



**Metodické doporučení Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení,
oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 3/2020 k provedení opatření
proti onemocnění COVID-19 způsobeného koronavirem SARS-CoV-2**

**Aktualizováno v Praze 29. 10. 2021
Platné od 1. 11. 2021
č. j. MV- 18103-187/OZZ-2020**



Obsah

Vymezení základních pojmů.....	3
Jak pracovat s metodickým doporučením?.....	4
Obecná opatření doporučená pro všechny skupiny pracovníků	4
1. Osobní hygienická opatření	4
2. Organizační a technická opatření	4
3. Příprava jídel a stravování	5
4. Osobní ochranné prostředky.....	5
Obecná opatření doporučená pro pracoviště.....	6
1. Hygienická opatření	6
2. Organizační a technická opatření	6
3. Další opatření pro výkon práce či služby	8
Opatření vůči veřejnosti/klientům.....	9
Režim pracoviště pracovníka s malou mírou rizika.....	10
Režim pracoviště pracovníka s velkou mírou rizika	10
Režim pracoviště ohroženého pracovníka.....	11
Jak se chovat při návratu ze zahraničí?	11
Co je rizikový kontakt a jaké jsou délky protiepidemických opatření?.....	13
Jak postupovat v případě potvrzené positivity pracovníka nebo kontaktu pracovníka s pozitivní osobou? Co je to kontakt kontaktu? A další časté otázky.....	14
1. Potvrzená pozitivita pracovníka nebo jiné osoby, která se pohybovala na pracovišti – jaká opatření přijmout?	14
2. Potvrzený přímý rizikový kontakt pracovníka s pozitivní osobou mimo pracoviště – jaká opatření přijmout?	15
3. Kontakty na pracovníky oddělení ochrany veřejného zdraví, odboru zdravotnického zabezpečení.	16
Přílohy:	17



Metodické doporučení Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení, oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 3/2020 k provedení opatření proti onemocnění COVID-19 způsobeného koronavirem SARS-CoV-2

V souvislosti s výskytem a šířením onemocnění COVID-19 způsobeného novým koronavirem SARS-CoV-2 (dále jen „koronavir“) a v návaznosti na změny mimořádných opatření Ministerstva zdravotnictví (dále jen „mimořádná opatření MZ“) a změny mimořádných opatření krajských hygienických stanic (dále jen „mimořádná opatření KHS“) a vývoj epidemiologické situace je vydávána aktualizace tohoto metodického doporučení, jehož obsahem je metodické stanovení ochranných opatření (dále jen „opatření“), která mají zamezit šíření onemocnění COVID-19 a zajistit ochranu zdraví při výkonu služby nebo práce v Ministerstvu vnitra.

Vymezení základních pojmů

Rizikem je pravděpodobnost škodlivých následků vyplývajících z hrozby onemocnění COVID-19.

Rizikovými kategoriemi osob jsou fyzické osoby nad 65 let s přidruženými chronickými chorobami (vyjmenované v seznamu níže) a lidé s chronickým onemocněním. Mezi taková chronická onemocnění patří:

- Chronické onemocnění plic (zahrnuje i středně závažné a závažné astma bronchiale) s dlouhodobou systémovou farmakologickou léčbou.
- Onemocnění srdce a/nebo velkých cév s dlouhodobou systémovou farmakologickou léčbou např. hypertenze.
- Porucha imunitního systému, např.
 - a) při imunosupresivní léčbě (steroidy, HIV apod.),
 - b) při protinádorové léčbě,
 - c) po transplantaci solidních orgánů a/nebo kostní dřeně.
- Těžká obezita (BMI nad 40 kg/m²).
- Farmakologicky léčený diabetes mellitus.
- Chronické onemocnění ledvin vyžadující dočasnou nebo trvalou podporu/náhradu funkce ledvin (dialýza).
- Onemocnění jater (primární nebo sekundární).

Rizikovým prostředím se pro účely tohoto metodického doporučení rozumí takové prostředí, kde se příslušníci bezpečnostních sborů, státní zaměstnanci či zaměstnanci (dále jen „pracovník“) stýkají s neznámými osobami (veřejnost, klienti atp.).

Pro účely tohoto metodického doporučení jsou pracovníci rozděleni do **tří základních skupin**:

1. **Pracovník s malou mírou rizika** se při výkonu služby nebo práce pravidelně **nesetkává** s klienty z řad veřejnosti ani s okruhem ostatních pracovníků a zároveň **nepatří** do rizikové kategorie osob.



2. **Pracovník s velkou mírou rizika** se při výkonu služby nebo práce pravidelně **setkává** s klienty z řad veřejnosti nebo s okruhem ostatních pracovníků a zároveň **nepatří** do rizikové kategorie osob.
3. **Ohrožený pracovník** patří do **rizikové** kategorie osob.

Jak pracovat s metodickým doporučením?

V metodickém doporučení jsou navržena adekvátní opatření pro obecné využití na jakýchkoliv pracovištích a dále jsou stanoveny soubory opatření odstupňované podle míry rizika expozice onemocnění COVID-19. Před vybráním konkrétního opatření je třeba zvážit možnost jeho realizace v rámci pracoviště a dané opatření je vždy třeba přizpůsobit podmínkám tohoto pracoviště. **Dále je při aplikaci opatření třeba brát v potaz závažnost aktuální epidemiologické situace a mimořádná opatření MZ a KHS či opatření vydávaná ministrem vnitra a státním tajemníkem v Ministerstvu vnitra.**

V případě zhoršené epidemiologické situace v daném regionu ČR se doporučuje protiepidemická opatření zpřísnit.

Na zhoršenou epidemiologickou situaci v daném regionu ČR reagují kromě vlády ČR a Ministerstva zdravotnictví také místně příslušné krajské hygienické stanice, jejichž opatřeními je třeba se v takovém případě řídit a vycházet z nich.

