosporija** (*infekcioza ādas sēnīšu slimība*) – uz ādas apaļi vai ovāli, sārti plankumi, kas, izzūdot no centra, veido divus vienu otrā ieslēgtus gredzenus. Galvas matainajā daļā lieli plankumi ar ādas lobīšanos, mati pie pamatnes nolūzuši;
- **kašķis** – izteikta nieze un nelieli pūslīši, kas var būt klāti ar krevelītēm. Pūslīši pārsvarā ir uz vietām, kur ir plāna āda, piemēram, pirkstu starpās, uz vēdera, augšdelmu iekšpusēs pie padusēm, uz apakšdelmu locītavām pie plaukstas, uz dzimumorgāniem;
- **enterobioze (spalīšu invāzija)** - izteikta (mokoša) nieze anālās atveres apvidū, kas var būt par cēloni bezmiegam, neirastēnijai. Anālās atveres apvidus kasīšana dažreiz rada izsitumus, iekaisumu un pat strutošanu.

Infekcijas slimību inkubācijas periods

Inkubācijas periods ir laika posms no infekcijas slimības ierosinātāja iekļūšanas organismā līdz slimības sākumam (pirmajām klīniskām pazīmēm). Inficēšanās brīdī slimības ierosinātājs, iekļuvis cilvēka organismā, vēl neizraisa saslimšanu. Vajadzīgs zināms laiks, kurā tas pielāgojas organisma iekšējai videi, intensīvi vairojas, izstrādā fermentus, reizēm arī toksīnus, kas tam palīdz pārvarēt organisma aizsargbarjeras, iekļūt dziļāk guļošajos audos un izplatīties pa organismu. Dažādām infekcijas slimībām inkubācijas perioda garums ir dažāds, tas atkarīgs no ierosinātāja attīstības procesa organismā, kā arī no organisma reakcijas īpatnībām. Zinot inkubācijas perioda garumu, epidēmijas perēklī vieglāk atklāt infekcijas avotu. Ar saslimušo saskarē bijušās personas medicīniski novērojamas visu garāko inkubācijas periodu. Ja šajā laikā jaunu saslimšanas gadījumu nav, visi pretepidēmijas pasākumi izdarīti pareizi – infekcijas izplatīšanās ir novērsta.

Atcerieties:

- ja diviem vai vairākiem iestādes darbiniekiem parādījušās vienādas vai līdzīgas infekcijas slimības pazīmes, tas var liecināt par iespējamu infekcijas slimības, izplatīšanos kolektīvā;

- iestādes darbinieki, kuriem ir Ministru kabineta 2018. gada 24. jūlija noteikumos Nr. 447[1] minētās slimības pazīmes, t.sk. arī iepriekš minētās (skat. sadaļu "Infekcijas slimību pazīmes"), nedrīkst pildīt darba pienākumus klātienē.

[1] Ministru kabineta 2018. gada 24. jūlija noteikumi Nr.447 „Noteikumi par darbiem, kas saistīti ar iespējamu risku citu cilvēku veselībai, un obligāto veselības pārbaužu veikšanas kārtība"
https://likumi.lv/ta/id/300636-noteikumi-par-darbiem-kas-saistiti-ar-iespejamu-risku-citu-cilveku-veselibai-un-obligato-veselibas-parbauzu-veiksanas-kartiba

Infekcijas slimību profilakse

Pamata pasākumi, kas jāievēro ikdienā, lai samazinātu infekcijas slimību izplatīšanās riskus ir:

- roku higiēna;
- elpošanas un klepus higiēna;
- atbilstošu individuālo aizsardzības līdzekļu lietošana;
- telpu un virsmu tīrīšana un, ja nepieciešams, dezinfekcija;
- pietiekama telpu ventilācija.

Infekcijas pārnešanas faktori var būt asinis un citi ķermeņa šķidrumi, izdalījumi vai ekskrēcijas (izņemot sviedrus), bojāta āda vai gļotādas, kā arī jebkurš aprīkojums vai priekšmeti vidē, kas varētu būt piesārņoti.

