

Wytyczne Głównego Inspektora Sanitarnego dla funkcjonowania **sanatoriów** w trakcie epidemii SARS-CoV-2 w Polsce

Warszawa, 24.05.2020 r.

W związku z podjętymi działaniami zmierzającymi do wznowienia działalności sanatoriów, określone zostały zasady organizacyjne ich funkcjonowania, przy zachowaniu aktualnie obowiązujących reguł bezpieczeństwa rekomendowanych przez Główny Inspektorat Sanitarny oraz wynikających z aktualnie obowiązujących przepisów prawnych.

Celem wdrażanych procedur jest:

1. Zwiększenie bezpieczeństwa kuracjuszy i pracowników oraz obsługi.
2. Minimalizowanie ryzyka zakażenia.
3. Kompleksowe działanie dostosowane do etapu zaawansowania stanu epidemicznego.

Wytyczne zostały podzielone na trzy części:

- A. Zapewnienie bezpieczeństwa: kuracjuszy, pracowników, obsługi
- B. Procedury postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia u kuracjusza, pracownika
- C. Zalecenia ogólne

Zapewnienie bezpieczeństwa kuracjuszy, pracowników, obsługi

Przy przyjęciu do sanatorium:

1. Należy poinformować kuracjuszy (odpowiednio wcześniej), że do sanatorium może zgłosić się wyłącznie osoba zdrowa, bez objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Dotyczy to także pracowników i obsługi.
2. Nie mogą pracować lub zgłaszać się na turnus osoby, które przebywają z osobą odbywającą kwarantannę lub izolację w warunkach domowych, albo sami są objęci kwarantanną lub izolacją. Zaleca się, aby w dniu meldowania się do sanatorium każdy kuracjusz posiadał aktualny, ujemny, wynik badania PCR, nie starszy niż sprzed 6 dni.
3. Należy dopilnować, aby każda osoba miała zasłonięte usta i nos, a także umyła albo zdezynfekowała ręce przy każdorazowym wejściu do budynku.
4. Przy blacie recepcyjnym może przebywać wyłącznie jedna osoba; wyjątkiem są opiekunowie asystujący kuracjuszowi.
5. Należy zadbać, aby osoby w hallu wejściowym nie grupowały się. Osoby mogą przebywać w hallu budynku jeżeli zapewniona jest odpowiednia przestrzeń pozwalająca na przestrzeganie dystansu społecznego, określonego przepisami prawa, wynoszącego przynajmniej 2 metry od drugiej osoby.
6. Zaleca się, dla ułatwienia, wyraźnie oznakować (np. paski na podłodze) odległości wynoszące min. 2 metry między osobami oczekującymi w kolejce na przyjęcie.
7. W pomieszczeniu, w którym odbywa się kwalifikacja i przyjmowani są kuracjusze nie powinny przebywać osoby postronne, inne niż niezbędne do przeprowadzenia tej czynności.
8. Do pomieszczenia, w którym odbywa się kwalifikacja i przyjmowani są kuracjusze nie powinno się wносить zbędnych rzeczy. Należy zorganizować możliwość czasowego pozostawienia bagażu, ubrania wierzchniego w bezpiecznym miejscu w części ogólnej lub pokoju.

9. Należy zadbać, aby windą poruszała się jednorazowo taka liczba osób, która zapewni zachowanie odstępu między osobami; osoby powinny mieć osłony na usta i nos, a także nie stać do siebie twarzą w twarz.
10. Zasada zakrywania ust i nosa powinna obowiązywać na terenie całego obiektu. Jeśli z jakiegoś powodu osłona na nos i usta musi zostać zdjęta (w czasie niektórych zabiegów, w jadalniach) należy przestrzegać 2 metrowego odstępu od innych osób.
11. Każdy powinien mieć możliwość zapoznania się z podstawowymi informacjami dotyczącymi możliwych sposobów zapobiegania zakażeniu koronawirusem. Powinno się udostępnić także numery telefonów do stacji sanitarno-epidemiologicznej, najbliższego oddziału zakaźnego, ew. służb medycznych, czy infolinii NFZ (800 190 590). Materiały można pobrać ze strony GIS: <https://gis.gov.pl/aktualnosci/przydatne-materialy-o-koronawirusie/>.
12. Podczas sprzątania i dezynfekcji przestrzeni wspólnych należy zwrócić szczególną uwagę na toalety, przedmioty i powierzchnie często dotykane takie jak: poręcze, uchwyty, przyciski, blaty, klamki. Powinny być one dezynfekowane min. 3 razy dziennie.