Obecná opatření doporučená pro všechny skupiny pracovníků

1. Osobní hygienická opatření

- Časté mytí rukou zejména po kašlání, kýchání, po použití toalety, před, při a po přípravě jídla, po cestě veřejnou hromadnou dopravou, při zjevném znečištění. Postup je přílohou č. 1.
- Dezinfekce rukou – dezinfekce na bázi alkoholu.
- Dodržovat respirační hygienu (kašlání a kýchání do rukávu, ohnuté paže nebo do jednorázového kapesníku).
- Používat jednorázové papírové kapesníky a utěrky.
- Vyhýbat se zjevně nemocným osobám, zejména těm s příznaky respiračního onemocnění.
- Nedotýkat se rukama obličeje, očí, úst a nosu, pokud nejsou umyté.
- Věnovat zvýšenou pozornost svému zdravotnímu stavu.
- V případě zpozorování příznaků nachlazení nebo respiračního onemocnění zůstat doma.

2. Organizační a technická opatření

- Respektovat všechny zákazy a doporučení vydané státními orgány.
- Při cestování dodržovat doporučení vydaná státními orgány a dopravci.
- Zdržovat se v místnostech s vyšším počtem lidí v pouze nezbytných případech a za dodržení hygienických opatření.
- Pokud to situace dovoluje upřednostnit distanční formu komunikace (tj. telefon, e-mail, videokonference atp.)
- Udržovat dostatečnou vzdálenost od ostatních (minimálně 2 metry).



- Zajistit častější přirozené větrání prostorů za účelem výměny vzduchu.

3. Příprava jídel a stravování

- Použití oddělených nožů a ploch pro syrové maso a vařené potraviny.
- Časté mytí rukou před, při a po přípravě jídla.
- Zajištění dostatečné tepelné úpravy.

V případech stravování v jídelně/kantýně:

- Ve frontě se doporučuje dodržovat 2 metrové rozestupy.
- Před vstupem do jídelny/kantýny si vydezinfikovat ruce (nebo si je umýt teplou vodou a mýdlem, je-li umývárna k dispozici).
- Pobyt v jídelně/kantýně zbytečně neprodlužovat.
- Využívat celé délky doby výdeje jídla/provozu kantýny tak, aby nedocházelo ke zbytečnému shromažďování strávnicků/zákazníků.
- Dbát pokynů personálu.
- Chovat se ohleduplně vůči ostatním a dodržovat hygienické zásady.
- Mít zakrytá ústa a nos v závislosti na aktuálním protiepidemickém opatření v ČR (roušku/respirátor odkládat až těsně před jídlem).

4. Osobní ochranné prostředky

V běžném životě je užitečné, v případě, že jste nemocní, využít roušku (tzv. ústenku), která chrání vaše okolí před nákazou, případně zajistit zakrytí úst a nosu jiným vhodným způsobem (šátek, šál nebo jiný prostředek, který brání šíření kapének). Pokud není rouška nebo jiný vhodný prostředek k dispozici, je nezbytné dodržovat výše uvedená opatření a hygienické zásady a v případě příznaků respiračního onemocnění zůstat doma.

Povinné nošení roušek nebo respirátorů k zakrytí úst a nosu je třeba dodržovat zejména v závislosti na obecně platných vydaných opatřeních pro daný region nebo celou ČR.

Aktuální nařízení a změny (zmírnění i rozšíření nařízení) doporučujeme sledovat. Mimořádná opatření MZ a KHS jsou dostupná na:

<https://koronavirus.mzcr.cz/category/mimoradna-opatreni/>
<https://koronavirus.mzcr.cz/materialy-ke-stazeni/>

Nad rámec mimořádných opatření MZ a KHS, jimiž se nařizuje povinnost používat ochranné prostředky dýchacích cest, **doporučujeme jejich použití vždy při kontaktu s další osobou nebo osobami. Dále v místech, kde dochází ke shlukování osob** (např. větší porady a jednání, jídelny, společné prostory ubytovacích, rekreačních, lázeňských a jim podobných zařízení, čekárny, fronty apod.), **a to bez ohledu na dodržanou vzdálenost mezi osobami.**

Za adekvátní ochranné prostředky se považují:



- respirátor označený jako FFP2, FFP3, KN95, N95 bez výdechového filtru s filtrační účinností min 94 %,
- nanorespirátor nebo nanorouška splňující standardy EN 149:2001+A1:2009 nebo GB2626/2006 nebo KN95 s filtrační účinností min 94 %,
- zdravotnické roušky nebo jiné podobné prostředky splňující normy ČSN EN 14683+AC.

Typ povinného ochranného prostředku pro různá prostředí je stanoven v příslušném mimořádném opatření Ministerstva zdravotnictví, které lze dohledat na výše uvedeném odkaze.

Vzhledem k šíření nových mutací koronaviru, které mají vyšší nakažlivost, se nedoporučují látkové roušky či improvizovaná ochrana nosu a úst např. šátkem, šálou apod.

Obecná opatření doporučená pro pracoviště

1. Hygienická opatření

- Pravidelně doplňovat zásobníky mýdla a dezinfekcí na ruce.
- Dezinfekce na ruce by měla být dostupná zejména u vstupu do budovy, na sociálních zařízeních, v kuchyňkách či denních místnostech, zasedacích či jednacích místnostech, popř. ve výtahu.
- Zajistit jednorázové papírové utěrky, ručníky, kapesníky.
- Zajistit pomocí plně virucidní dezinfekce dezinfekci ploch, kterých se v běžném provozu lidé nejčastěji dotýkají (kliky, madla, tlačítka ve výtahu, umyvadla, dřezové a koupelnové baterie, klávesnice, myš, plocha stolu, telefony, atp.).
- Dezinfekci provést min. 1x denně během služební/pracovní doby. V případě směnného provozu je vhodné dezinfekci provést vždy při střídání směn.
- Zajistit na pracoviště dezinfikovatelné uzavíratelné odpadkové koše pro likvidaci použitých ochranných pracovních prostředků.

2. Organizační a technická opatření

- Zajistit informovanost pracovníků ve všech směrech, týkající se onemocnění COVID-19 a přijímaných opatření (informace na intranetu, letáky na pracovišti). Hlavní témata: jaká jsou hygienická opatření, jak mám postupovat při návratu z rizikové oblasti, jak mám postupovat v případě zpozorování příznaků respiračního onemocnění.
- Nevstupovat do místa výkonu práce/služby v případě projevení se příznaků infekčního onemocnění způsobeného koronavirem; nařízení karanténních opatření, která dosud trvají; kontaktu s osobou s potvrzeným onemocněním, od kterého neuplynulo alespoň 14 dní a nebyla konzultována případná karanténní opatření s registrujícím poskytovatelem zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo s poskytovatelem pracovnílékařských služeb nebo s příslušným orgánem ochrany veřejného zdraví.



