



# راهنمای کنترل محیطی

برای مقابله با انفلوانزای با منشأ خوکی (H1N1)

در

کارخانه ها و کارگاههای بزرگ

شهریور ۱۳۸۸

## تعریف :

شامل کلسه کارگاههای تولیدی و خدماتی که پرسنل شاغل در آن بیشتر از ۲۰ نفر باشد.

## انتقال ویروس چگونه است ؟

آخرین اطلاعات اعلام می دارد که انتقال این بیماری از انسان به انسان از طریق سرفه، عطسه، تخلیه ترشحات بینی و دهان می باشد. که ویروس می تواند حداکثر تا فاصله ۱.۵ متری از طریق سرفه یا عطسه منتقل شود. اما راه دیگر انتقال تماس دست ها، با محیط آلوده به ویروس است. مانند تجهیزات، دستگیره درب ها، میز یا وسایلی که بطور عمومی و مشترک استفاده می شود. دست تماس یافته با محیط آلوده به ویروس موجب انتقال آن از طریق دست آلوده شده به بینی و دهان و یا چشم می شود.

مدت زمانی که ویروس H1N1 با منشأ خوکی می تواند در محیط باقی بماند و بیشترین

مکان هایی که امکان آلودگی آن را دارد به شرح زیر می باشد :

ویروس در خارج از بدن به مدت ۲ تا ۸ ساعت زنده می ماند. اما در دمای ۷۵ تا ۱۰۰ درجه سانتیگراد و در تماس با مواد ضد عفونی کننده و کندزدای محیطی مانند هیدروژن پراکساید، بتادین و الکل و مشابه به راحتی از بین میروند. اما منابع آلودگی در انسان شامل: بینی، دهان، لب ها، چشم ها و دست ها می باشند. زیرا قسمتهای فوق بیشتر مورد تماس دستها در افراد می باشد.

بیشترین امکان آلودگی محیطی در وسایلی است که به نحوی یا دست و صورت انسان در تماس می باشد همانند تجهیزات آشپزخانه، دستگیره درها، میز و صندلی، شیرالات، نرده پله ها و وسایل عمومی که مورد استفاده مشترک می باشد همانند لکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و ... بنابراین خاطر اهمیت است پس از تماس با هر فرد با آب و صابون دست و صورت خود را با آب و صابون بشوید.

## مفاد دستورالعمل اجرایی مربوطه :

- (۱) کارفرما ملزم به نصب تابلوهای هشدار دهنده با مضمون "بدلیل مقابله با شیوع آنفولانزای نوع A لازم است مشتریان قبل و بعد از صرف غذا نسبت به شستشوی صحیح دستهای خود با آب و صابون اقدام کنند.
- (۲) رعایت مسایل بهداشت فردی: حتی المقدور برهیز از دست دادن یا بکدیگر به دلیل مسایل بهداشتی و یا استفاده از دستمال کاغذی هنگام عطسه یا سرفه کردن و شستن مرتب دستها با آب و صابون (ترجیحا صابون مایع).
- (۳) امکانات لازم برای شستشوی مرتب دستها (آب سرد و گرم و صابون مایع) و شستشوی روزانه یا تعویض اینفورم برای همه پرسنل باید فراهم شود.
- (۴) استفاده از هواکش و سیستم تهویه مناسب با توجه به نوع فعالیت و فضای فیزیکی.
- (۵) کارفرما موظف است که آخرین اطلاعات و توصیه های بهداشتی را در زمینه آنفولانزا را از مراکز بهداشتی درمانی منطقه خود دریافت و اعمال نماید.
- (۶) کارفرما موظف است با توجه به سابقه پزشکی کارگران افراد در معرض خطر را که دارای یکی از بیماریهای زمینه ای مانند آسم، بیماریهای انسداد کننده تنفسی، سرطانها، تحت درمان با داروهای سرکوب کننده ایمنی، سالمندان بالای ۶۰ سال سن و زنان باردار را شناسایی و و توصیه های لازم را برای پیشگیری از ابتلا آنفولانزا تاکید نماید.
- (۷) سطل و دستمال ها و وسائل نظافت و گند زدایی سرویسهای بهداشتی باید از وسایلی که برای مکانهای دیگر استفاده می شود مجزا باشد.

۸) در طول مدت نظافت مراقب باشید لباس، دستکش و ماسک مخصوصتان پاره نشود و آسیب نبینند و در صورت صدمه آنها تعویض نمایید. در صورت استفاده از آب زاول و سایر مواد گندزدای بودار باز کردن درب یا پنجره اتاقها بعنوان تهویه مناسب در طول مدت نظافت ضروری است. لازم است سطوح گندزدایی شده در صورت استفاده از آب زاول یک درصد بمدت ۱۰ دقیقه خیس بماند.

