

# Προστασία της υγείας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2

**Βασίλης Δρακόπουλος**

*Ειδικός Ιατρός Εργασίας, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ  
Σύμβουλος Διοίκησης ΕΛ.ΙΝ.Υ.Α.Ε.*

## ΝΟΣΟΣ COVID-19

### ΑΙΤΙΑ ΠΡΟΚΛΗΣΗΣ

Η Νόσος Covid-19 είναι μια λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος. Προκαλείται από ένα νέο στέλεχος της γνωστής οικογενείας των κορωνοϊών, οι οποίοι «συνήθως προκαλούν αναπνευστικές λοιμώξεις με ποικίλη σοβαρότητα στον άνθρωπο και στα ζώα». Το ένα τρίτο περίπου των λοιμώξεων του ανώτερου αναπνευστικού στον άνθρωπο εκτιμάται ότι προκαλείται από τους κορωνοϊούς.

Το νέο στέλεχος του κορωνοϊού που ονομάστηκε SARS-CoV-2, εμφανίστηκε στα τέλη του 2019 στην πόλη Wuhan της επαρχίας της Κίνας Hubei και γρήγορα επεκτάθηκε και διαδόθηκε παγκοσμίως προκαλώντας την τρέχουσα πανδημία Covid-19.



### ΤΡΟΠΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΤΟΥ SARS-CoV-2

Ο SARS-CoV-2, όπως όλοι οι ιοί, μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο

- κυρίως μέσω του αναπνευστικού με σταγονίδια από το φτέρνισμα, το βήχα ή την ομιλία
- μέσω στενής προσωπικής επαφής, όπως το άγγιγμα ή τη χειραψία, επιπλέον
- μέσω επαφής με αντικείμενα και επιφάνειες πρόσφατα μολυσμένα με σταγονίδια και μεταφοράς τους με το άγγιγμα στο στόμα, στη μύτη και στα μάτια.

### ΧΡΟΝΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ

Ένα άτομο μπορεί να μεταδίδει τη λοίμωξη ακόμα και 1-4 ημέρες πριν την εκδήλωση συμπτωματολογίας.

Θεωρείται περισσότερο μεταδοτικό όταν εμφανίζει συμπτώματα.

Θεωρείται ότι δεν μεταδίδει ένα 24ωρο μετά την αποδρομή των συμπτωμάτων.

### ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

**Τα συμπτώματα της Νόσου μπορεί να είναι**

➤ πυρετός, βήχας, καταβολή  
**και ενδεχομένως**

➤ πονόλαιμος, αρθραλγίες/μυαλγίες και ρινική συμφόρηση.

Πρόσφατη μελέτη ασθενών με COVID-19 έδειξε διαταραχές της όσφρησης και της γεύσης.

### ΠΟΤΕ ΕΜΦΑΝΙΖΟΝΤΑΙ ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Τα συμπτώματα συνήθως εμφανίζονται 3-7 ημέρες μετά τη λοίμωξη με τον ιό, μπορούν όμως να εμφανιστούν έως και 14 ημέρες μετά.

## ΒΑΡΥΤΗΤΑ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ

Τα συμπτώματα είναι συνήθως ήπια και περίπου το 80% των ασθενών αναρρώνουν χωρίς ανάγκη ειδικής θεραπείας.

Ορισμένοι παραμένουν τελείως ασυμπτωματικοί ή εμφανίζουν ήπια συμπτώματα κοινού κρυολογήματος.

Σε ορισμένες περιπτώσεις (ίσως <5%) μπορεί να εμφανιστεί σοβαρή πνευμονία με επιπλοκές, οι οποίες μπορούν να οδηγήσουν ένα ποσοστό στο θάνατο.

Τα άτομα που ανήκουν στην ομάδα «υψηλού κινδύνου» (π.χ. ηλικιωμένοι, καρδιοπαθείς, άτομα με βαριές καρδιοπάθειες, πνευμονοπάθειες, ηπατοπάθειες, νεφρική ανεπάρκεια, με αρρυθμιστο σακχαρώδη διαβήτη, με σοβαρή ανοσοκαταστολή, με νεοπλασίες υπό χημειοθεραπεία, ακτινοθεραπεία ή ανοσοθεραπεία κ.ά.) είναι πιθανότερο να εμφανίσουν σοβαρή νόσο.

### ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΕΟΔΥ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΙΘΑΝΗΣ ΛΟΙΜΩΞΗΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2

- Εάν εμφανίσουμε ήπια συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού (βήχα, καταρροή, πυρετό  $\leq 37,6$  °C, πονόλαιμο) παραμένουμε στο σπίτι σε απομόνωση και παρακολουθούμε την υγεία μας.
- Σε περίπτωση επιδείνωσης των συμπτωμάτων ή όταν τα ήπια συμπτώματα επιμένουν για περισσότερο από 5 ημέρες ή εάν ανήκουμε σε ευπαθή ομάδα (ηλικιωμένα άτομα, άτομα οποιασδήποτε ηλικίας με χρόνια υποκείμενα νοσήματα π.χ. σακχαρώδης διαβήτης, καρδιαγγειακά και χρόνια αναπνευστικά νοσήματα, αρτηριακή υπέρταση, ανοσοανεπάρκεια) επικοινωνούμε άμεσα με ιατρό για αξιολόγηση.

«τα υπάρχοντα περιορισμένα δεδομένα ως προς την αντισωματική απάντηση κατά του SARS-CoV-2, υποδηλώνουν ότι η ανάρρωση από τη λοίμωξη COVID-19 καταλείπει ανοσία που προστατεύει από το ενδεχόμενο υποτροπής της νόσου, τουλάχιστον προσωρινά.

Παρά ταύτα η ανοσολογική απάντηση κατά της COVID-19 δεν έχει πλήρως διευκρινισθεί και τα δεδομένα για την ανοσία μετά τη λοίμωξη είναι ελλιπή.»

Β. Παππά, Ε. Τέρπος, Θ. Δημόπουλος (Πρώτανης ΕΚΠΑ), Ιατρική Σχολή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

## ΙΑΤΡΙΚΗ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ - ΣΥΜΒΟΛΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ SARS-COV-2

Τα μέτρα για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και την πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 κατά την άρση των περιοριστικών μέτρων και συναφείς οδηγίες εκκινούν από τις βασικές αρχές και πρόνοιες του υφιστάμενου θεσμικού πλαισίου για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων, ιδίως δε του Κώδικα Νόμων για την Υγεία & Ασφάλεια των Εργαζομένων (ΚΝΥΑΕ), ν.3850/2010 (ΦΕΚ 84 Α'), καθώς και τις οδηγίες και κατευθύνσεις του ΕΟΔΥ, της Εθνικής Επιτροπής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και αποφάσεις αρμοδίων φορέων...

**Επισημαίνεται ο σημαντικός ρόλος του ιατρού εργασίας (σε όποιες επιχειρήσεις προβλέπεται η απασχόλησή του) μέσω των θεσμικών υποχρεώσεών του για παροχή υποδείξεων και συμβουλών στον εργοδότη, στους εργαζομένους και στους εκπροσώπους τους, σχετικά με τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται για τη σωματική και ψυχική υγεία των εργαζομένων.**



4-5-2020 Εγκύκλιος 17312/Δ9. 506 Μέτρα για την προστασία της υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων στους χώρους εργασίας και την πρόληψη της διάδοσης του κορωνοϊού SARS-COV-2 κατά την άρση των περιοριστικών μέτρων

Στο επίπεδο των επιχειρήσεων-οργανισμών, είναι πρωταρχικής σημασίας η συμμετοχή του γιατρού εργασίας και η συνεργασία του για την **νημέρωση/εκπαίδευση των εργαζομένων** σχετικά με τον κίνδυνο μετάδοσης του SARS-CoV-2 και για τις προφυλάξεις που εφαρμόζει η επιχείρηση, καθώς και για την **νημέρωση του εργοδότη** με την πάροδο του χρόνου, για παράδειγμα, με αναφορά σε εργαλεία πληροφόρησης και επικοινωνίας που καταρτίζονται από τις κύριες πηγές θεσμικής αναφοράς, επίσης για να αποφευχθεί ο κίνδυνος ψευδών ειδήσεων.

