

Հիգիենա

Դուք կարող եք պաշտպանել աշխատողներին և մյուսներին COVID-19-ին ենթարկվելու վտանգից՝ իրականացնելով ստորև նշված միջոցները, որպեսզի աշխատողները պահպանեն պատշաճ հիգիենա:

Դուք պետք է խորհրդակցեք աշխատողների և առողջապահության և անվտանգության ներկայացուցիչների հետ COVID-19-ին վերաբերող առողջության և անվտանգության հարցերի շուրջ՝ ներառյալ ձեր աշխատավայրում վերահսկողության միջոցառումներ կիրառելու վերաբերյալ:

Աշխատողների և այցելուների հիգիենա

Դուք պետք է հրահանգեք աշխատողներին և այցելուներին աշխատավայրում պահպանել պատշաճ հիգիենա՝ ներառյալ ձեռքերը հաճախակի լվանալը օձառով և ջրով առնվազն 20 վայրկյան և ձեռքերը չորացնելը մաքուր թղթե սրբիչով:

Ձեռքերը պետք է լվանալ.

- ուտելուց առաջ և հետո
- հազալուց և փռշտալուց հետո
- զուգարան գնալուց հետո, և
- առաջադրանքները փոխելիս և հնարավոր աղտոտված մակերեսներին դիպչելուց հետո:

Դուք պետք է տրամադրեք ձեռքերի համար ակոսիտ պարունակող սանիտարական միջոցներ, որոնք ունեն առնվազն 60% էթանոլ կամ 70% իզոպրոպանոլ, որպես ակտիվ բաղադրիչ, երբ հնարավոր չէ ձեռքերը լվանալ:

Պատշաճ հիգիենան նաև պարտադրում է աշխատողներին և այցելուներին.

- փակել հազը և փռշտոցը իրենց արմունկով կամ անձեռոցիկով (առանց թքելու)
- խուսափել դիպչել իրենց դեմքին, քթին և բերանին
- նետել անձեռոցիկները և ծխախոտի մնացուկները փակ աղբամանների մեջ
- լվանալ ձեռքերը ծխախոտ ծխելուց առաջ և հետո

- մաքրել և ախտահանել սարքավորումները օգտագործելուց հետո
- մանրակրկիտ լվանալ մարմինը, մազերն ու դեմքի մազերը և հագուստները ամեն օր, և
- չունենալ միտումնավոր ֆիզիկական շփում, օրինակ՝ ձեռքսեղմում

Պատշաճ հիգիենայի արդյունքի բարելավման համար.

- խորհրդակցեք ձեր աշխատողների հետ, երբ գործունեության ծրագրեր եք մշակում՝ կանխելու վարակիչ հիվանդությունների տարածումը, և տեղեկացրեք այս ծրագրերի մասին աշխատողներին
- ուսուցանեք աշխատողներին ճիշտ ձեռքերը լվանալու կարևորության մասին նախքան ընդհանուր տարածք մտնելը և դուրս գալը
- ցուցադրեք պաստառներ՝ [posters](#), որոնք ցույց են տալիս, թե ինչպես ճիշտ լվանալ և չորացնել ձեռքերը և սանիտարական միջոցներ օգտագործել, և
- տեղեկացրեք աշխատողներին հիգիենայի չափանիշների մասին, որոնք ակնկալվում են ընդհանուր տարածքների օգտագործման դեպքում (ձեզնից հետո մաքրելը, դնել աղբը տրամադրված աղբամանների մեջ, զերծ մնալ առարկաները, օրինակ՝ հեռախոսները, սննդի մակերեսներին դնելուց):

Դուք պետք է հաճախակի վերահսկեք և վերանայեք հիգիենայի միջոցների իրականացումը՝ դրանց հետևելու և դրանց արդյունավետությունը պահպանելու համար:

Հիգիենայի միջոցներ

Դուք պետք է ապահովեք, որ հիգիենայի միջոցները լինեն համապատասխան, մատչելի, լավ գործող վիճակում և անվտանգ օգտագործելու համար:

Դուք պետք է գնահատեք, արդյոք կարիք ունեք տրամադրել լրացուցիչ լվացվելու միջոցներ, փոխվելու սենյակներ և ճաշելու տարածքներ: Դուք պետք է ապահովեք, որ համապատասխան քանակով ձեռքերը լվանալու միջոցներ կան հարմարավետ վայրերում աշխատողների համար՝ պահպանելու պատշաճ հիգիենա:



Երբ ձեռքերի լվացման միջոցները սահմանապակ են, ձեռքերի մաքրման կայաններ կարելի է տրամադրել մուտքի և ելքի կետերում:

Լվացման միջոցները, ինչպիսիք են գուգարանի թուղթը, ջուրը և թղթե սրբիչները պետք է բավարար լինի:

Միջոցների անհրաժեշտ քանակը որոշելու համար, հաշվի առեք աշխատավայրում աշխատողների թիվը, հերթափոխների պայմանավորվածությունները և երբ է մուտքը անհրաժեշտ՝ ներառյալ աշխատողների վերադարձը աշխատանքի ժամանակավոր կրճատումից հետո:

Եթե ստեղծում եք նոր կերակրի կամ ընդհանուր տարածքներ ֆիզիկական հեռավորությունը հնարավոր դարձնելու համար, համոզվեք, որ դրանք մատչելի են աշխատավայրում, պատշաճ կերպով ապահովված են՝ օրինակ (խմելու ջուր, աղբամաններ), և պաշտպանված են տարրերից, աղտոտող նյութերից և վտանգներից: Նկատի առեք բացել պատուհանները կամ կարգավորել օդորակումը ընդհանուր տարածքներում ավելի շատ օդափոխության համար, և հնարավորության դեպքում սահմանափակեք կամ նվազեցրեք վերաշրջանառվող օդորակումը:

Լրացուցիչ տեղեկություններ

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար, այցելեք՝ [Safe Work Australia website](https://www.swa.gov.au/coronavirus).