Podczas pobytu w sanatorium:

A. Zakwaterowanie

1. Zakwaterowanie uczestników w obiekcie powinno odbywać się na zasadzie wymiany turnusu, eliminując do minimum kontakt uczestników pomiędzy zmieniającymi się turnusami.
2. Pomiędzy turnusami obiekt powinien być poddany dodatkowemu sprzątnięciu, myciu i dezynfekcji pokoi, łazienek, pokoi zabiegowych, ze szczególnym uwzględnieniem powierzchni dotykowych – poręczy, klamek, blatów, włączników itp.
3. Liczba kuracjuszy przebywających w budynku musi być ograniczona, umożliwiając zapewnienie dystansu społecznego podczas całego pobytu, w tym podczas prowadzenia zajęć.
4. Podmiot zapewnia odpowiednią liczbę pokoi przy założeniu, że liczba kuracjuszy zakwaterowanych w jednym pokoju wieloosobowym nie powinna przekraczać 4 osób przy zachowaniu minimum 4 m² powierzchni noclegowej na 1 osobę.
5. Podmiot powinien zadbać o taką organizację infrastruktury sanatorium, aby umożliwić zapewnienie izolacji osobom z objawami wskazującymi na wystąpienie choroby, w tym w szczególności choroby zakaźnej.
6. Zaleca się, aby osoby z dużym obciążeniem w wywiadzie (wskazującym na obniżenie odporności) były zakwaterowane z możliwie najmniejszą liczbą współlokatorów lub jeśli to możliwe indywidualnie – wskazany oddzielny węzeł sanitarny.
7. W budynku należy wyznaczyć i przygotować pomieszczenie (wyposażone m.in. w środki ochrony osobistej i płyn dezynfekujący), w którym będzie można odizolować osobę w przypadku stwierdzenia objawów chorobowych. Jeżeli to możliwe, należy wyznaczyć i przygotować przestrzeń, w której osoba będzie mogła, przy zachowaniu odpowiednich odstępów, poczekać do czasu zorganizowania transportu do najbliższego oddziału zakaźnego.
8. Podmiot zapewnia środki higieniczne w ilości wystarczającej dla personelu oraz uczestników wypoczynku.
9. Należy zaopatrzyć osoby zatrudnione i obsługę w indywidualne środki ochrony osobistej – jednorazowe rękawiczki, maseczki, ew. przyłbice, nieprzemakalne fartuchy z długim rękawem (kilka, w razie potrzeby). Należy zapewnić stałą obecność lub możliwość natychmiastowej interwencji pielęgniarki.
10. Należy przygotować regulamin przestrzegania zasad bezpieczeństwa uwzględniający stan zagrożenia epidemicznego.

11. Należy zorganizować szkolenie kadry przed rozpoczęciem turnusu z zakresu zachowania zasad bezpieczeństwa w okresie epidemii SARS-CoV-2
12. Należy promować regularne i dokładne mycie rąk przez personel oraz kuracjuszy wodą z mydłem oraz zdezynfekowanie ich środkiem do dezynfekcji.
13. Należy upewnić się, że w miejscach wspólnych personel i kuracjusze mają zapewniony dostęp do miejsc, w których mogą myć ręce mydłem i wodą.
14. Należy umieścić w widocznym miejscu dozowniki z płynem odkażającym przy wejściach do budynku oraz do pomieszczeń wspólnie użytkowanych.
15. Należy zapewnić regularne napełnianie dozowników.
16. Zaleca się wywiesić informacje (plakaty) promujące mycie i dezynfekowanie rąk.
17. Należy zwracać uwagę na zachowanie dystansu społecznego - odległość 2 m od innych osób.
18. W podmiotach, w których z jednej łazienki/ toalety korzystają osoby z kilku pokoi należy przygotować regulamin, wskazujący m. in. aby osoby nie grupowały się przed łazienką i korzystały z miejsc do kąpieli i toalet w liczbie o połowę mniejszej niż liczba dostępnych miejsc.
19. Nie zaleca się korzystania z suszarek do włosów dostępnych w łazienkach/ toaletach publicznych.
20. Rekomenduje się wyeliminowanie suszarek do rąk.
21. Podczas sprzątania i dezynfekcji pokoi i łazienek należy zwrócić szczególną uwagę na przedmioty i powierzchnie często dotykane takie jak: poręcze, uchwyty, przyciski, blaty, klamki.