**Μεταξύ των πιο σημαντικών πτυχών που σχετίζονται με τις πληροφορίες, εκτός από εκείνες που σχετίζονται με συγκεκριμένες παραγωγικές διαδικασίες, ο εργαζόμενος πρέπει να ενημερώνεται για:**

- την υποχρέωση παραμονής στο σπίτι παρουσία πυρετού (άνω των 37,5°) ή άλλων συμπτωμάτων γρίπης (βήχας, δυσκολίες στην αναπνοή) ενημερώνοντας τον οικογενειακό του γιατρό
- την υποχρέωση κοινοποίησης οποιωνδήποτε επαφών με θετικά στον ιό άτομα κατά τις προηγούμενες 14 ημέρες, παραμένοντας στο σπίτι σύμφωνα με τις διατάξεις της υγειονομικής αρχής
- την υποχρέωση άμεσης και υπεύθυνης ειδοποίησης του εργοδότη ή του προϊσταμένου για την εμφάνιση τυχόν συμπτωμάτων γρίπης, μετά την επάνοδό του στην επιχείρηση κατά τη διάρκεια της άσκησης της επαγγελματικής του δραστηριότητας, φροντίζοντας να παραμείνει σε επαρκή απόσταση από τα άτομα που είναι παρόντα στον ίδιο χώρο
- τη λήψη προληπτικών μέτρων για την πρόσβαση στην επιχείρηση και, ιδίως, κατά τη διάρκεια της εργασίας:
  - τήρηση της απόστασης ασφαλείας
  - τήρηση της απαγόρευσης των συναθροίσεων
  - τήρηση των κανόνων υγιεινής των χεριών
  - χρήση των ενδεδειγμένων μέσων ατομικής προστασίας (ΜΑΠ)

Ο περιορισμός της επανακυκλοφορίας και μετάδοσης του ιού θα απαιτήσει επίσης την τακτική ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ των επιχειρήσεων και των πολιτικών και υγειονομικών αρχών, καθώς και μεταξύ των γιατρών εργασίας, των οικογενειακών γιατρών και των αντίστοιχων υπηρεσιών και Τμημάτων του ΕΣΥ.

Συγκεκριμένα, ο γιατρός εργασίας καλείται να υποστηρίξει τον εργοδότη στην εκτίμηση του κινδύνου και να πραγματοποιήσει την παρακολούθηση της υγείας σε ένα ιδιαίτερο πλαίσιο όπως αυτό της επιστροφής στην εργασία σε μια πανδημική περίοδο.

Λόγω των πολύπλευρων εξελίξεων των διαφόρων πτυχών που ενυπάρχουν στην πανδημία του SARS-CoV-2 και ιδιαίτερα στις επιστημονικές μας γνώσεις, οι απόψεις στο θέμα αυτό πρέπει να βρίσκονται σε συνεχή εξέλιξη. Βέβαια, οι απόψεις αυτές αποτελούν ένα πρώτο εργαλείο για τη στήριξη στη νέα κατάσταση που θα πρέπει να αντιμετωπίσουν οι γιατροί εργασίας.

Οι χώροι εργασίας θα αποτελέσουν ένα καίριο σημείο για την πρόληψη της μετάδοσης και διασποράς του νέου κορωνοϊού και οι γιατροί εργασίας θα διαδραματίσουν κεντρικό ρόλο. Η υποστήριξή τους στους εργαζομένους και τους εργοδότες θα είναι καθοριστικής σημασίας για τον σχεδιασμό προληπτικών μέτρων και για τη διασφάλιση της εφαρμογής τους.

Ο περιορισμός της επανακυκλοφορίας και μετάδοσης του ιού θα απαιτήσει επίσης την τακτική ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ των επιχειρήσεων και των πολιτικών και υγειονομικών αρχών, καθώς και μεταξύ των γιατρών εργασίας, των οικογενειακών

γιατρών και των αντίστοιχων υπηρεσιών και Τμημάτων του ΕΣΥ.

Το έργο των γιατρών εργασίας όπως έχει διαμορφωθεί σήμερα, το οποίο θα είναι κεντρικό για μεγάλο χρονικό διάστημα, θα συνοδεύεται από τη λεπτή διαχείριση των λεγόμενων «ευπαθών ομάδων» εργαζομένων και την επανενεργοποίηση των δραστηριοτήτων επιτήρησης της υγείας τους, σε συνθήκες αυξημένης ασφάλειας για τους εργαζόμενους αλλά και για τους ίδιους.

