



**Interreg**

**România-Ungaria**

Fondul European de Dezvoltare Regională

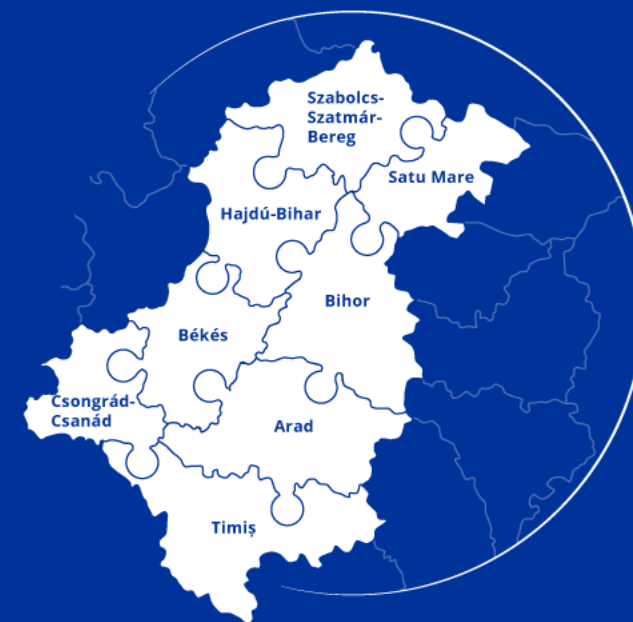


UNIUNEA EUROPEANĂ



HUNGARIAN  
GOVERNMENT

# PANDEMII



Parteneriat pentru un viitor mai bun

[www.interreg-rohu.eu](http://www.interreg-rohu.eu)

# Introducere

O pandemie poate fi definită ca o epidemie globală, aceasta producându-se în momentul apariției unui nou tip de virus, care se răspândește în mod similar cu virușii cunoscuți. Deoarece virusul este nou, sistemul imunitar uman va avea imunitate scăzută, sau chiar inexistentă, în fața noului virus. Oamenii care intră în contact cu noul tip de virus ar putea astfel să dezvolte o boală mult mai gravă decât cea provocată de un virus cunoscut. Pandemiile sunt determinate de virușii noi, care s-au adaptat la om.

Răspândirea acestuia la nivel mondial poate fi întârziată, prin diferite măsuri luate de către statele lumii, însă nu poate fi oprită. Globalizarea schimburilor de orice natură crește pericolul de combinare și multiplicare a germenilor patogeni, într-un context caracterizat de acces inegal la mijloacele de combatere a pandemiei în țările implicate.

Cazul clasic de extindere a pandemiei se desfășoară în valuri succesive, cu o perioadă de instalare între 2 și 4 săptămâni, cu o durată de la aproximativ 8 săptămâni, la o diferență de câteva luni sau chiar mai mult.



# Căi de transmitere a virusului

Virusul se transmite pe calea aerului, mai ales prin picăturile fine rezultate în urma tusei sau strănutului. În afară de impactul major asupra sănătății, o pandemie poate provoca pe termen lung:

- bulversarea sistemului sanitar din cauza suprasolicității rapide a serviciilor de sănătate;
- afectarea vieții economice și sociale din cauza absenteismului și a impactului psihologic, cu eventuale implicații asupra ordinii de drept;
- paralizia parțială a serviciilor esențiale bunei funcționari a societății și a instituțiilor statului.



# Opțiuni pentru reducerea riscului de transmitere a bolii

Pentru reducerea riscului de infecție, ar trebui evitate călătoriile în zonele afectate, cu excepția celor necesare și respectarea strictă a măsurilor de prevenție în comunități. Datorită riscului crescut de infectare în unitățile medicale, călătorii ar trebui ca să evite unitățile în care sunt tratați bolnavii infectați.

Pentru a reduce riscul importării bolii trebuie aplicate recomandările OMS referitoare la declararea unui Eveniment de Sănătate Publică de interes internațional (Public Health Event of International Concern - PHEIC), în special efectuarea de teste screening la părăsirea țărilor afectate. Screeningul nu poate detecta persoanele infectate care se află în perioada de incubație a virusului, care sunt asimptomatice.



# Opțiuni pentru reducerea riscului de transmitere a bolii

Pentru a reduce riscul de răspândire a bolii ca urmare a importării virusului, se poate întrerupe transmiterea prin implementarea măsurilor de control al infecției, izolarea și tratarea pacienților și depistarea și monitorizarea contactilor.

Transmiterea bolii la personalul medical poate fi prevenită prin aplicarea cu strictețe a recomandărilor OMS cu privire la măsurile de control al infecției. Infecția poate apărea ca urmare a unei greșeli în aplicarea măsurilor de protecție, când există contact cu un pacient infecțios, la manevrarea deșeurilor medicale sau la îndepărtarea echipamentului de protecție personală.

