



# LPUAA IETEIKUMI COVID-19 PROFILAKSEI

Pandēmijas radītie draudi saglabājas. Tomēr pēc ārkārtējās situācijas attālinātā darba perioda daļa personāla atkal atgriežas ierastajā darba vidē. Tādēļ nepieciešams samazināt risku inficēties un radīt lielāku drošības izjūtu darbiniekiem, klientiem un apmeklētājiem. Uzkopšanas loma darba vides infekciju risku samazināšanā ir kritiski svarīga. Latvijas Profesionālās uzkopšanas un apsaimniekošanas asociācija (LPUAA) ir sagatavojusi šo informatīvo materiālu, lai akcentētu svarīgākos ar uzkopšanu saistītos pasākumus.

## PIEMĒROJIET SAVU UZKOPŠANAS PROGRAMMU PANDĒMIJAS APSTĀKĻIEM!



**KĀPĒC?** Kontakts ar piesārņojumu, kuru radījuši kolēģi, klienti un apmeklētāji ir viens no galvenajiem COVID-19 izplatības ceļiem. Taču pirms pandēmijas izstrādātajās uzkopšanas darbu programmās pamatmērķis nav kontaktvirsmu tīrība, bet gan ir cits – lai darba vide **kopumā izskatās tīra**, nav gružu, putekļu, traipu, virsmas piesārņojuma.



**KO?** Pandēmijas laikā galvenā uzmanība ir jāpievērš to virsmu uzkopšanai un dezinfekcijai, **kurām cilvēki regulāri pieskaras**. Jāizvērtē konkrētās telpas un aprīkojuma **īpatnības**, jo kontaktvirsmas atšķiras. Piemēram, jārēķinās, ka krēslī uz riteņiem tiks pārvietoti, satverot tos aiz muguras atbalsta. Atbalsta aizmugurējā daļa bieži ir izgatavota no plastmasas, kur koronavīruss var izdzīvot līdz 72 stundām. Tomēr parasti jāpievērš uzmanība sekojošiem priekšmetiem: durvju rokturi, slēdži, pogas, skārienjūtīgie ekrāni, koplietošanas tehnikas kontaktvirsmas, vadības pultis, darbvirsmas, kāpņu un liftu rokturi, sanitāro telpu aprīkojums, krēslu rokturi. Kaut gan svarīgākā ir kontaktvirsmu tīrība, nedrīkst aizmirst arī par putekļu savākšanu. Puteklainā vidē vīrusa pārnesi veicinās gaisa plūsmas paceltās putekļu daļiņas.





**CIK BIEŽI?** Pamatuzkopšana var tikt veikta atbilstoši **normālas** noslodzes intensitātei. Turpretī **kontaktvirsmas** jātiecas dezinficēt ideālā gadījumā **pēc vai pirms katras lietošanas**. Atsevišķos gadījumos tas ir iespējams, piemēram, sporta centros apmeklētāji var dezinficēt aprīkojuma virsmas pirms to lietošanas. Darbinieks pirms apsēšanās pie biroja virtuves ēdamgalda var dezinficēt tā virsmu. Atkarībā no noslogojuma, nepieciešams piemērot uzkopšanas programmu tā, lai kontaktvirsmas tiktu regulāri dezinficētas. **Elastīgi jāpiemēro biežumu** telpu noslodzes izmaiņām. Ja darbs norit vairākās maiņās, tad kontaktvirsmu dezinfekciju veiciet **arī starp maiņām**.



**KĀ?** Pamatuzkopšanu jāveic apmācītam organizācijas darbiniekam vai profesionālās uzkopšanas uzņēmuma darbiniekam. Zināmu izaicinājumu rada regulārā kontaktvirsmu dezinfekcija, jo pamatuzkopšana notiek dažas stundas dienā, bet kontaktvirsmu dezinfekcijai jānotiek regulāros intervālos ilgstoši. Tādēļ ir lietderīgi iesaistīt uzkopšanas dežūrpersonālu, organizācijas darbiniekus un atsevišķos gadījumos arī klientus un apmeklētājus. Kontaktvirsmu dezinfekcijai jānodrošina materiāli tehniskie resursi un skaidri saprotama informācija iesaistītajām pusēm. Ja kontaktvirsmu regulārajā dezinfekcijā iesaistiet personālu, kas normālā situācijā neveic uzkopšanu, nodrošiniet apmācību, nitrila cimdus, priekšautu, virsmu uzkopšanas līdzekli, papīra dvieļus vai mikrošķiedras lupatas (ja ir iespējas tās mazgāt), dezinficējošās salvetes vai aerosolu un atkritumu maisus.