Επιπλέον, ο γιατρός εργασίας συμβάλλει -με τη διαθεσιμότητα και τη συνεργασία του- στην επιστημονική έρευνα για την καταπολέμηση του νέου κορωνοϊού στους χώρους εργασίας που ασκεί τα καθήκοντά του, σε συνεργασία με τους αρμόδιους επιστημονικούς φορείς της Πολιτείας.

## **Ο ρόλος του γιατρού εργασίας στην εισαγωγή και εφαρμογή των πρωτοκόλλων για την πρόληψη της μετάδοσης**

Τα πρωτόκολλα για την πρόληψη της μετάδοσης έχουν διπλό σκοπό:

- τη διασφάλιση των απαιτούμενων επιπέδων προστασίας για τους εργαζόμενους
- την αποφυγή νέου κλεισίματος της επιχείρησης, ως αποτέλεσμα της μετάδοσης της λοίμωξης στο εσωτερικό της.

Οι γιατροί εργασίας έχουν ήδη αποκτήσει εκτεταμένη εμπειρία και συνεργάζονται στην εφαρμογή αυτών των πρωτοκόλλων.

## **Στάδιο επανεκκίνησης**

Το στάδιο επανεκκίνησης ενδέχεται να απαιτεί την επιστροφή στην επιχείρηση ενός περιορισμένου και μόνο σταδιακά αυξανόμενου αριθμού εργαζομένων, με στόχο μια επιλεκτική επανεκκίνηση μεμονωμένων τμημάτων ή λειτουργιών της επιχείρησης.

Οι εργαζόμενοι πρέπει να ενημερώνονται και να εκπαιδεύονται σχετικά με τα μέτρα πρόληψης που έχουν υιοθετηθεί από την επιχείρηση και για τις σωστές μεθόδους χρήσης και απόρριψης των μέσων προστασίας.

Είναι απαραίτητο να προετοιμαστούν **επιχειρησιακά πρωτόκολλα** για τη διαχείριση συμπτωματικών περιπτώσεων κατά τη διάρκεια των ωρών εργασίας και να υπάρχει συνεργασία με τις αρμόδιες αρχές του Υπουργείου Υγείας για την αναζήτηση επαφών των ύποπτων ή επιβεβαιωμένων θετικών εργαζομένων στη νόσο COVID19. Είναι θεμελιώδους σημασίας η απολύμανση των χώρων που είχε επισκεφθεί ένα ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα λοίμωξης με τον κορωνοϊό.

Επιπλέον, η ευαισθητοποίηση των κατάλληλα ενημερωμένων εργαζομένων θα είναι θεμελιώδης, για την τήρηση της υποχρέωσης να παραμένουν σε απομόνωση στο σπίτι σε περίπτωση εμφάνισης ύποπτης συμπτωματολογίας και να επικοινωνούν άμεσα με τον οικογενειακό γιατρό και τις αρμόδιες υγειονομικές αρχές.

Η **αναδιοργάνωση της επιχείρησης** μπορεί να περιλαμβάνει την αλλαγή των ωραρίων εργασίας και των επιπέδων παραγωγής, με τον ορισμό ενός μέγιστου αριθμού ατόμων στο ίδιο εργασιακό περιβάλλον και να ευνοεί την προσέλευση και αποχώρηση των εργαζομένων σε κλιμακωτά ωράρια. Η ευέλικτη εργασία θα πρέπει να αποτελεί τον συνήθη τρόπο εργασίας όπου και όποτε αυτό είναι εφικτό. Οι επαφές με εξωτερικούς προμηθευτές και η πρόσβαση σε επισκέπτες και χρήστες θα πρέπει να είναι περιορισμένες.

**Οι βασικοί άξονες των μέτρων πρόληψης είναι:**

- η τήρηση της μέγιστης δυνατής απόστασης
- η εκτεταμένη χρήση της μάσκας και
- το συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο αντισηπτικό.

