

ንጽህና ሃይጂን

ሰራተኞችንና ሌሎችን ከCOVID-19 ቫይረስ መጋለጥ ችግር መከላከል የሚችሉት የሰራተኞችን ጥሩ ንጽህና ሃይጂን ለማረጋገጥ ከዚህ በታች ያሉትን እርምጃዎች ተግባራዊ በማድረግ ነው።

ከ COVID-19 ቫይረስ ጤና እና ደህንነት ጉዳዮች ጋር በተዛመደ፤ በርስዎ ሥራ ቦታ ላይ የመከላከያ እርምጃዎችን ተግባራዊ ስለማድረግን ያካተተ፤ ከሰራተኞችና ጤና እና ደህንነት ተወካዮች ጋር መመካከር አለብዎት።

የሰራተኛና የጎብኚ ንጽህና ሃይጂን

በሥራ ቦታ ውስጥ ሰራተኞችና ጎብኚዎች ጥሩ ንጽህና ሃይጂን፤ በተደጋጋሚ እጆችን በሳሙናና ውሃ አድርጎ ለ20 ደቂቃዎች መታጠብና በንጹህ የወረቀት ፎጣ አስድጎ ማድርቅን ያካተተ እንዲያካሂዱ እርስዎ መመሪያ መስጠት አለብዎት።

እጆች መታጠብ ያለባቸው፡

- ከመመገብ በፊትና በኋላ
- ካሳሉና ካስነጠሱ በኋላ
- ሽንት ቤት ከተጠቀሙ በኋላ፤ እና
- ሥራዎችን በሚቀይሩበት እና ማስተላለፍ ለሚችል ቦታዎችን ከነኩ በኋላ ነው።

እጅን መታጠብ በማይቻልበት ጊዜ አልኮሆል ያለበት የእጅ ማጽጃ ሳኒታይዘር ቢያንስ 60% ኢታኖል/ethanol ወይም 70% አሶፕሮፓኖል/isopropanol ንጥረ ነገር ያለውን ማቅረብ አለብዎት።

እንዲሁም ሰራተኞችና ጎብኚዎች ጥሩ ንጽህና ሃይጂን እንዲኖራቸው የሚያስፈልገው፡

- ሲሰሉና ሲያስነጥሱ በክንዳቸው ወይም በረስላሳ ወረቀት ቲሹ ማድረግ (ምራቅን አለመትፋት)
- የእነሱን ፊት፤ አይኖች፤ አፍንጫ እና አፍ ከመንካት ማስወገድ
- የወረቀት ቲሹና የሲጋራ ቁራጭን በተዘጋ ማጠራቀሚያ ውስጥ ማስገባት
- ሲጋራ ከማጨስ በፊትና በኋላ እጆችን መታጠብ
- መሳሪያዎችን ከተጠቀሙ በኋላ ማጽዳትና በጸረ ነብሳት ማጽዳት
- በየቀኑ ሰውነትን፤ ጸጉርን እና የፊት ጸጉርን እዲሁም ልብሶችን በሚገባ ማጠብ፤ እና
- ለአካል ግንኙነት፤ ይህም በእጆች መጨባበት ሆነ ብሎ አለማካግሄድ ነው።

ለጥሩ ንጽህና ሃይጂን ውጤቶችን ለማሻሻል፡

- ተላላፊ በሽታን ለመከላከል ፖሊሲዎች በሚወጡበት ጊዜ የርስዎን ሰራተኞች ማመካከርና እነዚህን ፖሊሲዎች ለሰራተኞች ማስተላለፍ።
- የባቡር ሰራተኞች ወደ የጋራ መጠቀሚያ ቦታ ሲገቡ ሲለቁ ጠቃሚ በሆነ ትክክለኛ የእጅ መታጠቢያ መጠቀም

