

Υγιεινή

Μπορείτε να προστατέψετε τους εργαζομένους και άλλους από τον κίνδυνο έκθεσης στη νόσο COVID-19 εφαρμόζοντας τα παρακάτω μέτρα για να διασφαλίσετε ότι οι εργαζόμενοι ασκούν καλή υγιεινή.

Πρέπει να διαβουλευτείτε με τους εργαζομένους και τους εκπροσώπους υγείας και ασφάλειας για θέματα υγείας και ασφάλειας που σχετίζονται με τη νόσο COVID-19, περιλαμβανομένης της εφαρμογής μέτρων ελέγχου στο χώρο εργασίας σας.

Υγιεινή εργαζομένων και επισκεπτών

Πρέπει να δώσετε οδηγίες στους εργαζομένους και τους επισκέπτες στο χώρο εργασίας να εφαρμόζουν καλή υγιεινή, περιλαμβανομένου του τακτικού πλυσίματος των χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα και να τα στεγνώνουν με καθαρή χάρτινη χειροτετοσέτα.

Τα χέρια πρέπει να πλένονται:

- πριν και μετά από το φαγητό
- μετά από βήχα και φτάρνισμα
- μετά από τη χρήση της τουαλέτας, και
- όταν γίνεται αλλαγή καθηκόντων και μετά από το άγγιγμα δυνητικά μολυσμένων επιφανειών.

Πρέπει να παρέχετε απολυμαντικά χεριών με βάση την αλκοόλη με τουλάχιστον 60% αιθανόλη ή 70% ισοπροπανόλη [isopropanol] ως δραστικό συστατικό όταν δεν είναι δυνατό το πλύσιμο των χεριών.

Η καλή υγιεινή απαιτεί επίσης από τους εργαζομένους και τους επισκέπτες:

- να καλύπτουν το βήχα και το φτάρνισμα με το μέσα μέρος του αγκώνα τους ή με χαρτομάνηλο (χωρίς φτύσιμο)
- να αποφεύγουν να αγγίζουν το πρόσωπο, τα μάτια, τη μύτη και το στόμα τους
- να πετάνε τα χαρτομάνηλα και τα αποτοσίγαρα σε κλειστούς κάδους
- να πλένουν τα χέρια τους πριν και μετά από το κάπνισμα τσιγάρου
- να καθαρίζουν και να απολυμάνουν εξοπλισμό μετά από χρήση
- να πλένουν καλά την τρίχωση του σώματος, τα μαλλιά και την τρίχωση του προσώπου και τα ρούχα κάθε ημέρα και
- να μην κάνουν σκόπιμη σωματική επαφή, δηλαδή χειραψίες

Για τη βελτίωση καλών αποτελεσμάτων υγιεινής:

- να διαβουλευέστε με τους εργαζομένους σας όταν αναπτύσσετε πολιτικές για την πρόληψη της διασποράς μολυσματικής ασθένειας και να κοινοποιήσετε αυτές τις πολιτικές στους εργαζομένους

- να εκπαιδεύσετε τους εργαζομένους για τη σημασία του σωστού πλυσίματος των χεριών πριν εισέλθουν και βγουν από έναν κοινόχρηστο χώρο
- να τοποθετήσετε [αφίσες \(posters\)](#) που δείχνουν πώς να πλένονται και στεγνώνονται σωστά τα χέρια και τη χρήση απολυμαντικού, και
- να ενημερώσετε τους εργαζομένους για τα πρότυπα υγιεινής που αναμένονται όταν χρησιμοποιούν κοινόχρηστους χώρους (να καθαρίσουν ότι χρησιμοποιήσουν η λερώσουν, τοποθέτηση σκουπιδιών στους κάδους που παρέχονται, αποφυγή τοποθέτησης αντικειμένων όπως τηλέφωνα στις επιφάνειες για γεύματα)

Θα πρέπει να παρακολουθείτε και να ελέγχετε τακτικά την εφαρμογή των μέτρων υγιεινής για να διασφαλίσετε ότι τηρούνται και παραμένουν αποτελεσματικά.

Εγκαταστάσεις υγιεινής

Πρέπει να διασφαλίσετε ότι οι εγκαταστάσεις υγιεινής είναι επαρκείς, προσίτες, σε καλή κατάσταση λειτουργίας και ασφαλείς για χρήση.

Πρέπει να αξιολογήσετε εάν πρέπει να παράσχετε επιπλέον εγκαταστάσεις πλυσίματος, αποδυτήρια και χώρους τραπεζαρίας. Πρέπει να διασφαλίσετε ότι υπάρχει κατάλληλος αριθμός εγκαταστάσεων για το πλύσιμο των χεριών σε βολικές τοποθεσίες για τους εργαζομένους για να εξασκούν καλή υγιεινή.

Όταν οι εγκαταστάσεις πλυσίματος χεριών είναι περιορισμένες, μπορούν να παρέχονται σταθμοί απολύμανσης χεριών σε σημεία εισόδου και εξόδου.

Τα αναλώσιμα για εγκαταστάσεις πλυσίματος όπως χαρτί υγείας, σαπούνι, νερό και χάρπινες χειροπτεσέτες πρέπει να είναι επαρκή.

Για να προσδιορίσετε τον αριθμό των απαιτούμενων εγκαταστάσεων, λάβετε υπόψη τον αριθμό των εργαζομένων επί τόπου, τις βάρδιες και πότε απαιτείται πρόσβαση, όπως και τυχόν εργαζομένων που επιστρέφουν στην εργασία μετά από μία προσωρινή μείωση του προσωπικού.

Εάν δημιουργήσετε νέους χώρους τραπεζαρίας ή κοινόχρηστους για να είναι δυνατή η εφαρμογή της σωματικής απόστασης, να διασφαλίσετε ότι είναι προσβάσιμοι από το χώρο εργασίας, επαρκώς εξοπλισμένοι (π.χ. πόσιμο νερό, κάδοι απορριμμάτων) και προστατευμένοι από τα στοιχεία της φύσης, από ρυπαρότητα και κινδύνους. Να εξετάσετε το ενδεχόμενο να ανοίξετε τα παράθυρα ή να ρυθμίσετε τον κλιματισμό για μεγαλύτερο εξαερισμό σε κοινόχρηστους χώρους και να περιορίσετε ή να μειώσετε τον ανακυκλωμένο κλιματισμό όπου είναι δυνατόν.

Περισσότερες πληροφορίες

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τον ιστότοπο της [Safe Work Australia website](https://www.swa.gov.au).