Για τις **θέσεις εργασίας «γραφείου»**, είναι απαραίτητο να ελαχιστοποιηθεί η παρουσία των εργαζομένων σε κοινά γραφεία και σε μεγαλύτερο βαθμό σε περιβάλλοντα «τηλεφωνικού κέντρου» και σε «συνεργατικούς χώρους» (coworking spaces). Είναι επίσης απαραίτητο να περιοριστεί ο αριθμός των ατόμων που παρευρίσκονται σε συναντήσεις και μαθήματα κατάρτισης, προτιμώντας τη χρήση εργαλείων πληροφορικής (τηλεδιάσκεψη).

Για τις **θέσεις εργασίας «στην παραγωγή»**, θα είναι αναγκαίο να εκτιμηθεί η δυνατότητα τροποποίησης των θέσεων εργασίας, των γραμμών παραγωγής και του εργασιακού περιβάλλοντος, εάν χαρακτηρίζονται από ανεπαρκή απόσταση ή από μη βέλτιστες θερμοκρασίες ή, λαμβανομένης υπόψη της πιθανότητας σχηματισμού αερολύματος, από υψηλή υγρασία.

Πρέπει πάντα να δίνεται προσοχή, στην ανάλυση των πρωτοκόλλων για την πρόληψη της μετάδοσης που υιοθετούνται από τις επιχειρήσεις και στη διαχείριση κοινόχρηστων χώρων (καντίνες, χώροι καπνίσματος και αναψυχής, αποδυτήρια, μπάνια, αποθήκες, ανελκυστήρες, αναβατήρες φορτίων κ.λπ.).

Κατά περίπτωση, πρέπει να προβλέπονται ασφαλείς τρόποι μετάβασης στον χώρο εργασίας και επιστροφής στο σπίτι.

Στα μέσα προστασίας πρέπει να συμπεριλαμβάνονται άκαμπτα διαχωριστικά πετάσματα μεταξύ των εργαζομένων.

Η πιθανή παρεμβολή (ασυμβατότητα) μεταξύ των μέσων ατομικής προστασίας (ΜΑΠ) που είναι απαραίτητα για τον Covid-19 και των ΜΑΠ σύμφωνα με το Π. Δ. 396/1994 και τη συνεπακόλουθη και συμπληρωματική νομοθεσία, πρέπει να ρυθμιστεί εκ των προτέρων για να αποφευχθεί η απώλεια της αποτελεσματικότητας.

Ιδιαίτερη προσοχή κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης πρέπει να δοθεί στην πιθανότητα τα μέσα προστασίας, εάν χρησιμοποιηθούν λανθασμένα, να αποτελέσουν πηγή μόλυνσης.

Η εργασία σε απόσταση μικρότερη από ένα μέτρο πρέπει να εκτιμηθεί προκαταρκτικά, θεωρείται μια μη ενδεδειγμένη πρακτική, προϋποθέτει τη χρήση προστατευτικών μέσων και πρέπει να αφορά τον απολύτως απαραίτητο αριθμό εργαζομένων.

### **Θυμόμαστε πάντα:**

- τη ματαιότητα της χρήσης μάσκας προσώπου διατηρώντας τη γενειάδα
- ότι η αποτελεσματικότητα των ΜΑΠ μειώνεται με τη χρήση
- την απαγόρευση της αφαίρεσης των ΜΑΠ (π.χ. για κάπνισμα, κατανάλωση αλκοόλ, κατανάλωση φαγητού) χωρίς αντικατάστασή τους
- την απαραίτητη φροντίδα για να αποφευχθεί η μόλυνση των χεριών -κατά την αφαίρεση- από το άγγιγμα του μπροστινού μέρους των μασκών
- τη σημασία της άμεσης απόρριψης των μέσων προστασίας με σωστές διαδικασίες και με επακόλουθο πλύσιμο των χεριών
- ότι οι μάσκες δεν μπορούν να είναι αστικού τύπου (μόνο από ύφασμα), αλλά ιατρικού τύπου και τουλάχιστον τύπου II και που, κατά νομοθετική παρέκκλιση, ενδέχεται να μην φέρουν τη σήμανση CE, αν και το δελτίο τεχνικών δεδομένων πρέπει να ελεγχθεί. Η χρήση μάσκας πρέπει να είναι συνεχής κατά τη διάρκεια της εργασίας με επαφή με άλλους εργαζομένους
- ότι η χρήση γαντιών, όπου είναι απαραίτητο, δεν πρέπει να οδηγεί σε μείωση της αυστηρότερης τήρησης των μέτρων υγιεινής των χεριών.