- Podrobit se měření tělesné teploty pomocí termokamery v areálech Ministerstva vnitra, které jsou termokamerou vybavené a ve kterých je měření prováděno. Platí pro státní zaměstnance a zaměstnance Ministerstva vnitra a jakékoliv další osoby vstupující do areálů Ministerstva vnitra.
- V případě projevů příznaků virového infekčního onemocnění během výkonu práce/služby opustit pracoviště a kontaktovat svého registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb.
- Zamezit vstupu do areálů Ministerstva vnitra těm osobám, které vykazují příznaky infekčního onemocnění, nebo jim byla naměřena zvýšená tělesná teplota tam, kde je měření v areálu Ministerstva vnitra prováděno.
- Zabezpečit opatření proti vstupu na pracoviště u státních zaměstnanců a zaměstnanců, kteří nemají směnu nebo nebyli výslovně povoláni na pracoviště představeným nebo vedoucím zaměstnancem.
- Vymezit koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod státních zaměstnanců a zaměstnanců na konkrétní pracoviště, tak aby se minimalizoval kontakt státních zaměstnanců a zaměstnanců z různých směn a pracovišť a kontakt s veřejností.
- Vymezit koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod a pohyb veřejnosti do/z areálů Ministerstva vnitra.
- Omezit zahraniční služební cesty, povolit je v závislosti na aktuální epidemiologické situaci v zahraniční destinaci.
- V odůvodněných případech povolit výkon služby/práce z jiného místa.
- V případě stravovacího zařízení na pracovišti zajistit provoz se zvýšenými hygienickými opatřeními, které jsou stanovené Metodickým doporučením Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení, oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 4/2020.
- Zajistit častější přirozené větrání pracovních prostorů za účelem výměny vzduchu.
- Ve společných kuchyňkách zajistit mycí a dezinfekční prostředky vč. jednorázových utěrek a odpadních uzavíratelných a dezinfikovatelných nádob a úklid s dezinfekcí min. 1x denně.
- V případě neodkladných prezenčních porad a shromáždění v zasedacích a jednacích místnostech dodržovat hygienická pravidla jako jsou zejména zajištění větrání místnosti, poskytnutí dezinfekčních prostředků na ruce u vstupu a pro průběžné využití, provedení úklidu dle pravidel v bodu 1 výše. Doporučuje se dodržet bezpečné rozestupy (minimálně 2 metry) a nošení zakrytých úst a nosu dodržovat v závislosti na platných mimořádných opatřeních MZ či KHS.



3. Další opatření pro výkon práce či služby

Tato opatření se týkají provozu pracovišť v době nouzového stavu či v době zhoršené epidemiologické situace.

- Nařízení přesčasů a pohotovosti u krizových pracovníků.
- Využití služebních vozidel pro dosah v rámci pohotovostí.
- Navýšení mobilních dat krizovým pracovníkům.
- Zajištění notebooku pro práci z domova v rámci pohotovosti.
- Zřízení krizových či informačních linek.
- Zřízení linky psychologické první pomoci pro pracovníky.
- Zajistit ubytování pro pracovníky, kteří mají být dostupní a nežijí ve městě, jež je místem výkonu služby/práce.
- Zajistit možnost dojíždění služebním autem nebo soukromým autem se zajištěním (nebo proplácením) parkování pro pracovníky, kteří jsou ohrožení nebo pracovníky, kteří mají být dostupní.
- Omezit agendu a přímý kontakt s veřejností na nezbytně nutné minimum.
- Nepořádat hromadné porady a jednání, pokud to není nezbytně nutné, vždy zvážit možnost videokonference.
- Neshromažďovat se a snížit kontakt s lidmi na minimum, využívat distanční formy komunikace (kontaktovat se pomocí telefonu, e-mailu, videokonferencí atp.), tzn., např. odložit konání interních porad a shromáždění atp.
- Odložit prezenční školení s výjimkou těch, která jsou povinná ze zákona, a i zde zvážit distanční formu vzdělávání.
- Povolit výkon služby/práce z jiného místa osobám spadajícím do rizikové kategorie nebo těm, jejichž charakter práce to umožňuje.
- Osobám spadajícím do rizikové kategorie zamezit/omezit kontakt s veřejností a klienty zvenčí, umožnit jim práci mimo tyto prostory.
- Snížit počet pracovníků na pracovišti na možné minimum – cestou výkonu služby/práce z jiného místa nebo cestou rozvržení služební/pracovní doby do směn/skupin při zachování týdenní služební/pracovní doby.
- V případě pružné služební/pracovní doby doporučit v případě cestování veřejnou hromadnou dopravou využívat časy, ve kterých jezdí méně lidí (odhadované nejvytíženější časové rozmezí je 7:30 – 9:30, 16:00 – 18:00).
- Stravování na pracovišti zajistit formou dovážené stravy, aby bylo omezeno vycházení pracovníků z úřadu do veřejných prostor stravovacích zařízení, kde dochází ke kontaktu s dalšími osobami zvenčí vymezit časové bloky pro jednotlivé skupiny pracovníků tak, aby se pracovníci jednotlivých skupin ve stravovacím zařízení nepotkávali. Po každé skupině je vhodné zajistit dezinfekci stolů a dalšího zařízení, kterého se strávnick běžně dotýká (stoly, židle atd.). Lze stravu zajistit formou balíčku nebo krabičky a omezit možnost stravy na místě výdeje, tj. samostatné stravování v kanceláři. Zajistit samostatné stravování veřejnosti.
- Zvýšit frekvenci úklidu a dezinfekci pracoviště.



- V případě neodkladných prezenčních porad a shromáždění v zasedacích a jednacích místnostech dodržovat hygienická pravidla jako jsou: zakrytá ústa a nos, vzdálenost min 2 metry, zajištění větrání místnosti, poskytnutí dezinfekčních prostředků na ruce u vstupu a pro průběžné využití, provedení úklidu před každým dalším jednáním.
- Dodržovat bezpečnou vzdálenost 2 metry.
- Při stravování v kuchyňkách i v jídelnách dodržovat odpovídající opatření, tj. zejména bezpečná vzdálenost, zbytečně se v místě nezdržovat a neshromažďovat, zakázat volného odkládání špinavého nádobí, odkládat roušku/respirátor až bezprostředně před jídlem.
- Nosit roušky či respirátory v závislosti na obecně platných vydaných mimořádných opatřeních MZ či KHS.
- Zajistit možnost dojíždění služebními autem pracovníkům, kteří spadají do rizikové kategorie osob nebo kteří mají nařízenou pohotovost, pokud je tak stanoveno společným opatřením ministra vnitra a státního tajemníka v Ministerstvu vnitra.