Roku higiēna

Tīras rokas ir visefektīvākais veids, kā novērst infekcijas izplatīšanos. Roku higiēna ir roku mazgāšana un dezinfekcija, kas samazina patogēnu daudzumu uz rokām. Efektīvas roku higiēnas nodrošināšanai būtiski ievērot pareizu roku mazgāšanas un dezinfekcijas tehniku, izmantot atbilstošus higiēnas līdzekļus un veikt roku higiēnu atbilstoši noteiktajām indikācijām un nepieciešamībai. Īpaši svarīga tā ir pēc saskares ar slimnieku, tualetes apmeklēšanas, sabiedrisko vietu apmeklēšanas, saskares ar dzīvniekiem, pieskāršanās atkritumiem, pēc klepošanas, šķaudīšanas vai deguna izšņaukšanas, kā arī pēc individuālo aizsardzības līdzekļu noņemšanas un gadījumos, kad rokas ir redzami netīras.

Roku higiēnas līdzeklim jābūt atbilstošam situācijai. Ikdienā roku dezinfekcijai var izmantot spirtu saturošu roku tīrīšanas līdzekli, kura spirta koncentrācija ir vismaz 60 %. Spirtu saturošs roku tīrīšanas līdzeklis jālieto, uzklājot to uz rokām un berzējot visas roku virsmas, līdz līdzeklis ir iztvaikojis. Ja rokas ir redzami netīras vai ir bijusi saskare ar vemšanu vai fēcēm, tās jāmazgā ar šķidrajām ziepēm un ūdeni. (*sk. sadaļu "Informatīvie materiāli SPKC tīmekļa vietnē": "Roku higiēna" un "Kā un kad jāmazgā rokas").*

Elpošanas un klepus higiēna

Laba elpceļu higiēna samazina elpceļu infekciju izplatīšanos. Ir svarīgi būt uzmanīgiem ar cilvēkiem ar elpceļu infekcijas slimību simptomiem, jo tas var liecināt par infekciju.

Lai palīdzētu samazināt infekcijas izplatīšanos:

- klepojot un šķaudot aizsedziet muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmetiet atkritumos, un pēc tam nomazgājiet rokas; nodrošiniet, ka klientam ir pieejamas vienreizlietojamās salvetes;
- izlietotās salvetes nekavējoties izmetiet atkritumu tvertnē un nomazgājiet rokas;
- ja klepojot vai šķaudot nav pieejama vienreizlietojamā salvete, aizsedziet muti un degunu ar saliektas rokas elkoņa iekšējo virsmu;
- Pēc klepošanas, šķaudīšanas, salvešu lietošanas vai pēc saskares ar elpceļu izdalījumiem vai priekšmetiem, kas ir piesārņoti ar šiem izdalījumiem, nomazgājiet rokas ar ūdeni un ziepēm;
- nepieskarieties ar nemazgātām rokām acīm, degunam un mutei *(sk. sadaļu "Informatīvie materiāli SPKC tīmekļa vietnē": "Klepo vai šķaudi? Dari to pareizi!")*

Ventilācija

Ventilācija ir efektīvs līdzeklis, lai samazinātu dažu elpceļu infekciju risku. Telpas nepieciešams regulāri vēdināt, vairākas reizes dienā plaši atverot logus, lai nodrošinātu pietiekamu svaiga gaisa pieplūdi un gaisa apmaiņu telpā. Atverot logus dažādās telpas pusēs, iespējams nodrošināt lielāku gaisa plūsmu.

Arī darba aizsardzības prasības darba vietās[2] nosaka prasības slēgtu darba telpu vēdināšanai, paredzot svaiga gaisa padevi, ņemot vērā darba raksturu un nodarbināto fizisko slodzi.

Vides tīrīšana un tīrības uzturēšana

Tīra vide ir būtiska infekcijas slimību izplatīšanās riska mazināšanai. Telpas, virsmas un aprīkojums regulāri jātīra, īpašu uzmanību pievēršot virsmām un priekšmetiem, kuriem bieži pieskaras, piemēram, durvju rokturiem, galdu virsmām, krēslu roku balstiem, gaismas slēdžiem, izlietņu krāniem un sanitāro telpu aprīkojumam. Virsmām un aprīkojumam, kas tiek izmantots sociālo pakalpojumu sniegšanai, jābūt tādiem, lai tos būtu iespējams efektīvi tīrīt un, ja nepieciešams, dezinficēt.