- Ειδικότερα, για την προμήθεια των μέσων ατομικής προστασίας και για την παροχή κατάρτισης, για πολύ μικρές και μικρές επιχειρήσεις, η υποστήριξη των αντιπροσωπευτικών ενώσεων και των διμερών φορέων μπορεί να είναι χρήσιμη.

- Της επανέναρξης των παραγωγικών δραστηριοτήτων πρέπει να προηγηθεί μια παρέμβαση απολύμανσης, ενώ οι επόμενες πρέπει να γίνονται με ρυθμό αντίστοιχο με τον κίνδυνο από τις εργασιακές δραστηριότητες και σε κάθε περίπτωση τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα.
- Οι μάσκες και οποιοσδήποτε άλλος εξοπλισμός ατομικής προστασίας μίας χρήσης απαραίτητος για τον Covid-19 θα πρέπει να συλλέγονται ξεχωριστά σε κατάλληλα δοχεία και να αδρανοποιούνται π.χ. με υποχλωριώδες νάτριο, πριν από τη διάθεση.
- Ενώ γνωρίζουμε την αβέβαιη αποτελεσματικότητα της μέτρησης της θερμοκρασίας του σώματος στην επιχείρηση, αυτό το μέτρο είναι απαραίτητο ως πρόσθετη καθημερινή ευκαιρία για σύντομες πληροφορίες και αποτροπή για άτομα, τα οποία, αν και ελαφρώς συμπτωματικά, πηγαίνουν στη δουλειά. Η νομική τιμή των 37,5 °C θα ερμηνευθεί ανάλογα.
- Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί στον περιοδικό και επαρκή αερισμό των χώρων, στον έλεγχο των αλλαγών του αέρα και στην τακτική συντήρηση των συστημάτων κλιματισμού.
- Η αδιάκριτη χρήση οποιουδήποτε αντικειμένου που υπάρχει στο περιβάλλον εργασίας πρέπει να μειωθεί στο ελάχιστο απαραίτητο, πρέπει να προβλέπεται η χρήση του με γάντια και η απολύμανσή του από τον τελευταίο χρήστη.
- Ο καθαρισμός και η απολύμανση του εξοπλισμού, των εξαρτημάτων και των εργαλείων πρέπει να ανατίθεται στον εργαζόμενο που τα χρησιμοποιεί και πρέπει να εκτελείται στο τέλος ή στην αλλαγή της βάρδιας.
- Οι εργαζόμενοι στην καθαριότητα πρέπει να θεωρείται ότι έχουν αυξημένο κίνδυνο μετάδοσης και ως τέτοιοι να προστατεύονται με τα κατάλληλα ΜΑΠ, διαφοροποιώντας τον τύπο της αναπνευστικής προστασίας ανάλογα με τη δραστηριότητα (πάντα γάντια και μπλούζα, μάσκα FFP2 και πιθανώς προστατευτικό κάλυμμα για εργαζόμενους στην απολύμανση και χειρουργική μάσκα για την καθαριότητα, επιπλέον ποδονάρια για χώρους που απαιτούνται). Η χρήση της μάσκα FFP2 θα εξακολουθεί να παρέχεται σε περίπτωση καθαρισμού και απολύμανσης των χώρων όπου έχει παραμείνει ένα θετικό στον νέο κορωνοϊό άτομο.

### Στάδιο συνέχειας

- Απαιτείται **περιοδική εκπαίδευση** για την επαλήθευση της ορθής εφαρμογής των προγραμματισμένων διαδικασιών και της χρήσης των μέσων ατομικής προστασίας.
- Πρέπει να συνεχιστεί η **αυστηρή τήρηση όλων των μέτρων προστασίας** που ορίζονται στο «στάδιο επανεκκίνησης».

### Οριστική διευθέτηση των ζητημάτων των ατόμων των «ευπαθών ομάδων»

Η προστασία των «ευπαθών ομάδων», πιθανώς απαραίτητη για μια χρονική περίοδο όχι σύντομη, μπορεί να διασφαλιστεί μόνο με την παράταση της αποχής τους από την εργασία ή με την δημιουργία εργασιακού περιβάλλοντος χωρίς την παρουσία άλλων ανθρώπων.