Opatření vůči veřejnosti/klientům

- Je-li to možné upřednostnit distanční formy komunikace s klienty a veřejností (komunikovat cestou telefonů, emailů).
- Zvážit zachování povolení návštěv pracoviště pouze na objednání.
- Seznámení veřejnosti se zásadami hygieny, které je třeba dodržovat během návštěvy pracoviště, např. formou letáku.
- V závislosti na vývoji epidemiologické situace vybavit zaměstnance, kteří přicházejí do přímého kontaktu s klienty/veřejností, osobními ochrannými prostředky v případě, že nelze nastavit taková organizační nebo technická opatření, která by zamezila přímému kontaktu s klientem, a dezinfekčními prostředky na ruce.
- Doporučuje se nadále dodržovat při jednání odstup alespoň 2 metry či provádět jednání prostřednictvím pracovišť vybavených přepážkou se sklem či obdobnou bariérou chránící proti přenosu koronaviru.
- Zabezpečit vybavení klientské části dezinfekčními prostředky na ruce.
- Omezit nutný přímý kontakt na nezbytně nutnou dobu.
- Vyžadovat, aby další osoby měly v době jednání zakrytá nos a ústa rouškou či respirátorem, který zamezí šíření kapének s výjimkou doby nezbytně nutné k provedení úkonů, u nichž je dočasné sejmутí ochranných prostředků klienta nezbytné (zejména při nabrání biometrických dat, pořízení fotografie apod.), a to v závislosti na aktuálních protiepidemických opatřeních v příslušném regionu nebo v celé ČR, kam spadá pracoviště, popř. tam, kde je vysoká koncentrace osob bez bezpečných rozestupů (např. hromadné čekárny pro 50 a více osob atp.).
- Při manipulaci s papírovými dokumenty a po činnostech, při kterých měl klient sejmутé ochranné prostředky dle předchozího bodu, dodržovat důsledně hygienu rukou, po každé manipulaci s papírovými dokumenty a po nabírání biometrických dat si umýt a dezinfikovat ruce a dle potřeby provést též dezinfekci místa a použitého zařízení, které mohlo být zasaženo kapénkami nebo aerosolem.



- Nedotýkat se obličeje, očí, úst a nosu, pokud nebyly ruce řádně umyté.
- Doporučuje se nadále využívat vymezené koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod státních zaměstnanců a zaměstnanců na konkrétní pracoviště, tak aby se minimalizoval kontakt státních zaměstnanců a zaměstnanců z různých směn a pracovišť.
- Doporučuje se nadále dodržovat vyhrazení hygienických zařízení určených výlučně pro klienty/veřejnost (resp. pro osoby odlišné od státních zaměstnanců a zaměstnanců Ministerstva vnitra a osob vykonávajících službu podle jiného právního předpisu zařazených k výkonu služby v Ministerstvu vnitra).
- V případě vstupu veřejnosti/klientů do budovy se doporučuje, aby vstupující vyplnil čestného prohlášení o bezinfekčnosti.

4. Osobní ochranné pracovní prostředky (dále jen „OOPP“)

- Rukavice.
- Brýle.
- Respirátor FFP3 nebo FFP2, (popř. zdravotnická rouška).

OOPP se doporučuje nadále používat především pracovníkům s velkou mírou rizika v případě, že nelze nastavit organizační nebo technická opatření.

Soubor opatření z hlediska tří základních skupin pracovníků:

Režim pracoviště pracovníka s malou mírou rizika

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.

Režim pracoviště pracovníka s velkou mírou rizika

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.
- Je-li to možné upřednostnit distanční formu komunikace s klienty a veřejností (komunikovat cestou telefonů, e-mailů).
- Omezení nutného přímého kontaktu s klienty na nezbytně nutnou dobu.
- Doporučuje se nadále dodržovat při jednání odstup alespoň 2 metry.
- Využití technických opatření (např. kontaktních místa s bariérami – přepážkami).
- Obě části – jak klientská část, tak pracoviště – by měly mít možnost řádného větrání okny.
- Provádět pravidelný úklid ploch na mokro dezinfekčním prostředkem, který má virucidní účinek.
- Umístit u vchodu do klientské části dezinfekční prostředek na ruce, aby měl každý klient možnost provést dezinfekci rukou dříve, než přistoupí ke klientskému okénku, informacím nebo „rezervačnímu automatu“.
- Zajistit zásobníky s jednorázovými ubrousky u vchodu pro klienty.
- Poskytnout dezinfekci na ruce pracovníkům a jednorázové ubrousky.
- Používat OOPP v případě, že nelze nastavit taková organizační nebo technická opatření, která by zamezila přímému kontaktu s klientem.
- Vyžadovat, aby další osoby měly v době jednání zakrytá nos a ústa rouškou či respirátorem, který zamezí šíření kapének a aerosolu s výjimkou doby

nezbytně nutné k provedení úkonů, u nichž je dočasné sejmутí ochranných prostředků klienta nezbytné (zejména při nabrání biometrických dat, pořízení fotografie apod.), a to v závislosti na aktuálních protiepidemických opatřeních v příslušném regionu ČR, kam spadá pracoviště, nebo platných pro celou ČR, popř. tam, kde je vysoká koncentrace osob bez bezpečných rozestupů (např. hromadné čekárny pro 50 a více osob atp.).

- Pokud je pracoviště vybaveno přepážkou, není třeba používat respirátory a roušky, přesto by měly být k dispozici.
- Zajistit likvidaci jednorázových OOPP. Použité jednorázové OOPP ukládat do pytlů a uzavíratelné dezinfikovatelné nádoby.
- Při manipulaci s papírovými dokumenty a po činnostech, při kterých měl klient sejmутé ochranné prostředky dle předchozího bodu, dodržovat důsledně hygienu rukou, po každé manipulaci s papírovými dokumenty a po nabírání biometrických dat umýt a dezinfikovat ruce a dle potřeby provést též dezinfekci místa a použitého zařízení, které mohlo být zasaženo kapénkami.
- Nedotýkat se obličeje, očí, úst a nosu, pokud nebyly ruce řádně umyté.