Antrenarea repetată pentru utilizarea corectă a EPP, realizarea unor simulări și supravegherea continuă a îmbrăcării și dezbrăcării echipamentului de protecție personală și a interacțiunilor cu pacienții duc la îmbunătățirea serviciilor de sănătate.



# ACȚIUNI DE URMAT ÎN CAZUL SUSPICIUNII SAU CONFIRMĂRII INFECTĂRII

Dacă indivizii dezvoltă simptomele când nu sunt la muncă, ei ar trebui să respecte următoarele sfaturi:

- să stea acasă (autoizolare);
- să nu se reîntoarcă la muncă până când nu-și revin total;
- să contacteze Linia Națională pentru Pandemie pentru sfaturi și pentru o evaluare inițială a simptomelor;
- să informeze angajatorul sau departamentul de sănătate că sunt bolnavi.



# Proceduri de respectat

Este important ca următoarele proceduri să fie respectate de cetățeni, astfel:

- să folosească un șervețel pentru a-și acoperi nasul și gura când tușesc și/sau strănută, să înlăture șervețelul imediat după folosire și apoi să se spele pe mâini;
- șervețelele ar trebui să fie înlăturate în containerele cu deșeuri menajere - ele nu necesită un tratament special;
- să nu folosească batiste din materiale textile (batiste), sau să refolesească șervețelele.
- să evite atingerea gurii, a ochilor și/sau a nasului, sau numai după ce s-au spălat recent pe mâini;
- detergenții și apa obișnuită din gospodarii ar trebui să fie folosite pentru a curăța suprafețele frecvent atinse cu mana;
- să se spele pe mâini imediat după ce ajung la muncă și acasă.

**CORONAVIRUS**  
**10 reguli de urmat:**

**1.** Spală-te des pe mâini

**2.** Evită contactul cu oamenii care suferă de Infecții respiratorii acute

**3.** Nu vă atingeți ochii, nasul, gura, dacă nu aveți mâinile igienizate

**4.** Acoperiți-vă nasul și gura când strănuțați sau tușiți

**5.** Nu luați medicamente antivirale sau antibiotice fără prescripția medicului

**6.** Curățați suprafețele cu dezinfectanți pe bază de clor sau alcool

**7.** Folosiți masca de protecție numai dacă suspectați că sunteți răcit sau sunteți în apropierea oamenilor bolnavi

**8.** Pachetele și produsele fabricate/primate din China nu sunt periculoase

**9.** Animalele de companie nu răspândesc acest nou tip de virus

**10.** Apelați 112 dacă aveți febră sau tuse și ați călătorit în țări cu cazuri confirmate de persoane infectate cu coronavirus. Specificați acest lucru dispecerului

**112**

La acest moment, în România, nu sunt înregistrate cazuri de persoane infectate cu noul tip de virus. Măsurile de mai sus au caracter preventiv

GUVERNUL ROMÂNIEI  
Ministerul Sănătății



---

# MĂSURI LA LOCUL DE MUNCĂ

---





# Mediul ambiant

1. Semnele evidente ar trebui să descurajeze personalul și vizitatorii care au simptome să intre la locul de muncă și să amintească oamenilor de:

- semnele și simptomele bolii;
- importanța auto-izolării persoanelor cu simptome compatibile;
- importanța în orice moment a igienei respiratorii și a mâinilor.

2. Suprafețele ar trebui să fie curățate frecvent cu materiale obișnuite de curățat;



# Mediul ambiant

3. Acolo unde se poate, utilizarea eficientă a barierelor fizice (paravan sau teighea) ar trebui să fie folosite pentru a ajuta la restricționarea interacțiilor apropiate și a contactelor directe cu vizitatorii sau clienții potențiali;

4. Ar trebui să fie acordată o atenție sporită pentru îmbunătățirea accesului la facilități pentru igiena eficientă a mâinilor. Acolo unde se poate, ar trebui să se pună la dispoziție soluții de curățare pe mâini (soluții antimicrobiene, în special pe bază de alcool) la intrările în locurile care sunt folosite de vizitatori sau clienți;

5. Unde este posibil, ar trebui să se minimizeze numărul corpurilor de mobilă și a altor obiecte care ar putea să fie contaminate și care sunt dificil de curățat.



# Organizatoric

1. Conștientizarea în rândul personalului a semnelor și simptomelor și a necesității autoizolării individuale (să stea acasă) dacă au simptome;
2. Să ia în considerare procedura cea mai bună pentru oamenii care prezintă simptome la locul de muncă;
3. Să promoveze regula prin care persoanele care nu se simt bine pot să plece acasă și să stea acasă până când se fac bine;
4. Să ia în considerare alternativele întâlnirilor directe și ale vizitelor (conferințe video sau prin telefon);