B. Zajęcia fizjoterapii

1. Czekając na wejście na salę powinno się zachować odstęp minimum 2 m oraz mieć osłonięte usta i nos.
2. Na salę mogą wejść wyłącznie osoby z osłoną na usta i nos (maseczka jednorazowa lub wielokrotnego użytku, przyłbica w przypadku osób, które ze względów zdrowotnych nie mogą zakrywać ust i nosa maseczką).
3. Przy wejściu na salę /względnie na sali kuracjusze powinni zdezynfekować ręce, albo założyć rękawiczki.
4. Preparat do dezynfekcji albo rękawiczki powinien zapewnić podmiot.
5. Zasady zachowania podczas ćwiczeń oraz postępowanie z przedmiotami/ urządzeniami wg protokołu dotyczącego rehabilitacji: <https://www.gov.pl/web/rozwoj/rehabilitacja>
6. W przypadku zajęć na basenie należy stosować tam gdzie to możliwe zasady wskazane przez NIZP-PZH – w załączeniu

C. Zasady bezpieczeństwa związane ze spożywaniem posiłków

1. Pierwszego dnia, podczas kwalifikacji osób do odpowiedniej diety i przydzielania stolika należy zadbać, aby kuracjusze nie grupowali się przed stołówką. Powinni zachować bezpieczny dystans społeczny przy oczekiwaniu na wejście do sali.
2. Ten sam stół powinien być przydzielony kuracjuszom na cały turnus, wg zasad podanych poniżej. Kuracjusze przebywający w jednym pokoju, lub też członkowie najbliższej rodziny (którzy mogą przebywać w odrębnych pojedynczych pokojach), mogą zajmować te same stoliki bez utrzymania dystansu społecznego.
3. Organizacja żywienia powinna być prowadzona zgodnie z wytycznymi GIS dla gastronomii: <https://gis.gov.pl/aktualnosci/wytyczne-przeciwepidemiczne-glownego-inspektora-sanitarnego-z-dnia-13-maja-2020-r-dla-funkcjonowania-gastronomii-w-trakcie-epidemii-sars-cov-2>.
4. Żywnienie zbiorowe powinno być prowadzone wg rygorystycznie przestrzeganych wymagań higienicznych, w tym przede wszystkim systemu HACCP i dobrych praktyk higienicznych GHP. Osoby chore nie mogą procować przy produkcji i obróbce żywności.

5. Należy zwrócić szczególną uwagę na:
- Dyscyplinę utrzymania 2-metrowej odległości pomiędzy osobami stojącymi w kolejce, poprzez zastosowanie widocznych wskazówek (np. naklejki na podłodze lub stojące znaki).
 - Obowiązkową dezynfekcję rąk przez kuracjuszy przy wejściu na teren stołówki.
 - Udostępnienie dozowników z płynem do dezynfekcji rąk dla gości w obszarze sali jadalnej (przy punktach składania zamówień/kasowych) oraz przy wyjściu z toalet.
 - Wyznaczenie na podłodze stref zapewniających zachowanie odpowiednich odległości między gośćmi (zachowanie odległości nie dotyczy najbliższej rodziny lub osób pozostających we wspólnym pokoju), uwzględniając ogródki zewnętrzne.
 - Odległość między blatami stolików (od ich brzegów) powinna wynosić min. 2 m, zaś 1 m w przypadku oddzielenia stolików przegrodami o wysokości minimum 1 m (ponad blat stolika).
 - Zasadę, że przy jednym stoliku może przebywać najbliższa rodzina lub osoby pozostające we wspólnym pokoju. W innym przypadku przy stoliku powinny siedzieć pojedyncze osoby, chyba, że odległości między nimi wynoszą min 1,5 m i nie siedzą oni naprzeciw siebie. Wyjątkiem są stoliki, w których zamontowano przegrody, np. z pleksi, pomiędzy osobami.
 - Przestrzeganie założenia, że w pomieszczeniu nie może przebywać więcej niż 1 osoba na 4m².
 - Wyraźne, trudno usuwalne oznaczenie wyłączonych stolików i opracowanie planu sali na czas epidemii.
 - Ustalenie i kontrolę maksymalnej liczby gości w restauracji – na podstawie liczby dostępnych miejsc siedzących, przy uwzględnieniu zasad zawartych powyżej (nie licząc tych wyłączonych z użytkowania).
 - Umieszczenie informacji o maksymalnej liczbie gości przy wejściu do stołówki.
6. Noszenie osłon ust i nosa oraz rękawiczek zajmujący miejsca siedzące i w trakcie konsumpcji nie jest wymagane.
7. Wymagana jest każdorazowa dezynfekcja stolika po zakończeniu konsumpcji. Po zakończonej dezynfekcji stolik powinien zostać oznaczony napisem: „zdezynfekowano”.
8. Należy dezynfekować powierzchnie wspólne, z którymi stykają się pensjonariusze (z wyłączeniem podłogi) przed i po posiłku. Rekomenduje się zapewnienie, w miarę możliwości, stałego wietrzenia pomieszczeń restauracyjnych.
9. Należy wyłączyć z użycia przestrzenie samoobsługowe, w tym bary sałatkowe, bufety oraz dozowniki do samodzielnego nalewania napojów.
10. Usługa na miejscu: przynoszenie zamówień do stolika przez kelnera (w rękawiczkach i maseczce).
11. Usługa poprzez odbiór zamówienia: wyłącznie poprzez podawanie przez obsługę jadalni dań i wydawanie ich na tacach, z dostępnego menu. Dania wystawione do wyboru powinny być nakładane przez obsługę. Zaleca się oddzielenie części z posiłkami (np. przegrodą pleksi, szybą etc).
12. Usunięcie dodatków (np. cukier, jednorazowe sztucce, wazoniki, serwetniki) z obszaru sali jadalnej i wydawanie bezpośrednio do zamówienia przez obsługę. W przypadku gdy posiłki dostarcza zewnętrzny catering:
- zalecenie zapewnienia przez firmy cateringowe pojemników i sztucców jednorazowych. Jeżeli jednakże posiłki dostarczane przez firmę cateringową są przywożone w pojemnikach zbiorczych, rozkładane na miejscu na talerze, i tam