Režim pracoviště ohroženého pracovníka

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.
- Omezit cestování veřejnou hromadnou dopravou, popř. cestovat osobním vozem nebo zajistit svoz služebním vozem, zejména je-li v regionu zhoršená epidemiologická situace.
- Je-li to možné, omezit kontakt ohrožených pracovníků s veřejností v budově pracoviště a i s ostatními pracovníky.
- Povolit službu/práci z jiného místa nebo se domluvit na dovolené, převedení na jiné pracovní či služební místo atp., zejména je-li v regionu zhoršená epidemiologická situace.

Další informace:

Jak se chovat při návratu ze zahraničí?

Doporučuje se všem, kteří se vrátí z pobytu v oblastech mimo ČR, který trval déle než 12 hodin, a to i v případě návratu z oblastí s nízkým rizikem výskytu onemocnění COVID-19, **dodržovat po dobu 14 dnů po návratu (odpovídá inkubační době onemocnění COVID-19) následující hygienická opatření v rámci výkonu práce/služby s cílem zamezit zavlečení onemocnění COVID-19 na pracoviště:**

1. Po dobu 14 dnů pravidelně sledovat svůj zdravotní stav, vč. měření teploty, a zdravotní stav osob ve společné domácnosti, které též byly účastníky zahraniční cesty. Jedná se zejména o sledování známek počínajícího virového infekčního onemocnění (např. zvýšená tělesná teplota/horečka, kašel, dušnost, náhlá ztráta chuti nebo čichu), ale i případného jiného zhoršení zdravotního stavu. Veškeré případné zdravotní potíže ihned telefonicky hlásit příslušnému registrujícímu praktickému lékaři, případně lékaři pracovnělékařských služeb.



2. V případě zpozorování příznaků virového infekčního onemocnění (výčet těchto příznaků vizte výše v bodě 1) nevstupovat na pracoviště, nebo v případě, že se příznaky objeví během plnění pracovních/služebních povinností, okamžitě pracoviště opustit a o této skutečnosti informovat bezprostředně nadřízeného představeného/vedoucího zaměstnance/služebního funkcionáře, který určí způsob dalšího plnění jeho pracovních úkolů, a svého registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který rozhodne o dalším postupu.
3. V rámci výkonu práce/služby minimalizovat kontakt s dalšími pracovníky na nezbytně nutnou dobu.
4. Při nutném kontaktu s dalšími pracovníky dodržovat bezpečnou vzdálenost minimálně 2 metry a používat roušku či respirátor.
5. Dodržovat zvýšená hygienická opatření (zejm. dodržování hygieny a dezinfekce rukou, dodržování respirační hygieny, tj. kašlání a kýchání do rukávu, ohnuté paže nebo do jednorázového kapesníku, používání jednorázových papírových kapesníků a utěrek, častější větrání pracoviště apod.).
6. Neúčastnit se kolektivních akcí Ministerstva vnitra/organizačních složek Ministerstva vnitra, omezit služební nebo pracovní cesty a cesty mimo pravidelné pracoviště na nezbytně nutné případy.
7. Neúčastnit se hromadných jednání a porad (netýká se účasti prostřednictvím prostředků komunikace na dálku). V případě nutné fyzické přítomnosti pracovníka na jednáních nebo poradách použít ochranné prostředky dýchacích cest (rouška či respirátor) a dodržovat hygienické zásady dle bodu 5.
8. Neúčastnit se hromadného závodního stravování (nezdržovat se v jídelně – jídlo si brát ideálně s sebou).

Při návratech z oblastí mimo Českou republiku je nutné mimo výše uvedené nadále bezpodmínečně **dodržovat aktuální ochranné opatření Ministerstva zdravotnictví o vstupu osob na území České republiky¹**, které definuje další podmínky návratu z oblastí, které nejsou na seznamu zemí s nízkým rizikem výskytu onemocnění COVID-19.

¹ Platné ochranné opatření je k dispozici na stránkách:
<https://koronavirus.mzcr.cz/seznam-zemi-podle-miry-rizika-nakazy/>

Co je rizikový kontakt a jaké jsou délky protiepidemických opatření?

Rizikový kontakt = úzký přímý kontakt* bez použití ochrany úst a nosu** (ochranu úst a nosu musí mít obě strany), v menší vzdálenosti než jsou 2 metry, delší než 15 minut. Rizikové není krátkodobé sejmутí ochrany úst a nosu (např. za účelem napití), při kterém je dodržena vzdálenost minimálně 2 metry.

Rizikový kontakt v případě podezření na mutaci koronaviru = jakýkoli úzký přímý kontakt bez ohledu na čas a použití ochrany úst a nosu.

*úzký kontakt = např. sdílení kanceláře, společná jednání, společné stravování, společné cestování autem, sdílení domácnosti, společné neoddělené ubytování apod. Za úzký kontakt se nepovažují např. krátkodobá míjení na chodbě, ve výtahu, ve frontách v kantýně, krátkodobé předávání spisů, materiálů apod.

**Za adekvátní ochranné prostředky se považují:

- respirátor označený jako FFP2, FFP3, KN95, N95 bez výdechového filtru s filtrační účinností min 94 %,
- nanorespirátor nebo nanorouška splňující standardy EN 149:2001+A1:2009 nebo GB2626/2006 nebo KN95 s filtrační účinností min 94 %,
- zdravotnické roušky nebo jiné podobné prostředky splňující normy ČSN EN 14683+AC.

Vzhledem k šíření nových mutací koronaviru, které mají vyšší nakažlivost, se nedoporučují látkové roušky či improvizovaná ochrana nosu a úst např. šátkem, šálou apod.