- የተለጠፉ ማስታወቂያ/[posters](#) የሚያሳዩት እንዴት በትክክል እጆችን መታጠብና ማድረቅ እንዲሁም የእጅ ማጽጃ ሳኒታይዘር መጠቀም እንደሚችል፤ እና
- በጋራ መጠቀሚያ ቦታ ላይ ሰራተኞች በሚጠቀሙበት ጊዜ ከእነሱ የሚጠበቅን ሃይጂን ማሳወቅ (ለራስዎ ስለማጽዳጅ፤ ቆሻሻን በቀረበ ማጠራቀሚያ ውስጥ ማስገባት፤ በመመገቢያ ቦታ ላይ እቃዎችን እንደ ስልኮች አለማስቀመጥ)

የንጽህና ሃይጂን እርምጃዎችን ስለመከተላቸውና ተግባራዊ ማድረግ ለማረጋገጥ በተደጋጋሚ መቆጣጠርና ግምገማ ማድረግ አለብዎት።

ለንጽህና ሃይጂን መገልገያዎች

የንጽህና ሃይጂን መገልገያዎች ብቃት፤ አቅርቦት፤ በጥሩ ሁኔታ እንደሚሰሩ እና ለመጠቀም ድህንነት ያለው ስለመሆኑ ማረጋገጥ አለብዎት።

ተጨማሪ የሆነ መታጠቢያ መገልገያዎች ማቅረብ፤ ክፍሎችንና የመመገቢያ አካባቢዎች መቀየር ከፈለጉ፤ መጀመሪያ ማጥናት አለብዎት። ሰራተኞች ጥሩ ንጽህና ሃይጂን እንዲያካሂዱ በሚሰበሰቡበት አካባቢዎች ላይ ብቃት ያለው የእጅ ማጠቢያ መገልገያዎች ስለመኖራቸው ማረጋገጥ አለብዎት።

የእጅ መታጠቢያ መገልገያዎች ቁጥር የተወሰኑ ከሆኑ፤ በመገቢያና መውጫ ቦታ ላይ የእጅ ማጽዳጃ ጣቢያን ማቅረብ ይኖርባቸዋል።

ለማጠቢያ መገልገያዎች መጠቀሚያ አቅርቦት እንደ የሽንት ቤት ወረቀት፤ ሳሙና፤ ውሃና የወረቀት ፎጣ ያሉት በብቃት መዘጋጀት አለበት።

የሚያስፈልግን የመገልገያ ቁጥር ለመወሰን፤ በቦታው ያሉትን ሰራተኞች፤ በፈረቃ ተለዋጭ ቅንጅቶች፤ መቸ መጠቀም እንዳለበት፤ ማለት ከጊዜያዊ መጠን ቅነሳ በኋላ ለሚመለሱ ማንኛውም ሰራተኞች ያካተተን ግምት ውስጥ ማስገባት ይሆናል።

ለአካል መራራቅ እንዲያስችል ተብሎ አዲስ መመገቢያ ወይም የጋራ መጠቀሚያ ቦታዎች ለመፍጠር ከሆነ፤ ታዲያ እነዚህ ከሥራ ቦታ አመቺ፤ ብቃት ያለው መሳሪያ (ለምሳሌ፡ የሚጠጣ ውሃ፤ የቆሻሻ ማጠራቀሚያ) እንዲኖር በማረጋገጥ እንዲሁም ከንጥረ ነገር፤ ብክለትና ከአደጋ መከላከያ ይኖርበታል። በጋራ መጠቀሚያ ቦታዎች ላይ በበለጠ የአየር መዘዋወር እንዲኖር መስኮቶችን ለመክፈት ወይም ከተቻለ ለኤርኮንዲሽኑ ማስተካከልና በኤርኮንዲሽን የሚዘዋወረውን አየር ለመወሰን ወይም ለመቀነስ ግምት ውስጥ ማስገባት።

ለበለጠ መረጃ

የበለጠ መረጃ ለማግኘት ወደ ድረገጽ [Safe Work Australia website](#) ላይ ገብቶ ማየት።