Iestādē jābūt noteiktai telpu un aprīkojuma uzkopšanas kārtībai, norādot tīrāmās telpas un virsmas, uzkopšanas biežumu un izmantojamos tīrīšanas līdzekļus. Ikdienas uzkopšanai vairumā gadījumu pietiek ar tīrīšanu, izmantojot mazgāšanas līdzekli un ūdeni. Tīrīšana samazina mikroorganismu daudzumu uz virsmām, noņemot netīrumus un organiskās vielas.

Dezinfekcija nav nepieciešama pēc katras telpu vai virsmu tīrīšanas. To veic situācijās, kad pastāv paaugstināts infekcijas izraisītāju pārnešanas risks, piemēram, ja virsma ir piesārņota ar asinīm, ķermeņa šķidrumiem vai izdalījumiem vai ja iestādē konstatēta infekcijas slimība, kuras gadījumā nepieciešama vides dezinfekcija. Ja nepieciešama dezinfekcija, iestādes uzkopšanas kārtībā jānorāda izmantojamie dezinfekcijas līdzekļi un to lietošanas kārtība. Dezinfekcijas līdzeklis jālieto atbilstoši ražotāja norādījumiem, ievērojot norādīto lietošanas koncentrāciju un ekspozīcijas laiku. Ja uz virsmas ir redzami netīrumi vai organiskās vielas, pirms dezinfekcijas virsma vispirms jānotīra.

Izšļakstīti vai izbiruši materiāli jānotīra nekavējoties, ievērojot atbilstošus piesardzības pasākumus un, ja nepieciešams, izmantojot IAL.

Individuālie aizsardzības līdzekļi (IAL)

Individuālo aizsardzības līdzekļu (IAL) lietošana ir viens no pasākumiem infekcijas izraisītāju pārnešanas riska mazināšanai. IAL izvēle jābalsta uz konkrētās situācijas un paredzamā inficēšanās riska izvērtējumu.

Ja klientam ir infekcijas slimības pazīmes vai zināma infekcijas slimība, vispirms jāizvērtē iespēja pakalpojumu sniegt attālināti vai pārcelt klātienes apmeklējumu, ja tas ir iespējams un neierobežo personai nepieciešamā sociālā pakalpojuma saņemšanu. Ja klātienes kontakts ir nepieciešams, IAL lietošana jāpielāgo paredzamajam infekcijas izraisītāja pārnešanas riskam un veicamajām darbībām.

IAL var būt nepieciešami, ja paredzama saskare ar elpceļu izdalījumiem, asinīm, citiem ķermeņa šķidrumiem, izdalījumiem vai piesārņotiem priekšmetiem un virsmām. IAL nav jālieto

[2] Ministru kabineta 2009. gada 28. aprīļa noteikumi Nr.359 „Darba aizsardzības prasības darba vietās” https://likumi.lv/ta/id/191430-darba-aizsardzibas-prasibas-darba-vietas

situācijās, kad tie nav nepieciešami, jo nevajadzīga to lietošana rada papildu izmaksas, samazina darbinieka komfortu un palielina ietekmi uz vidi.

IAL ir vienreizlietojami, ja vien ražotājs nav paredzējis to atkārtoto lietošanu, un šādā gadījumā ir svarīgi ievērot dezinfekcijas instrukcijas.

Pirms IAL uzlikšanas un pēc to noņemšanas jāveic roku higiēna.

Medicīniskā sejas maska palīdz mazināt elpceļu pilienu izplatīšanos un to nonākšanu uz citu personu gļotādām. Savukārt FFP2 respirators nodrošina tā lietotāja aizsardzību pret gaisā esošām infekciozām daļiņām. Ja klientam ir elpceļu infekcijas simptomi, maskas lietošana gan klientam, gan darbiniekam var palīdzēt mazināt infekcijas izplatīšanās risku.