Karanténa = Karanténa trvá **minimálně 7 dní** od posledního rizikového kontaktu s nemocnou osobou, **v rámci 5. – 7. dne je nutné podstoupit kontrolní RT-PCR test, v případě jeho negativity a absenci klinických příznaků je karanténa nejdříve 7. den ukončena.** V případě, že se v rámci karantény objeví příznaky onemocnění COVID-19 je nutné podstoupit RT-PCR test v nejbližší možné době. **V případě, že z nějakého důvodu nebyl v rámci karantény absolvován kontrolní RT-PCR test, trvá karanténa 14 dnů od posledního rizikového kontaktu s nemocnou osobou.**

Karanténa se nenařizuje:

- a) Osobám, které prodělaly laboratorně potvrzené onemocnění COVID-19, u kterých uplynula doba izolace podle platného mimořádného opatření Ministerstva zdravotnictví, nejeví žádné příznaky onemocnění COVID-19, a od prvního pozitivního testu neuplynulo více než 180 dní. Tyto skutečnosti se prokazují lékařskou zprávou.
- b) Osobám, které byly očkovány proti onemocnění COVID-19 a mají vystavený národní certifikát o provedeném očkování, které je písemným potvrzením vydaným alespoň v anglickém jazyce oprávněným subjektem působícím v České republice, v jiném členském státě Evropské unie nebo ve státě, který je



uveden ve Sdělení Ministerstva zdravotnictví jako země nebo její část s nízkým rizikem nákazy onemocnění COVID-19, jehož vzor je zveřejněn v seznamu uznaných národních certifikátů na internetových stránkách Ministerstva zdravotnictví České republiky, které obsahuje údaje o očkované osobě, podanému typu vakcíny, datu podání vakcíny, identifikaci subjektu, který potvrzení vydal, s tím, že u očkování uplynulo

- i. od aplikace druhé dávky očkovací látky v případě dvoudávkového schématu podle souhrnu údajů o léčivém přípravku (dále jen „SPC“) nejméně 14 dní, nebo
- ii. od aplikace první dávky očkovací látky v případě jednodávkového schématu podle SPC nejméně 14 dnů,

a očkovaná osoba nejeví žádné příznaky onemocnění COVID-19. V případě výskytu příznaků onemocnění COVID-19 v následujících 14 dnech od posledního úzkého kontaktu s pozitivně testovanou osobou se nařídí podstoupit RT-PCR test na přítomnost viru SARS-CoV-2 a osobám s pozitivním výsledkem tohoto testu se nařídí izolace.

Izolace = Izolace trvá 14 dní ode dne odběru diagnostického vzorku s pozitivním výsledkem. Podmínkou ukončení izolace je absence příznaků onemocnění COVID-19, v opačném případě je prodloužena do doby, kdy alespoň 3 dny po sobě nemocná osoba nevykazuje příznaky.

Jak postupovat v případě potvrzené positivity pracovníka nebo kontaktu pracovníka s pozitivní osobou? Co je to kontakt kontaktu? A další časté otázky.

1. Potvrzená pozitivita pracovníka nebo jiné osoby, která se pohybovala na pracovišti – jaká opatření přijmout?
 - a) Připravit seznam osob, které byly v rámci pracoviště s pozitivní osobou v přímém rizikovém kontaktu, a to zpětně 5 dní od data zjištění positivity bezpříznakových osob a zpětně 2 dny u osob s příznaky. V seznamu uvést jméno pozitivního pracovníka a jména kontaktů, telefonní čísla a okolnosti kontaktu (datum přímého kontaktu, délka a vzdálenost kontaktu, použití ochranných pomůcek, vnitřní/vnější prostory, zda jsou osoby očkované nebo prodělaly COVID-19, je-li to známo, případně další podstatné skutečnosti). Pro hlášení lze využít formulář v příloze č. 9 – trasovací tabulka.
 - b) Kontaktovat oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení na emailu **ozccovid@mvcz.cz**, které na základě připravených podkladů provede epidemiologické zhodnocení a v případě potřeby informuje o nutných protiepidemických opatřeních.



- c) Zajistit představeným nebo vedoucím zaměstnancem provedení úklidu a dezinfekce pracoviště (úklid na mokro s použitím virucidních dezinfekčních přípravků se zaměřením na dezinfekci a úklid ploch, kterých se v běžném provozu pracovníci dotýkají, pracoviště řádně vyvětrat).
 - d) V případě přímého rizikového kontaktu zůstat doma nebo, je-li to možné, vykonávat práci/službu z jiného místa do doby přijetí protiepidemických opatření potvrzených registrujícím poskytovatelem zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatelem pracovnělékařských služeb či orgánem ochrany veřejného zdraví. V opačném případě je nutné dodržovat zvýšená hygienická opatření (zejm. používání ochranných prostředků dýchacích cest, úklid a dezinfekce pracoviště, mytí a dezinfekce rukou, bezpečná vzdálenost minimálně 2 metry).
 - a) V případě nutné karantény kontaktovat primárně svého registrujícího praktického lékaře nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který nařídí karanténu (vystaví e-neschopenku nebo potvrzení o karanténě) a vystaví žádanku na kontrolní testy RT-PCR na přítomnost koronaviru a podá další informace o postupu.
 - b) Pracovníka v izolaci (pozitivní na COVID-19) bude kromě oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, kontaktovat taktéž civilní hygiena (tj. krajská hygienická stanice), která má v gesci trasování soukromých a rodinných kontaktů.
2. Potvrzený přímý rizikový kontakt pracovníka s pozitivní osobou mimo pracoviště – jaká opatření přijmout?
- a) Pracovník podá vhodným distančním způsobem informace svému nadřízenému nebo přímo oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, jak kontakt s pozitivní osobou probíhal (datum přímého kontaktu, délka a vzdálenost kontaktu, použití ochranných pomůcek, vnitřní/vnější prostory).
 - b) O kontaktu je třeba informovat oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení na emailu **ozzccovid@mvcv.cz**, které případně provede posouzení rizika a informuje o nutných protiepidemických opatřeních.
 - c) Pracovník, který byl s pozitivní osobou v přímém rizikovém kontaktu, od kterého neuplynulo minimálně 14 dní, zůstává doma nebo, je-li to možné, vykonává práci/službu z jiného místa do doby přijetí protiepidemických opatření potvrzených registrujícím poskytovatelem zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatelem pracovnělékařských služeb či orgánem ochrany veřejného zdraví.
 - d) Ostatní pracovníci, kteří byli v kontaktu s pracovníkem, který byl mimo pracoviště v přímém kontaktu s pozitivní osobou, **jsou tzv. kontakty kontaktu. Na tyto osoby se nevztahují karanténní opatření.** Přesto je třeba, aby o karanténě kolegy byli představeným nebo vedoucím zaměstnancem informováni a kontrolovali svůj zdravotní stav po dobu 14 dnů.



