

JAK (SE) CHRÁNIT PŘED NÁKAZOU VIRY



OSOBNÍ ZODPOVĚDNOST

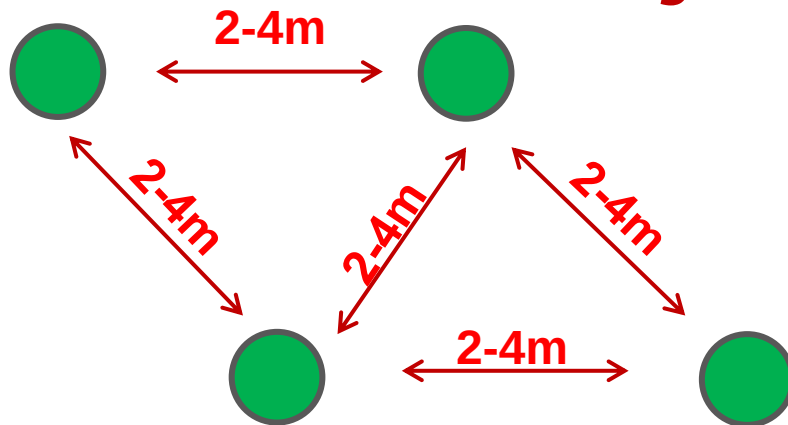
Jakákoliv nezodpovědnost vede k šíření nákazy a šíření nákazy je trestným činem.



NA VEŘEJNOSTI

Držte si odstup od jiných osob.

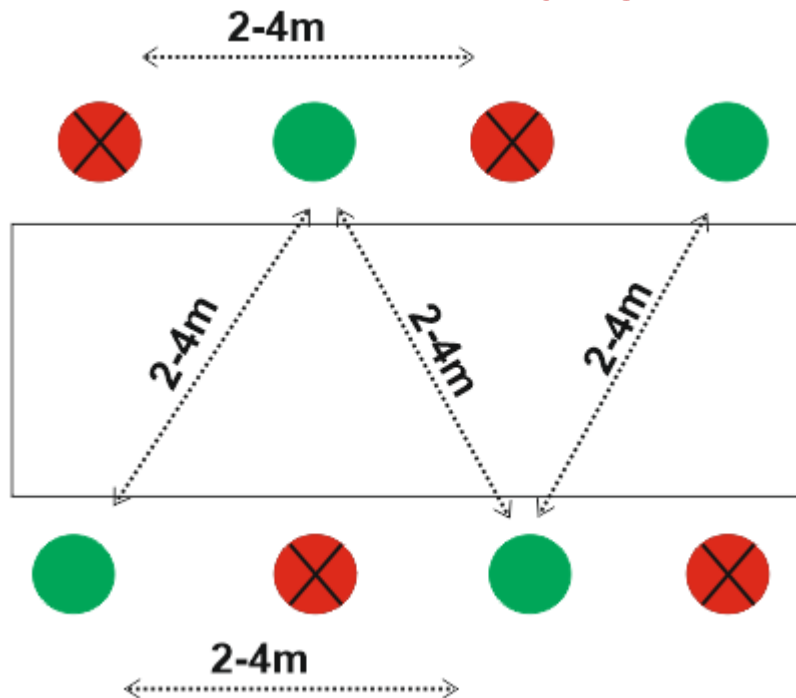
Bezpečná vzdálenost je cca 2-4m



V JÍDELNĚ

Dodržujte bezpečnou vzdálenost cca 2 – 4 od jiných osob.

**V jídelně
sedejte
odděleně.**



V KUCHYŇKÁCH NA PRACOVÍŠTÍCH

Vždy pouze jedna osoba.



V KUCHYŇKÁCH NA PRACOVÍŠTÍCH

Omezte strávený čas na minimum.



V KUCHYŇKÁCH NA PRACOVÍŠTÍCH

Používejte pouze jednorázové papírové utěrky.



CHRAŇTE SEBE I OKOLÍ

V práci i na veřejnosti

POUŽÍVEJTE ochranu dýchacích cest:

- koupená nebo domácí rouška
- provizorně šála, šátek, rolák

Vždy zakryjte ústa i nos.



CHRAŇ SI
DÝCHACÍ CESTY

CHIRURGICKÁ ROUŠKA...

CHIRURGICKÁ ROUŠKA

CHRÁNÍ LIDI KOLEM VÁS...

NETĚSNÍ!!!

**Jen zachycuje vydechované kapičky
na vnitřní straně.**



JAKOUKOLIV JINÁ ROUŠKA...

**CHRÁNÍ LIDI KOLEM STEJNĚ JAKO
ROUŠKA CHIRURGICKÁ...**

I ONA NETĚSNÍ...

**Pouze zachycuje vydechované kapičky
na vnitřní straně.**



JAKOUKOLIV JINÁ ROUŠKA...

U použití roušky platí stejná praxe jako při poskytování první pomoci...



Bud'
poskytnuta
je anebo
ne...

ZÁSADNÍ ROZDÍL MEZI RESPIRÁTOREM A CHIRURGICKOU ROUŠKOU (JAKOUKOLIV JINOU).

Správně používaný respirátor^{*)}

CHRÁNÍ JEHO NOSITELE...

Respirátor má těsnit a při vdechování zachycuje na vnějším povrchu mikrokapičky (aerosol) nesoucí nákazu.

^{*)} Správně používaný: bez mezer mezi okrajem respirátoru a pokožkou – okolo nosu dobře uhlazený, dobře sedící pod bradou, při prudkém vdechnutí se musí „prohnout“. Dvoudenní a starší vous snižuje účinnost pod 50 %.