IAL lietošana akūtu elpceļu un zarnu infekciju gadījumā

Infekcijas slimības	Nepieciešamie IAL	IAL pareiza uzvilkšana	IAL pareiza noņemšana	Biežākās IAL lietošanas kļūdas
Akūtas elpceļu infekcijas	**- Medicīniskā sejas maska** ja darbiniekam jāveic klātienes konsultācijas vai mājas vizīte pie klienta ar elpceļu infekcijas pazīmēm, un paredzams tuvs kontakts. **- FFP2 respirators** ja to paredz konkrētās infekcijas profilakses rekomendācijas vai pastāv paaugstināts risks ieelpot infekciozas daļiņas	- Veic roku higiēnu. - Uzliek masku, turot aiz saitēm vai gumijām. - Pielāgo masku sejai, nosedzot degunu, muti un zodu.	- Noņem masku, turot aiz saitēm vai gumijām, nepieskaroties tās priekšpusei. - Izlietoto masku izmet atkritumos. - Veic roku higiēnu.	- Deguns nav nosegts. - Maska tiek nēsāta zem zoda vai uz kakla. - Starp masku vai respiratoru un seju ir spraugas. - Respiratora siksnas ir sakrustotas vai savērpušās. - Ar rokām tiek aizskarta maskas vai respiratora priekšpuse.
Akūtas zarnu infekcijas	**Cimdi un priekšauts** nepieciešami tikai tad, ja darbinieka pienākumu izpildē paredzama saskare ar klienta izdalījumiem vai to piesārņotiem priekšmetiem un virsmām. Ja darbinieks tikai konsultē klientu vai izvērtē viņa sociālo situāciju, šie IAL nav nepieciešami.	- Veic roku higiēnu - Uzvelk priekšautu - Uzvelk cimdus, turot tos aiz aproces	- Ritinot, novelk cimdus aiz cimda ārējās malas, izgriežot uz iekšpusi - Noņem priekšautu, to sarullējot ar piesārņoto pusi uz iekšu - Izlietotos IAL ievieto ūdensnecaurlaidīgā/ atkritumu maisā - Veic roku higiēnu	- Cimdi tiek lietoti, mērot ķermeņa temperatūru vai asinsspiedienu, ja nav paredzama saskare ar bioloģiskajiem materiāliem. - Vieni un tie paši cimdi tiek lietoti darbā ar vairākiem klientiem. - Ar piesārņotiem cimdiem tiek aiztikts telefons, dators vai durvju rokturi. - Tiek uzskatīts, ka cimdi aizstāj roku higiēnu.

(*sk. sadaļu "Informatīvie materiāli SPKC tīmekļa vietnē": "Masku lietošana" un "IAL novilkšana")*

Vakcinācija

Vakcinācija ir efektīvs veids, kā pasargāt sevi no infekcijas slimībām un to izraisītām smagām komplikācijām, kā arī mazināt infekciju izplatīšanās risku sabiedrībā. Sociālo dienestu darbiniekiem ieteicams vakcinēties atbilstoši valstī noteiktajām vakcinācijas rekomendācijām un individuālajām indikācijām, īpašu uzmanību pievēršot vakcinācijai pret sezonālo gripu un Covid-19, kā arī difteriju, stingumkrampjiem, masalām, epidēmisko parotītu, masaliņām un vējbakām. Vakcinācijas nepieciešamība pret garo klepu, B hepatītu, pneimokoku infekciju un citām vakcīnregulējamām infekcijas slimībām izvērtējama atbilstoši vakcinācijas statusam, veselības stāvoklim, darba pienākumiem un individuālajiem riska faktoriem. Par vakcinācijas nepieciešamību un piemērotāko vakcinācijas shēmu ieteicams konsultēties ar ģimenes ārstu.

Informācija par valsts apmaksātajām vakcīnām, vakcinācijas kalendāru un citām vakcinācijas rekomendācijām pieejama Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) tīmekļvietnē: https://www.spkc.gov.lv/lv/vakcinacija

Piesardzības pasākumi klientu pieņemšanas laikā

Klientu pieņemšanas laikā sociālā dienesta darbiniekam jāievēro vispārējie infekciju profilakses un kontroles pasākumi:

- pirms un pēc kontakta ar klientu, kā arī pēc saskares ar potenciāli piesārņotām virsmām vai priekšmetiem veikt roku higiēnu;
- nodrošināt klientiem un darbiniekiem iespēju veikt roku higiēnu;
- ievērot elpošanas un klepus higiēnu un, ja iespējams, nodrošināt klientiem vienreizlietojamās salvetes un atkritumu tvertni;
- regulāri vēdināt telpas un nodrošināt pietiekamu gaisa apmaiņu;
- regulāri tīrīt virsmas un priekšmetus, kuriem bieži pieskaras, īpaši durvju rokturus, galdu virsmas, krēslu roku balstus, gaismas slēdžus un sanitāro telpu aprīkojumu;
- iespēju robežās izvairīties no nevajadzīga cieša fiziska kontakta ar klientu;
- ja klientam ir infekcijas slimības pazīmes, izvērtēt iespēju pakalpojumu sniegt attālināti vai pārcelt klātienes apmeklējumu, ja tas ir iespējams, neierobežojot personai nepieciešamā sociālā pakalpojuma saņemšanu;
- ja klātienes kontakts ar personu, kurai ir aizdomas par infekcijas slimību, ir nepieciešams, izvērtēt IAL lietošanu atbilstoši paredzamajam inficēšanās riskam;
- ja nepieciešams, organizēt klientu plūsmu tā, lai mazinātu ilgstošu ciešu kontaktu starp personām, īpaši infekcijas slimību paaugstinātas izplatības vai uzliesmojuma gadījumā.