۹) لازم است نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسانید.

۱۰) کارفرما موظف است تا نسبت به تامین و نصب دستگاه خشک کن دست / دستمال کاغذی در توالتها و سرویسهای بهداشتی اقدام کند.

۱۱) امحاء دستمال کاغذی های استفاده شده و همچنین ادوات یک بار مصرف نظافت باید در سطلهای دردار پدالی صورت گیرد و تخلیه مخازن زباله در کیسه های پلاستیکی محکم در آخر هر شیفت توسط مسئول نظافت همان شیفت با توجه به مقررات پیش گفت انجام میگردد.

۱۲) برای نماز خانه ها استفاده از مهر و سجاده شخصی و در قسمت خانمها استفاده از چادر نماز شخصی نیز ضرورت کامل دارد.

۱۳) در صورت بروز هرگونه علائم شبیه سرماخوردگی های فصلی در پرسنل مانند: جمله ناگهانی تب، بی حالی، در خود فرو رفتن، بی استهایی و سرفه، سردرد، کوفتگی و درد مفاصل، عطسه، ناراحتی تنفسی، سرخ شدن یا التهاب و ابریزش از بینی و در مواردی نیز تهوع، استفراغ و اسهال باید بلافاصله از ادامه کار منع و به مراکز بهداشتی درمانی / پزشک معتمد ارجاع داده شود و فقط با تاییدیه رسمی این مراکز افراد به محل کار خود بازگردند. با هماهنگی لازم با کارفرما در طول مدت غیبت از کار ضمن جایگزینی وی حقوق و مزایای کامل باید در طول این مدت به وی پرداخت شود.

۱۴) توصیه میشود کارگران هنگام ورود یا کارگاه یا کارخانه از دستمال ضد عفونی کننده و یا مایع ضد عفونی کننده به پایه الکل استفاده کنند.

۱۵) کارگرانی که در محل نگهداری مواد غذایی رفت و آمد دارند باید از نظارت ویژه در خصوص نظافت شخصی برخوردار باشند.

۱۶) کارفرمایان مراکز موظفند پس از هر سرویس دهی در رستوران کارخانه یا کارگاه کلیه ظروف پذیرایی، لیوان، چنگال، کارد، بشقاب و بارچ آب روی هر میز شستشو و گندزدایی نمایند و برای سرویس دهی به کارگران جدید از سرویسهای جایگزین استفاده کنند.

۱۷) حتی الامکان از پوشش یکبار مصرف برای میز غذاخوری استفاده میشود و پس از هر بار استفاده تعویض گردد.

۱۸) بارچه هایی که برای نظافت مورد استفاده قرار میگیرند ترجیحا یکبار مصرف باشد و در غیر این صورت باید پس از هر بار استفاده توسط سفید کننده (محلول هیپو کلریت سدیم آب زاول) ۱/۱ یا هر ماده گندزدای مجاز دیگر مطابق دستورالعمل های مربوطه گندزدایی شوند.

۱۹) قبل از عمل گندزدایی برای تمام سطوح ابتدا سطوح را با بارچه نم دار به منظور حذف گردوغبار تمیز نموده و سپس اقدام به گندزدایی گردد.

۲۰) تامین میوه های تازه مانند پرتقال، نارنگی و لیمو شیرین و سبزیجات بصورت استفاده روزانه برای همه ی پرسنل توصیه میشود.

۲۱) در صورتیکه کارخانه یا کارگاه از سرویس عمومی برای حمل و نقل کارگران استفاده میکند میبایست از دستورالعمل مربوط به سامانه های حمل و نقل شهری استفاده نمایند.

## دستورالعمل شستن دستها جهت پیشگیری از انتقال ویروس H1N1:

دستها باید با آب گرم و صابون به مدت ۱۵ تا ۲۰ ثانیه به طریقه زیر شسته شوند

- ۱- دستها را مرطوب کنید
- ۲- از صابون مایع استفاده کنید
- ۳- کف دستها را خوب به هم بمالید
- ۴- انگشتان را بشویند
- ۵- مح ها را بشویند
- ۶- سست را بشویند
- ۷- بین انگشتان را بشویند
- ۸- آیکشی کنید
- ۹- با دستمال کاغذی خشک کنید
- ۱۰- سیر آب را با همان دستمال ببندید

## دستورالعمل گندزدایی:

نظافت سطوح دارای تماس مشترک شامل: تجهیزات آشپزخانه، دستگیره درها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله ها و وسایل عمومی و سایل کار و رختکن لباسها با کمک مواد شوینده و دستمال تمیز و خشک انجام میگیرد سپس توسط مایع سفید کننده (آب زاول ۱٪) و با کمک دستمال تمیز دیگری گندزدایی انجام میگیرد. از مواد گندزدایی مجاز دیگر نیز در صورت رعایت دستورالعمل مربوطه می توان استفاده نمود.