- c) Pracovník, který byl v přímém rizikovém kontaktu s pozitivní osobou a který se musí podrobit karanténě, kontaktuje primárně svého registrujícího praktického lékaře nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který mu nařídí karanténu (vystaví e-neschopenku nebo potvrzení o karanténě) a vystaví žádanku na kontrolní testy RT-PCR na přítomnost koronaviru a podá další informace o postupu.

3. Kontakty na pracovníky oddělení ochrany veřejného zdraví, odboru zdravotnického zabezpečení.

Pro dotazy je k dispozici jednotné číslo: **704 844 400**

Další kontakty:

- Mgr. Ilona Krsková, tel: 974 827 578, 603 190 065
email: ilona.krskova@mvcv.cz
- Mgr. Eliška Melzerová, tel: 974 827 552, 603 190 998
email eliska.melzerova@mvcv.cz
- MUDr. Jiří Materna, tel: 974 721 690, 733 784 791
email: jiri.materna@mvcv.cz

Dostupnost jednotného čísla: Po – Pá: od 7:00 do 15:45
So – Ne: od 9:00 do 19:00



Přílohy:

1. Plakát mytí rukou.
2. Základní informace o koronaviru.
3. Mýty o koronaviru.
4. Co dělat pokud cestujete z oblasti nákazy.
5. Připravte své pracoviště na COVID-19.
6. Desatero ke koronaviru.
7. Na veřejnosti bezpečně.
8. Jak zabránit nákaze a šíření viru – základní zásady.
9. Tabulka pro účely hlášení – trasovací tabulka.

Mgr. Eliška Melzerová
vrchní ministerský rada
odbor zdravotnického zabezpečení
oddělení ochrany veřejného zdraví



Efektivní mytí rukou

Trvání procedury: nejméně 20 sekund



1 Namočte si ruce vodou.



2 Přidejte dostatečné množství mýdla.



3 Krouživými pohyby rozetřete mýdlo na rukou dlaní o dlaň.



4 Pravou dlaní třete hřbet levé ruky s proloženými prsty a pak ruce vystřídejte.



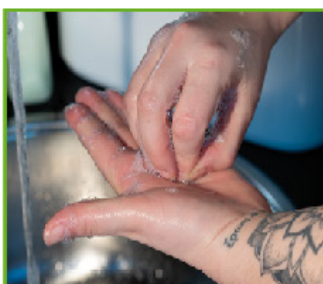
5 Třete dlaní o dlaň s proloženými prsty.



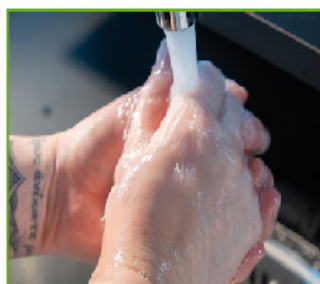
6 Vrchní stranu prstů jedné ruky vložte do druhé dlaně a mněte. Poté ruce vyměňte.



7 Krouživě třete levý palec sevřenou pravou dlaní. Poté ruce vyměňte.



8 Krouživě třete tam a zpět sevřené špičky prstů pravé ruky v levé dlaní a poté ruce vystřídejte.



9 Řádně si opláchněte ruce vodou.



10 Důkladně si ruce osušte ručníkem na jedno použití.



11 Při zavírání kohoutku použijte ručník.



Nyní jsou vaše ruce
čisté a bezpečné!



Základní informace

V souvislosti s aktuálním výskytem koronaviru přinášíme základní informace o tomto onemocnění.

Není nutné se onemocnění obávat.

Je třeba se chovat zodpovědně a chránit sebe i své okolí.

Příznaky



Zvýšená teplota



Kašel



Dušnost



Bolest svalů



Únava

Jak snížit riziko nákazy



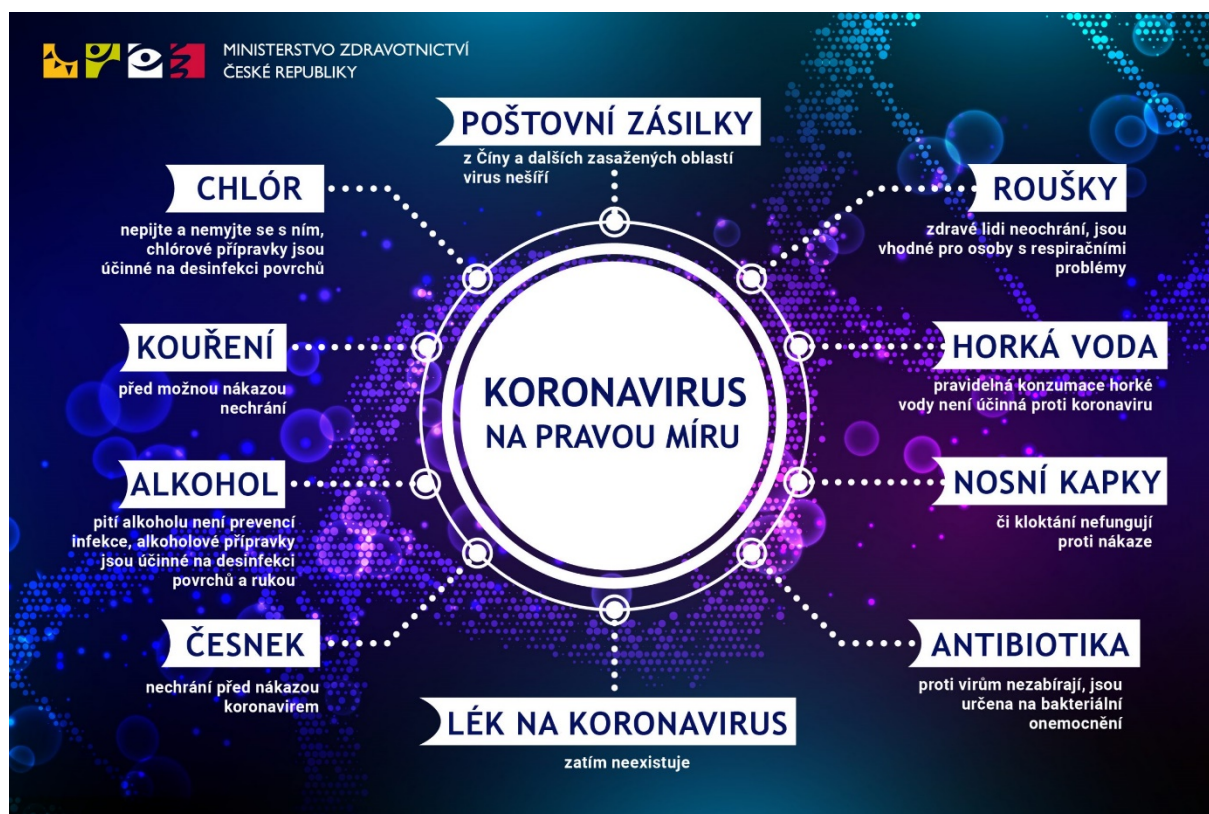
Při kýchání nebo kašlání si zakrývejte ústa kapesníkem nebo paží, nikdy nekýchejte nebo nekašlejte do dlaní