# Organizatoric

5. Atunci când contactele cu o persoană care are simptomele compatibile (client/vizitator) nu pot fi evitate, reduceți riscul de transmitere al bolii la personal sau a altora prin:

a) o igienă bună a mâinilor înainte de intrarea în locurile respective sau înainte de manevrarea bunurilor. Atunci când se lucrează cu documente sau bani, personalul ar trebui să fie sfătuit să minimizeze contactul cu gura, ochii sau nasul până când se spală pe mâini;

b) practicarea unor reguli de igienă respiratorie precum acoperirea gurii cu un șervețel atunci când se tușește sau se strănută;



# Organizatoric

6. acolo unde se poate, contactul direct ar trebui să fie evitat și, unde este posibil, ar trebui menținută o distanță de mai mult de 1 metru între personal și client/vizitator;

7. acolo unde interacțiile sociale nu pot fi evitate, indivizii cu simptome compatibile trebuie să fie sfătuiți să minimizeze interacțiile apropiate și/sau contactul direct cu alți oameni. Alternativ, dacă contactele nu pot fi evitate, ar trebui ca persoanele cu simptome să fie rugate să poarte o mască de față (dacă este disponibilă) în timp ce interacționează cu personalul;

8. strategiile sanitare ar trebui să asigure recunoașterea timpurie a bolii și nevoia ca lucrătorii bolnavi să rămână acasă. Strategiile sanitare trebuie să reflecte impactul unei pandemii asupra persoanelor aflate în întreținere și receptivitatea la necesitățile personalului care îngrijește un membru al familiei sau care are o pierdere ireparabilă

Cum folosesc în mod corect masca de protecție respiratorie (pentru nas și gură)?



- Nu dați masca proprie celorlalți membrii ai familiei spre folosință.
- Spălați-vă pe mâini înainte de a pune masca.
- Masca trebuie să stea fix și să acopere nasul, gura și bărbia.
- Nu atingeți masca în timpul purtării ei.
- Schimbați masca după ce aceasta s-a umezit.
- Spălați-vă pe mâini după ce scoateți masca.
- Măștile din material textil trebuie spălate în mod regulat la temperatura de minim 60 de grade.
- Măștile de unică folosință se vor arunca la gunoi după purtare.

# Comportamentul individual

1. Dacă nu poate fi evitată o întrunire într-un loc public, atunci persoanele cu simptome compatibile, acolo unde este posibil, ar trebui să fie sfătuite să se spele pe mâini sau să folosească o soluție de curățare a mâinilor înainte de a intra în locația respectivă;
2. Încurajarea persoanelor cu simptome similare să mențină nivele ridicate de igienă respiratorie și să arunce șervețelele în mod corespunzător;
3. Minimizați interacțiunile cu oamenii;
4. Acolo unde interacțiunile sociale nu pot fi evitate, în plus la măsurile subliniate, ar trebui să se acorde importanță sfătuirii persoanelor care au simptome compatibile să poarte o mască de față (dacă este disponibilă).



---

**REDUCEREA RISCULUI CA OAMENII  
SANĂTOȘI/SUSCEPTIBILI SĂ FIE  
INFECTAȚI**

---



# Recomandări pentru cetățeni

Acțiunile principale vor urmări ca oamenii sănătoși să reducă sau să evite contactele cu indivizii care au simptome și să adopte proceduri care reduc riscul de a contracta infecția (de exemplu, măsuri de distanțiere socială și o igienă eficientă a mâinilor).

## Mediul ambient

1. Evaluarea accesului la o igienă corespunzătoare a mâinilor;
2. Curățarea suprafețelor atinse frecvent cu mâna folosind agenți de curățare obișnuiți.





# Organizatoric

1. Conștientizarea importanței igienei respiratorii și a mâinilor;
2. Practicarea eficientă a distanțierii sociale în cadrul mediului de lucru dacă interacțiunile sociale nu pot fi evitate;
  - a) măsuri de reducere a frecvenței interacțiilor ar trebui să fie luate în considerare, cum ar fi: împărțirea pauzelor de prânz și reducerea numărului de persoane din locurile închise;
  - b) reducerea întâlnirilor față în față oricând acest lucru este posibil și efectuarea de călătorii numai atunci când e absolut necesar;
  - c) încurajarea folosirii conferințelor și comunicărilor video sau prin telefon;
  - d) luarea în considerare a muncii la domiciliu pentru aceia din cadrul personalului pentru care acest lucru este o opțiune practicabilă;
3. Identificarea indivizilor care ar putea fi supuși unui risc particular pentru efecte adverse și transferul lor în ariile în care contactele sunt minime.



# Comportament individual

1. Personalul ar trebui să adopte proceduri pentru o bună igienă a mâinilor și să minimizeze atingerea mâinilor, a ochilor și/sau a nasului.
2. Mărirea distanțierii sociale și evitarea participării la aglomerări/întâlniri. Acolo unde nu se poate evita, adoptați o igienă bună respiratorie și a mâinilor.
3. Minimizați orice contact cu o persoana care are simptome compatibile.
4. Evitarea apropierei (la mai puțin de 1 metru) față de o persoana care are simptome.
5. Dacă nu se poate evita, atunci trebuie să luați în calcul folosirea unei măști de față.