**DEZINFICĒT?** **Vispārēja dezinfekcija nav jāietver regulārajā uzkopšanā**, jo tās veikšanā tiek izmantoti iedarbīgi līdzekļi, kuru bieža vai kļūdaina pielietošana var nodarīt kaitējumu. Arī gadījumā ja indivīds ar simptomiem ir pavadījis minimālu laiku telpā un nav redzams virsmas piesārņojums ar ķermeņa šķidrumiem, pietiek veikt normālās uzkopšanas darbības. Turpretī **ja simptomātiskā vai inficētā persona telpā ir atradusies ilgstoši vai no tās palicis redzams ķermeņa šķidrumu piesārņojums**, nepieciešams veikt padziļinātu telpu tīrīšanu un **dezinfekciju**. Dezinfekcija ir bīstams process ne vien vīrusiem, bet arī cilvēkiem. Tādēļ to drīkst veikt **tikai kompetenti dezinfekcijas pakalpojumu sniedzēji**, kas ir ietverti Veselības inspekcijas pakalpojumu sniedzēju datu bāzē. Dezinfekcijas pakalpojumus sniedz arī vairāki profesionālās uzkopšanas uzņēmumi, kuri ir LPUAA biedri – Hagberg, Cleanhose, Clean R.



## **SAMAZINIET VAJADZĪBU PIESKARTIES VIRSMĀM.**

Izvērtējiet iespējas samazināt kontaktvirsmu skaitu. **Jo mazāk kontaktvirsmu, jo mazāks risks pārnest infekciju** un dezinfekcijas darba un līdzekļu patēriņš. Jāsamazina darbinieku vajadzību izmantot citu darbinieku darba vietas, darba piederumus, biroja tehniku, un citu darba aprīkojumu. Jāinformē cilvēkus, ka uz bieža kontakta virsmām var būt vīruss un durvju rokturu, lifta pogu, kafijas automāta pogu spiešanai ieteicams izmantot kādu starpmateriālu (papīra salveti, u.c.). Turklāt mūsdienu tehnoloģiskie risinājumi ļauj pilnībā izslēgt pieskaršanos atsevišķām virsmām, gūstot arī citas priekšrocības. Piemēram, šobrīd plaši pieejamās Wi-Fi LED spuldzes komplektācijā ar bezvadu sensoru un centrmezglu ļauj 10-20 minūtēs bez elektroinstalācijas pārvilkšanas, ieguldot nelielus finanšu līdzekļus, atteikties no slēdžu izmantošanas sanitārajā telpā, koridorā un citviet. Manuālu gaismekļu kontroli darbinieks var veikt ar personīgo viedierīci.



## **PROFILAKSEI JĀBŪT DAUDZPUSĪGAI.**

Uzkopšanas pasākumi nav vienīgā infekcijas slimību profilakses sastāvdaļa. Liela nozīme ir pareizai un savlaicīgai roku mazgāšanai, sejas neaizskaršanai ar piesārņotām rokām, kontaktu samazināšanai starp cilvēkiem, savstarpējo attālumu ievērošanai, individuālo un kolektīvo aizsardzības līdzekļu izmantošanai atbilstoši situācijai. Pandēmijas izaicinājums pasaulē ir īsā laikā radījis idejas profilakses pasākumiem, kuras var noderēt Jūsu organizācijai. Tīmeklī bez maksas pieejams plašs ieteikumu klāsts, kurus sagatavojis Slimību profilakses un kontroles centrs, Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (EU-OSHA), Pasauls Veselības organizācija. EU-OSHA ir apkopojusi **īpaši apjomīgu informācijas avotu sarakstu ar hipersaitēm, kur Jūsu lietošanai pieejami ieteikumi daudzām nozarēm un no dažādām valstīm.**

LPUAA aicina atbildīgās personas rūpīgi izvērtēt izmaiņu nepieciešamību uzkopšanas programmās, ātri un efektīvi ieviest izvēlētos pasākumus savai un citu cilvēku drošībai.

*LPUAA ir darba devēju, ražotāju, piegādātāju, pētniecības iestāžu un profesionāļu apvienība, kas darbojas profesionālās uzkopšanas un apsaimniekošanas jomā. Asociācija dibināta, lai kopīgiem spēkiem risinātu profesionālās uzkopšanas un apsaimniekošanas nozares problēmas un veicinātu nozares attīstību Latvijā.*

Biedrība "Latvijas Profesionālās uzkopšanas un apsaimniekošanas asociācija"  
Adrese: Vietalvas iela 5, Rīga, LV-1009  
Mobilais tālrunis: 29456285  
E-pasts: lpuaa@lpuaa.lv  
www.lpuaa.lv