Οι γιατροί εργασίας θα συνεχίσουν να διατηρούν την υποστήριξή τους στις «ευπαθείς ομάδες» εργαζομένων, αλλά είναι εύκολο να προβλέψουμε ότι με την πάροδο του χρόνου οι συνθήκες υπό τις οποίες θα βρεθούν θα είναι δύσκολο να διατηρηθούν, αναγκάζοντάς τους να ζητήσουν να επιστρέψουν στη δουλειά.

Υπάρχουν πολλά ζητήματα που δεν έχουν καθοριστεί σχετικά με τη διαχείριση αυτών των ατόμων:

- το είδος της “έκθεσης” (απλή γνώμη, βεβαίωση, πιστοποίηση, ακόμη και κρίση καταλληλότητας) του γιατρού επίσης σε σχέση με το γεγονός ότι μέχρι στιγμής ο γιατρός εργασίας δεν χρειάστηκε να εκτιμήσει τη γενική καταλληλότητα για εργασία
- οι μέθοδοι αντιμετώπισης των οικονομικών πτυχών του “ευπαθούς” ατόμου που δεν μπορεί να επιστρέψει στην εργασία, αφού εξαντληθεί η άδεια στο Δημόσιο ή δεν εφαρμόζονται ή δεν υπάρχουν οδηγίες για τον ιδιωτικό τομέα.

Πρέπει άμεσα να γίνουν κεντρικές παρεμβάσεις από τις αρμόδιες αρχές της Πολιτείας για την επίλυση αυτών των κρίσιμων ζητημάτων.

### **Κριτήρια για τη διαχείριση των «ευπαθών ομάδων» εργαζομένων**

Διευκρινίζεται ότι μεταξύ των στοιχείων που πρέπει να περιληφθούν σε μια συνολική εκτίμηση του «ευπαθούς» εργαζομένου, εκτός από αυτά που αναφέρονται παραπάνω, πρέπει επίσης να υπάρχουν:

- οι ειδικοί παράγοντες κινδύνου, ιδίως όταν έχουν ως όργανο στόχο τον πνεύμονα
- η προσεκτική εκτίμηση των συνθηκών μετακίνησης από το σπίτι στην εργασία.

### **Διασφάλιση της επανενεργοποίησης της επίβλεψης της υγείας και των συνθηκών ασφαλείας και προφύλαξη**

Κατά τη διάρκεια του «σταδίου της συνέχειας», η παρακολούθηση της υγείας πρέπει να προβλέπει νέες πρακτικές που πρέπει να διατηρηθούν για ένα μήνα μετά το τέλος της δήλωσης επιδημίας (ΠΟΥ) και να υιοθετηθούν εκ νέου σε περίπτωση εμφάνισης νέων λοιμώξεων.

### **Οργάνωση των ιατρικών εξετάσεων**

- Οι επιχειρήσεις πρέπει να φροντίσουν να αποφεύγουν την αποστολή εργαζομένων με πιθανά συμπτώματα κορωνοϊού για ιατρική εξέταση.
- Η προσέλευση των εργαζομένων πρέπει να προγραμματίζεται προκειμένου να αποφεύγεται ο συνωστισμός. Πριν μπουν στο Ιατρείο, οι εργαζόμενοι πρέπει να φροντίζουν για την υγιεινή των χεριών και να φορούν ιατρική μάσκα.
- Στα Ιατρεία μπορεί να παρευρίσκεται τόσος αριθμός εργαζομένων όσος μπορεί να διαφυλάξει αποστάσεις μεταξύ τους τουλάχιστον δύο μέτρων.
- Η προσέγγιση του γιατρού (ή /και του βοηθητικού προσωπικού, το οποίο στην περίπτωση αυτή πρέπει να είναι κατάλληλα εκπαιδευμένο) στους εργαζόμενους που προσέρχονται στο Ιατρείο πρέπει σε κάθε περίπτωση να είναι προσανατολισμένη σε πιθανή λοίμωξη Covid-19.
- Όλοι οι εργαζόμενοι που παρουσιάζουν ύποπτα συμπτώματα για νόσο Covid-19 θα απομακρυνθούν και θα κληθούν να επικοινωνήσουν με τον θεράποντα ιατρό τους.