Často a důkladně si myjte ruce mýdlem a vodou



Vyhýbejte se zjevně nemocným a místům s vyšším počtem lidí





CO DĚLAT, POKUD CESTUJETE Z OBLASTÍ NÁKAZY NOVÝM KORONAVIREM A OBJEVÍ SE U VÁS TEPLOTA, KAŠEL NEBO DUŠNOST?



Pokud se u Vás během letu vyskytnou příznaky respiračního onemocnění, informujte neprodleně palubní personál.



V případě, že jste již na letišti, neopouštějte prostor letiště a vyhledejte stálou lékařskou službu na letišti.



Pokud jste již doma, nikam nechod'te. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi.



Telefonicky kontaktujte svého lékaře nebo lékařskou pohotovostní službu. Informujte je o svém pobytu v rizikové oblasti.



Často si myjte ruce mýdlem a vodou. Pokud nejsou dostupné, používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu.

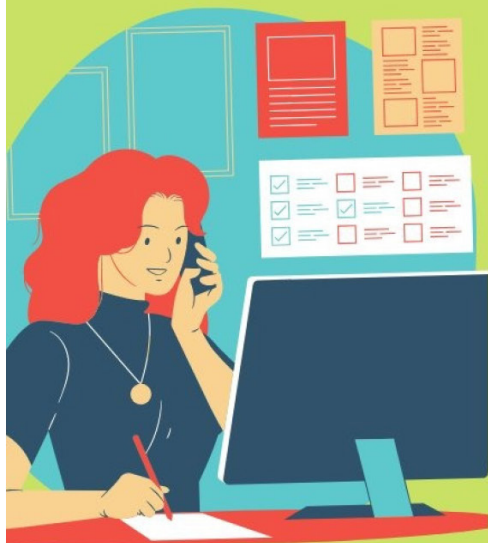


Při kašli si zakrývejte ústa a nos kapesníkem nebo použijte rukáv, ne ruce!

Zpracoval Státní zdravotní ústav, Praha podle CDC, USA



Připravte své pracoviště na #COVID19



#Coronavirus



World Health
Organization

**Udržujte pracoviště
čistá a hygienická**

**Podporujte pravidelné
a důkladné mytí rukou**

**Podporujte dobrou
hygienu dýchacích cest**

**Před služební cestou
se seznamte
s doporučeními
na www.mzcr.cz**

**Poradte nemocným,
aby zůstali doma**



DESATERO KE KORONAVIRU



01

Často a důkladně si
myjte ruce mýdlem či
dezinfekčním gelem

Pravidelně otírejte
dezinfekčními ubrousky
také vlastní předměty
(např. mobilní telefon)

02



03

Kašlete a kýchajte do
kapesníku či rukávu

Používejte jednorázové
kapesníky a poté je
vyhodte

04



05

Vyhýbejte se velkému
uskupení osob a udržujte
si bezpečný odstup
(cca 2 metry)



06

Eliminujte kontakt s
nemocnými lidmi

Necestujte do
zasažených lokalit

07

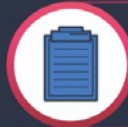
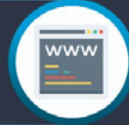


08

Pokud se necítíte dobře,
zůstaňte doma

Sledujte aktuální
informace na ověřených
webech (mzcr.cz, szu.cz)

09



10

Řiďte se doporučením
příslušných úřadů a
vlády ČR

Děkujeme Vám za zodpovědný přístup a ohleduplnost k ostatním.



Na veřejnosti bezpečně



1.

Pokud se necítíte zdravotně
dobře, zůstaňte doma



2.

Pokud máte příznaky covid-19,
telefonicky kontaktujte svého
praktického lékaře. Mimo
ordinační dobu volejte lékařskou
pohotovostní službu



3.

Pravidelně si myjte ruce teplou
vodou a mýdlem a používejte
dezinfekci



4.

Roušku mějte po ruce.
Doporučujeme používat roušku
ve veřejné dopravě, vnitřních
prostorách a v místech s velkou
koncentrací lidí



5.

Dodržujte bezpečný odstup
od ostatních



6.

Pokud je to možné,
plaťte bezkontaktně kartou
či mobilním telefonem

Mimořádná opatření
a více informací na:
koronavirus.mzcr.cz



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Co mohu udělat, abych zabránil nákaze a šíření viru



Často si umývejte ruce mýdlem a vodou,
nebo použijte dezinfekční gel



Při kašli a rýmě použijte výhradně
jednorázové kapesníky



Vyhod'te použitý kapesník
(pak si umyjte ruce)



Pokud nemáte kapesník,
použijte rukáv



Nedotýkejte se očí, nosu a úst
nemytýma rukama



Vyhýbejte se kontaktu
s nemocnými lidmi



TRASOVÁNÍ COVID-19

Datum vyplnění:

Jméno vyplňující osoby a tel:

COVID pozitivita potvrzena dne:	Jméno, příjmení pozitivní osoby:	Tel. kontakt:		Poznámky:	Poznámky:
První příznaky:	Datum:	Naposledy na pracovišti:			
Pracoviště – útvar:	Adresa:	Vedoucí, jméno, tel. kontakt:			
Rizikové kontakty	Jména:	Tel. kontakt:	Datum posledního kontaktu:	Nařízené opatření*	Výstup či další poznámky

*Je-li známo

K = karanténa

HO = homeoffice