Piesardzības pasākumi klienta dzīvesvietas apsekošanas vai mājas vizītes laikā

Pirms mājas vizītes, ja iespējams, jāizvērtē ar infekcijas slimību saistītie riski, tostarp informācija par klienta veselības stāvokli, konstatētām vai iespējamām infekcijas slimības pazīmēm un zināmu infekcijas slimības diagnozi.

Mājas vizītes laikā:

- pirms un pēc kontakta ar klientu, kā arī pēc saskares ar potenciāli piesārņotām virsmām vai priekšmetiem veikt roku higiēnu;
- ievērot elpošanas un klepus higiēnu;
- izvairīties no nevajadzīga cieša fiziska kontakta ar klientu;

- izvairīties no saskares ar asinīm, ķermeņa šķidrumiem, izdalījumiem un ekskrementiem; ja šāda saskare ir paredzama, izmantot atbilstošus IAL;
- izmantot IAL atbilstoši paredzamajam inficēšanās riskam;
- nepieskarties sejai ar nemazgātām rokām;
- ja nepieciešams, pēc kontakta ar piesārņotām virsmām vai priekšmetiem veikt roku higiēnu un izvairīties no to tālākas pārnešanas uz tīrām virsmām;
- gripas epidēmijas laikā ieteicams lietot medicīnisko sejas masku; tās lietošana jāizvērtē arī atbilstoši aktuālajām SPKC rekomendācijām un konkrētās situācijas inficēšanās riskam; ja vizītes laikā konstatēti apstākļi, kas rada būtisku inficēšanās risku, pārtraukt vai atlikt vizīti, ja tas ir iespējams, un par turpmāko rīcību konsultēties ar tiešo darba vadītāju.

Ja klienta dzīvesvietā konstatētas infekcijas slimības pazīmes vai zināma infekcijas slimība, turpmākā rīcība jāpielāgo konkrētās infekcijas izplatīšanās veidam un SPKC vai ārstniecības personas sniegtajiem norādījumiem.

Rīcība, ja darbinieku vidū ir vairāki saslimšanas gadījumi

Ja sociālajā dienestā vienlaikus vai īsā laika periodā vairākām personām parādās līdzīgas infekcijas slimības pazīmes, tas var liecināt par infekcijas slimības izplatīšanos.

Šādā situācijā:

- informēt iestādes vadītāju vai tiešo darba vadītāju par konstatēto situāciju;
- veikt pasākumus, lai nepieļautu infekcijas izplatīšanos, tostarp ievērot roku un elpošanas higiēnu, nodrošināt telpu vēdināšanu un nepieciešamības gadījumā pastiprināt telpu un virsmu tīrīšanu un dezinfekciju, kā arī lietot individuālās aizsardzības līdzekļus;
- ja nepieciešams, ierobežot apmeklētāju un jaunu personu plūsmu iestādē;
- ja iespējams, samazināt klātienes kontaktu un izvērtēt iespēju pakalpojumus sniegt attālināti;
- nepieciešamības gadījumā konsultēties ar ārstniecības personu un sekot SPKC un citu kompetento iestāžu norādījumiem.
- nepieciešamības gadījumā pārskatīt iestādes ikdienas darba organizāciju un papildu pasākumus infekcijas izplatīšanās riska mazināšanai.

Ja iestādē radušās aizdomas par grupālu saslimšanu, un vismaz divām personām konstatētas infekcijas slimībai raksturīgas pazīmes, piemēram, caureja, vemšana, dzelte, paaugstināta ķermeņa temperatūra, izsitumi vai citi ādas bojājumi, iestādes vadītājs izvērtē situāciju un nodrošina informācijas sniegšanu SPKC Ministru kabineta 1999. gada 5. janvāra noteikumu Nr. 7 „Infekcijas slimību reģistrācijas kārtība" 7.[3] punktā noteiktajā kārtībā[3].