zapewnione zostały sztuce i naczynia, to taki sposób podawania posiłków jest właściwy pod warunkiem, że:

- a. naczynia i sztuce wielorazowego użytku stosowane w danej placówce będą myte w zmywarce z dodatkiem detergentu, w temperaturze min. 60oC (zaleca się zmywarkę z funkcją wyparzania, a jeśli jej nie ma – wyparzanie gorącą wodą po myciu)
- b. lub myte w gorącej wodzie z dodatkiem detergentu i wyparzane.

13. Zasady dotyczące mycia zastawy stołowej są takie same jak opisane powyżej w przypadku zakładu żywienia zbiorowego na miejscu.

D. Zasady bezpieczeństwa związane z pomieszczeniami (np. świetlica, kawiarnia)

1. Przy wejściu do pomieszczeń należy udostępnić płyn do dezynfekcji rąk (środek na bazie alkoholu, min. 60%) oraz zamieścić informację o obligatoryjnym korzystaniu z niego przez wszystkie wchodzące osoby. Zaleca się udostępnienie instrukcji prawidłowej dezynfekcji rąk.
2. Miejsca do siedzenia należy zorganizować w taki sposób, aby pomiędzy osobami zachowany był co najmniej 2-metrowy odstęp w każdym kierunku.
3. Jeżeli zapewnienie odpowiedniej odległości nie jest możliwe ze względu na liczbę osób należy zapewnić salę odpowiednio większą lub maksymalnie zmniejszyć liczbę osób w sali.
4. Klamki/ uchwyty i powierzchnie, często dotykane, powinny być często i regularnie dezynfekowane.
5. Pomieszczenia powinny być regularnie wietrzone Zapewnienie, w miarę możliwości, wietrzenia nieklimatyzowanych pomieszczeń.
6. W zakresie systemów wentylacyjno-klimatyzacyjnych stosowanie się do zaleceń NIZP- PZH (w załączeniu)
7. Nie należy używać klimatyzacji.
8. Należy zapewnić bieżącą dezynfekcję toalet.
9. W pomieszczeniach higieniczno-sanitarnych zaleca się wywieszenie instrukcji prawidłowego mycia rąk, a przy dozownikach z płynem odkażającym instrukcji prawidłowej dezynfekcji rąk.
10. Nie należy używać suszarek nadmuchowych do rąk.
11. Dezynfekcje toalet należy przeprowadzać nie rzadziej niż co 2 h; ograniczyć liczbę osób przebywających jednocześnie w toaletach – zakłada się: 1 osoba na 2 kabiny/ toalety.
12. Rekomenduje się, o ile to możliwe, monitoring codziennych prac porządkowych, ze szczególnym uwzględnieniem utrzymywania w czystości ciągów komunikacyjnych, dezynfekowania powierzchni dotykowych: poręczy, klamek, włączników światła, klawiatur, myszek, uchwytów, poręczy krzeseł i powierzchni płaskich itp.
13. Należy także pamiętać o dezynfekcji używanego sprzętu (np. klawiatury komputera).
14. Przeprowadzając dezynfekcję, należy ściśle przestrzegać zaleceń producenta preparatu. Ważne jest ściśle przestrzeganie czasu niezbędnego do wywietrzenia dezynfekowanych pomieszczeń.