Εξεταστικές μέθοδοι που παράγουν σταγονίδια ή αερολύματα (π.χ. σπιρομέτρηση) θα αναβάλλονται πάντα, εκτός από ειδικές περιπτώσεις κατά την κρίση του γιατρού εργασίας.

## Περιοδικές επισκέψεις

Θα εκτελούνται μόνο εάν υπάρχουν τα κριτήρια υγιεινής και οργάνωσης που παρουσιάζονται παρακάτω.

### Ελάχιστα κριτήρια υγιεινής-οργάνωσης

#### Ιατρείο:

- Ένα δωμάτιο αρκετά μεγάλο ώστε να επιτρέπει απόσταση μεγαλύτερη των 2 μέτρων
  - παρουσία απολυμαντικών
  - μέτρα απολύμανσης (συμπεριλαμβανομένων επιφανειών και επίπλων, που πρέπει να μειωθούν στα βασικά)
  - μέτρα για τους χώρους υγιεινής (τουαλέτες) και παροχή ξεχωριστών χώρων για τους εργαζόμενους
  - μέτρα περιοδικού αερισμού
  - έλεγχος των συστημάτων ανακύκλωσης και κλιματισμού
  - διαχείριση των αποβλήτων ως μολυσματικών κατηγορίας Β (Κ.Υ.Α. 146163/2012).

#### Μέσα Προστασίας για γιατρούς και βοηθητικό προσωπικό:

- εξεταστικές μέθοδοι που παράγουν σταγονίδια ή αερολύματα: τουλάχιστον μάσκες FFP2 χωρίς βαλβίδα, προσωπίδα ή γυαλιά, γάντια, μπλούζα.
- σε άλλες περιπτώσεις: τουλάχιστον ιατρική μάσκα, γάντια, μπλούζα.

## Είδη επίσκεψης

Ελλείπει των προαναφερόμενων απαιτήσεων υγιεινής-οργάνωσης, οι περιοδικές ιατρικές επισκέψεις θα πρέπει να αναβάλλονται και, όπου είναι απολύτως απαραίτητο και μόνο για την περίοδο που περιορίζεται αυστηρά στην επιδημία, μπορεί να ληφθούν υπόψη διάφορες μέθοδοι, όπως η εξ αποστάσεως ιατρική συνέντευξη, η οποία σε κάθε περίπτωση προβλέπει ουσιαστική αλληλεπίδραση μεταξύ του γιατρού και του εργαζομένου.

### Τόπος της επίσκεψης

Παρουσία των προαναφερόμενων απαιτήσεων υγιεινής-οργάνωσης, οι ιατρικές εξετάσεις μπορούν να διεξαχθούν στις εγκαταστάσεις της επιχείρησης. Δεν συνιστάται η χρήση κινητών Ιατρείων.

### Περιοδικότητα των επισκέψεων

Σε περίπτωση αδυναμίας εκτέλεσης της προγραμματισμένης ιατρικής εξέτασης, συνιστάται τουλάχιστον μια εξάμηνη περιοδικότητα και σε κάθε περίπτωση, η περιοδικότητα δεν μπορεί να υπερβαίνει το έτος, εξαιρουμένης της περιοδικότητας στους εκτεθειμένους σε οθόνες οπτικής απεικόνισης.

### Αδιάφορες επισκέψεις

Θεωρούνται ως αδιάφορες οι επισκέψεις πριν την πρόσληψη, οι προληπτικές, οι ιατρικές επισκέψεις για αλλαγή θέσεις εργασίας, κατόπιν αιτήματος του εργαζομένου, η επιστροφή από την απουσία μεγαλύτερη των 60 ημερών για λόγους υγείας. Αυτές οι επισκέψεις μπορούν να πραγματοποιηθούν μόνο εάν υπάρχουν τα κριτήρια υγιεινής και οργάνωσης που περιγράφονται παραπάνω.

## Παρακολούθηση της υγείας

Ελλείπει της «ανοσίας αγέλης» ή μέχρι να αναπτυχθεί ένα εμβόλιο και αφού δεν υπάρχει ακόμα αποτελεσματική θεραπεία, η τήρηση των μέτρων ασφαλείας για την πρόληψη της μετάδοσης πρέπει να συνεχίσει να είναι αυστηρή και αναπόσπαστη.