Sociālo pakalpojumu sniedzējs saskaņā ar Ministru kabineta 2017. gada 13. jūnija noteikumiem Nr. 338 "Prasības sociālo pakalpojumu sniedzējiem[4]" 4.10. un 6.4.3. apakšpunktu izstrādā kārtību, kādā iestādē tiek nodrošināta epidemioloģiskā drošība gan darbiniekiem, gan apmeklētājiem un klientiem. Kārtībā ieteicams noteikt darbinieku rīcību, ja ir aizdomas par infekcijas slimību vai tās

[3] Ministru kabineta 1999. gada 5. janvāra noteikumi Nr.7 „Infekcijas slimību reģistrācijas kārtība" https://likumi.lv/ta/id/20667-infekcijas-slimibu-registracijas-kartiba
[4] Ministru kabineta 2017. gada 13. jūnija noteikumi Nr.338 „Prasības sociālo pakalpojumu sniedzējiem" https://likumi.lv/ta/id/291788-prasibas-socialo-pakalpojumu-sniedzejiem

izplatīšanos, atbildīgās personas, infekcijas profilakses pasākumus, individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanu un darba organizēšanu paaugstināta inficēšanās riska apstākļos. Darbinieki jāiepazīstina ar noteikto kārtību un savu rīcību attiecīgajās situācijās.

Epidemioloģiskās drošības kārtībā jāiekļauj arī informācija par darbinieku obligātajām veselības pārbaudēm (OVP), norādot, kuriem darbiniekiem tās jāveic un cik bieži. OVP prasības nosaka, ņemot vērā darba vides riska novērtējumu un Ministru kabineta 2009. gada 10. marta noteikumus Nr. 219 „Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude[5]". Darba devējs nodrošina OVP veikšanu atbilstoši normatīvo aktu prasībām, savukārt arodslimību ārsts izvērtē darbinieka veselības stāvokli un nosaka nepieciešamos turpmākās veselības uzraudzības pasākumus.

Pakalpojumu saņēmējiem, ja nepieciešams, sniedzama informācija par infekcijas slimību profilakses pasākumiem, tostarp roku un elpošanas higiēnu, infekcijas slimības pazīmēm un rīcību saslimšanas gadījumā.

[5] Ministru kabineta 2009. gada 10. marta noteikumi Nr.219 „Kārtība, kādā veicama obligātā veselības pārbaude" https://likumi.lv/ta/id/189070-kartiba-kada-veicama-obligata-veselibas-parbaude

Informatīvie materiāli SPKC tīmekļa vietnē

1. Ieteikumi darba devējiem - https://www.spkc.gov.lv/lv/ieteikumi-darba-devejiem
2. Vakcinācija - https://www.spkc.gov.lv/lv/vakcinacija
3. Roku higiēna - https://www.spkc.gov.lv/lv/roku-higiena
4. Masku lietošana - https://www.spkc.gov.lv/lv/node/2869
5. Kā un kad jāmazgā rokas - https://www.spkc.gov.lv/lv/media/22887/download?attachment
6. Infografika "Garais klepus. Kā sevi pasargāt" - https://www.spkc.gov.lv/lv/media/22011/download?attachment
7. Infografika "Ieteikumi gripas profilaksei" - https://www.spkc.gov.lv/files/spkc-s3/s3fs-public/gallery_images/gripa_ifografika_skices_web-2.jpg
8. Infografika "Klepo vai šķaudi? Dari to pareizi!" - https://www.spkc.gov.lv/lv/media/20640/download?attachment
9. Infografika "IAL novilkšana" - https://www.spkc.gov.lv/lv/media/2995/download
10. Informatīvais materiāls "Roku mazgāšana, elpceļu un klepus higiēna" - https://www.spkc.gov.lv/lv/media/23831/download?attachment
11. Infekcijas slimību apraksti - https://www.spkc.gov.lv/lv/infekcijas-slimibu-apraksti
12. Gripa - https://www.spkc.gov.lv/lv/gripa
13. Kā sevi pasargāt no ērces piesūkšanās - https://www.spkc.gov.lv/lv/laimborelioze/buklets_pasargat_no_erces_piesuksanas1.pdf