E. Dodatkowe zasady bezpieczeństwa:

1. Pracownicy powinni być poinstruowani odnośnie zasad dotyczących bezpieczeństwa biologicznego odnośnie zagrożeń związanych z ryzykiem zakażenia koronawirusem.
2. Należy unikać tworzenia się skupisk ludzkich. W tym celu można np. zorganizować dostęp do pomieszczeń w sposób uniemożliwiający grupowanie się osób (np. odstępy czasowe) lub wyznaczone obszary poruszania się.
3. Zaleca się ograniczenie korzystania z wind budynku do niezbędnego minimum (limit osób jednocześnie korzystających z windy uzależniony od jej powierzchni).

Procedury postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia u pracownika/ kuracjusza

1. Jeżeli ktoś przejawia niepokojące objawy choroby zakaźnej należy niezwłocznie go odizolować w przygotowanym do tego odrębnym pomieszczeniu lub wyznaczonym miejscu z zapewnieniem minimum 2 m odległości od innych osób.
2. W przypadku, kiedy stan zdrowia osoby nie wymaga pomocy Państwowego Ratownictwa Medycznego, powinna ona udać się do pokoju, pozostać tam i skorzystać z konsultacji lekarza, teleporady medycznej.
3. W sytuacji pogarszania się stanu zdrowia osoby należy wezwać pogotowie ratunkowe, a o zaistniałej sytuacji niezwłocznie poinformować właściwą powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną, która przeprowadzi wstępny wywiad epidemiologiczny.
4. Procedura postępowania na wypadek podejrzenia zakażenia koronawirusem powinna uwzględniać przynajmniej następujące elementy:
 - a) pracownicy oraz kuracjusze powinni zostać poinstruowani, że w przypadku wystąpienia niepokojących objawów nie powinni przychodzić na stołówkę, na zajęcia (pracownicy do pracy). Powinni pozostać w pokoju/ domu i skontaktować się telefonicznie z lekarzem w celu uzyskania teleporady medycznej, oddziałem zakaźnym, a w razie pogarszania się stanu zdrowia zadzwonić pod nr 999 albo 112 i poinformować, że mogą być zakażeni koronawirusem,
 - b) zaleca się, aby personel śledził bieżące informacje Głównego Inspektora Sanitarnego (www.gis.gov.pl) oraz Ministra Zdrowia (www.gov.pl/web/koronawirus), a także obowiązujące przepisy prawa,
 - c) w przypadku wystąpienia u osoby podczas pobytu w sanatorium niepokojących objawów sugerujących chorobę zakaźną, należy niezwłocznie odsunąć ją od pracy/ zajęć, powiadomić właściwą miejscowo powiatową stację sanitarno-epidemiologiczną i stosować się ściśle do wydawanych instrukcji i poleceń,
 - d) obszar, w którym poruszała się osoba należy poddać gruntownemu sprzątnięciu, zgodnie z funkcjonującymi procedurami, oraz zdezynfekować powierzchnie dotykowe (klamki, poręcze, uchwyty),
 - e) należy stosować się do zaleceń państwowego powiatowego inspektora sanitarnego przy ustalaniu, czy należy wdrożyć dodatkowe procedury, biorąc pod uwagę zaistniały przypadek,
 - f) rekomenduje się ustalenie listy osób przebywających w tym samym czasie w części/częściach obiektu, w których przebywała osoba podejrzana o zakażenie, co będzie pomocne w prowadzeniu dochodzenia epidemiologicznego przez Państwową Inspekcję Sanitarną.