الف) هنگام گندزدایی و نظافت، سالنها باید در پایان هر شیفت کاری صورت گرفته و درها و پنجره ها باز گذاشته شوند و هواکش جهت تهویه بهتر هوا نیز روشن باشند.

ب) شست و گندزدایی دو مرحله جدا از یکدیگرند و نباید هیچگونه اختلاطی بین مواد شوینده و گندزدا انجام گیرد. لازم است بین دو مرحله شست و گندزدایی حداقل حدود ۱۰ دقیقه فاصله زمانی منظور شود.

نکته:

- محلول گندزدا باید روزانه تهیه و استفاده شود (کارایی محلول پس از گذشت ۲۴ ساعت کاهش میابد)
- گندزدا باید با آب سرد یا معمولی تهیه گردد. در صورت استفاده از مواد گندزدایی موجود مجاز مطابق دستورالعمل های مربوطه عمل گردد.
- "تی های" که برای نظافت کف اتاقها و سالنها و غیره استفاده میشود باید دارای چندین "برس" اضافی باشند. پس از استفاده از هر برس میبایست در آب داغ شسته و سپس در محلول آماده شده ی آب زاول ۱ درصد بمدت ۱۰ دقیقه یا در محلول مواد گندزدایی مجاز دیگر طبق دستورالعمل مربوطه غوطه ور بماند، و سپس در دمای اتاق خشک شده و برای استفاده آماده باشد

## ایمنی در کاربرد مواد گندزدا:

- جعبه کمکهای اولیه باید در هر ایستگاه و یا هر مکانی که مواد شیمیایی مورد استفاده قرار می گیرد در دسترس باشد
- کاربرد هر ماده شیمیایی باید براساس دستورالعمل مصرف و استانداردهای ایمنی تهیه شده توسط تولیدکننده انجام شود.

- هنگام تهیه محلول رقیق همیشه باید محلول غلیظ به آب اضافه شود. از اضافه کردن آب به محلول غلیظ خودداری کنید

- تماس پوست با محلول غلیظ موجب سوختگی شدید خواهد شد

- در هنگام کاربرد محلول رقیق تهیه شده باید از پوشش مناسب صورت استفاده شود

- در صورت تماس با چشم باید بمدت ۱۰ دقیقه در آب سرد باز نگاه داشته شود

## چک لیست پایش کارگاه‌ها/کارخانجات برای مقابله با آنفولانزا نوع A

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی .....

مرکز بهداشت استان .....

مرکز بهداشت شهرستان .....

نام کارگاه/کارخانه: .....

تاریخ تکمیل ...../...../۱۳۸۸

خبر	بلی	سوال
		۱. آیا کارفرما آگاهی کافی در مورد اصول راهنمای کنترل محیطی آنفولانزای خوکی را دارد؟
		۲. آیا نابلوهای هشدار آنفولانزا در کارخانه/کارگاه نصب شده است؟
		۳. آیا سیستم هواکش و تهویه مناسب در کارخانه/کارگاه وجود دارد؟
		۴. آیا وسایل نظافت سطوح و بهداشت فردی به میزان کافی در کارخانه/کارگاه وجود دارد؟
		۵. آیا دستورالعمل شستشوی دستها در محل مناسب در سرویس بهداشتی در کارخانه/کارگاه نصب شده است؟
		۶. آیا در پایان هر شیفت در کارخانه/کارگاه گندزدایی سطوح صورت می گیرد؟
		۷. آیا پرسنل آگاهی کافی در زمینه نحوه صحیح شستشوی دستها و اصول بهداشت فردی در این مورد را دارند؟
		۸. آیا پرسنل خدمات نظافت در کارخانه/کارگاه، آگاهی و آموزش کافی در مورد نحوه صحیح گندزدایی را دیده اند؟
		۹. آیا در مورد غذاخوری کارخانه اصول دستورالعمل مربوطه رعایت می شود؟
		۱۰. آیا در مورد سرویس های عمومی پرسنل اصول دستورالعمل سامانه های حمل و نقل عمومی رعایت می شود؟

تاریخ و امضاء: .....

نام و نام خانوادگی بازدیدکننده: .....