Zalecenia ogólne

1. Podział realizowanych przez pracowników sanatorium zadań powinien być taki, aby ich część – niewymagająca fizycznej obecności pracowników w siedzibie - mogła być realizowana zdalnie.
2. Sanatoria są obowiązane zapewnić:
 - a) osobom zatrudnionym niezależnie od podstawy zatrudnienia maseczki oraz rękawiczki jednorazowe lub środki do dezynfekcji rąk,
 - b) możliwość zachowania odległości między pracownikami co najmniej 1,5 m, chyba że jest to niemożliwe, wówczas konieczne środki ochrony osobistej.
3. Należy zorganizować pracę z uwzględnieniem systemu zmianowego i rotacyjnego oraz niezbędnej rezerwy kadrowej, na wypadek wzrostu ryzyka epidemicznego.

4. Zaleca się ograniczenie do niezbędnego minimum spotkań i narad wewnętrznych, spotkania powinny być przeprowadzane przy otwartych oknach, z zachowaniem odległości pomiędzy pracownikami minimum 1,5 m; preferowany kontakt telefoniczny oraz mailowy.
5. Zaleca się ograniczenie korzystania przez pracowników z przestrzeni wspólnych, w tym:
 - a) wprowadzenie różnych godzin przerw,
 - b) zmniejszenie liczby pracowników korzystających ze wspólnych obszarów w danym czasie (np. przez rozłożenie przerw na posiłki).
6. Szczególną troską należy objąć pracowników z grup bardziej narażonych na ryzyko epidemiczne – jeśli to możliwe nie angażować w bezpośredni kontakt z klientem osób powyżej 60 r.ż. oraz przewlekłe chorych.
7. Wytyczne dla pracowników:
 - a) przed rozpoczęciem pracy, tuż po przyjściu do pracy obowiązkowo należy umyć ręce wodą z mydłem,
 - b) osoby wykonujące bezpośrednią obsługę pacjentów - nosić osłonę nosa i ust, ewentualnie przyłbicę oraz rękawice ochronne podczas wykonywania obowiązków; jeśli to niemożliwe - maksymalnie zwiększyć odległość osoby od osoby na minimum 2 metry,
 - c) zachować bezpieczną odległość od pacjentów i współpracowników poza stanowiskiem pracy (na stanowisku pracy 1,5 m, poza rekomendowane są minimum 2 m),
 - d) regularnie, często i dokładnie myć ręce wodą z mydłem, zgodnie z instrukcją znajdującą się przy umywalce i dezynfekować osuszone dłonie środkiem na bazie alkoholu (min. 60%),
 - e) podczas kaszlu i kichania zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce,
 - f) starać się nie dotykać dłońmi okolic twarzy, zwłaszcza ust, nosa i oczu,
 - g) używać jedynie swoich przyborów i akcesoriów,
 - h) dołożyć wszelkich starań, aby stanowiska pracy były czyste i higieniczne, przed, w trakcie i po zakończonym dniu pracy. Należy pamiętać o dezynfekcji powierzchni dotykowych jak np. uchwyty, poręcze, włączniki świateł. Regularnie (kilka razy w ciągu dnia) czyścić powierzchnie wspólne, z którymi stykają się klienci.
8. Za jedną z najważniejszych kwestii w zapobieganiu rozprzestrzeniania się koronawirusa uważa się utrzymywanie czystości rąk - ich częste mycie wodą z mydłem lub dezynfekowanie (jeśli dłonie nie są w sposób widoczny zanieczyszczone). Zaleca się higienę rąk:
 - przed i po pracy z pacjentami,
 - po dotykaniu banknotów/kart kredytowych, klamek tp..,
 - przed dotykaniem ust, nosa czy oczu,
 - po zanieczyszczeniu rąk wydzieliną z dróg oddechowych, np. w przypadku kasłania, kichania,
 - przed i po skorzystaniu z toalety,
 - przed wejściem do pomieszczenia dla personelu,
 - przed i po posiłku, spożywaniu napojów.
9. Noszenie rękawiczek nie może zastępować mycia rąk.

Przydatne instrukcje:

- mycia rąk

<https://gis.gov.pl/zdrowie/zasady-prawidlowego-mycia-rak/>

- dezynfekcji rąk

<https://gis.gov.pl/aktualnosci/jak-skutecznie-dezynfekowac-rece/>

- prawidłowego zdejmowania maseczki

<https://gis.gov.pl/aktualnosci/jak-prawidlowo-nalozyc-i-zdjac-maseczke/>

- prawidłowego zdejmowania rękawiczek

<https://gis.gov.pl/aktualnosci/koronawirus-jak-prawidlowo-nalozyc-i-zdjac-rekawice/>