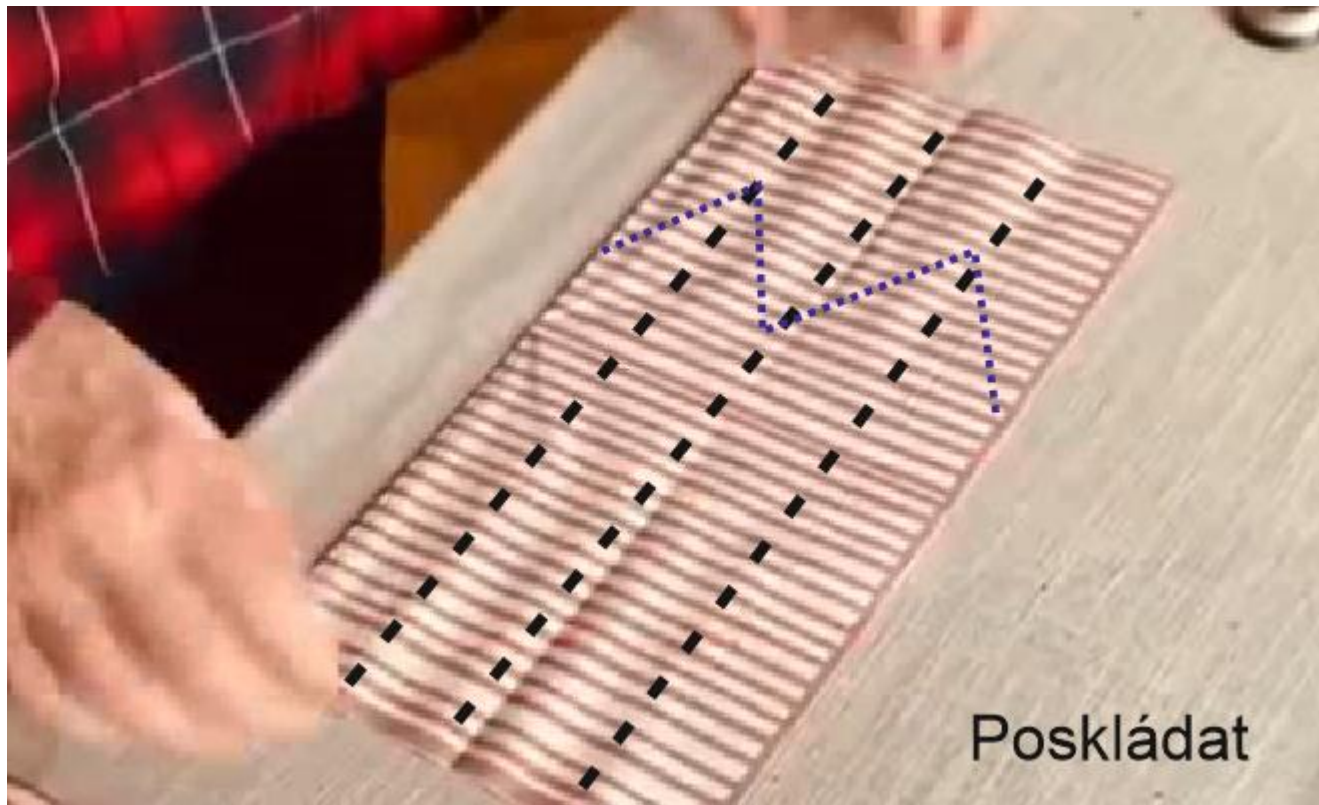
POKUD SE VÁŠ ORGANISMUS HŮŘE BRÁNÍ INFEKCÍM...

Je-li to v dnešní vypjaté době možné, domluvte se se zaměstnavatelem a **použijte respirátor**, min. tř. P2 nebo P3 je-li to možné a je-li k dostání.



JAK SI ROUŠKU NEJJEDNODUŠEJI PODOMÁCKU VYROBIT

1.
Poskládejte
papírovou
utěrku do
harmoniky.



JAK SI ROUŠKU PODOMÁCKU VYROBIT

2.

Na konce
dejte
gumičky.



JAK SI ROUŠKU PODOMÁCKU VYROBIT

3.
Gumičky
zajistěte
sešívačkou



JAK SI ROUŠKU PODOMÁCKU VYROBIT

4.
Gumičky dejte
za uši.



JAK SI ROUŠKU PODOMÁCKU VYROBIT

5.

Roušku
usad'te na
obličej.

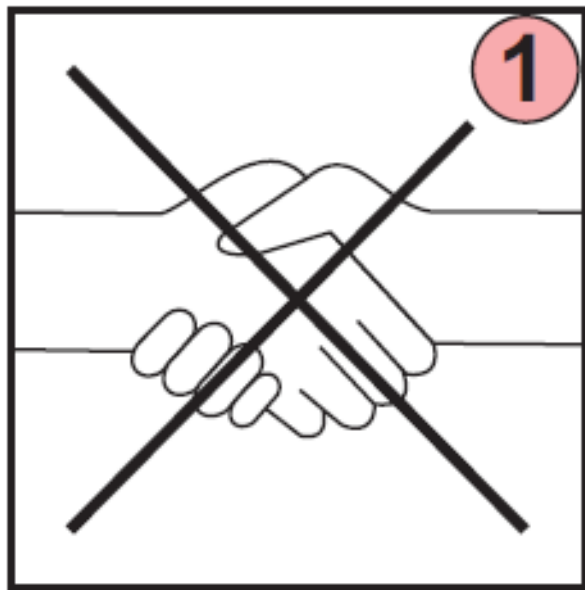
Další návody:



<https://www.youtube.com/watch?v=YuNgj9URK78>

https://www.youtube.com/watch?v=rm_FdCJTWtQ

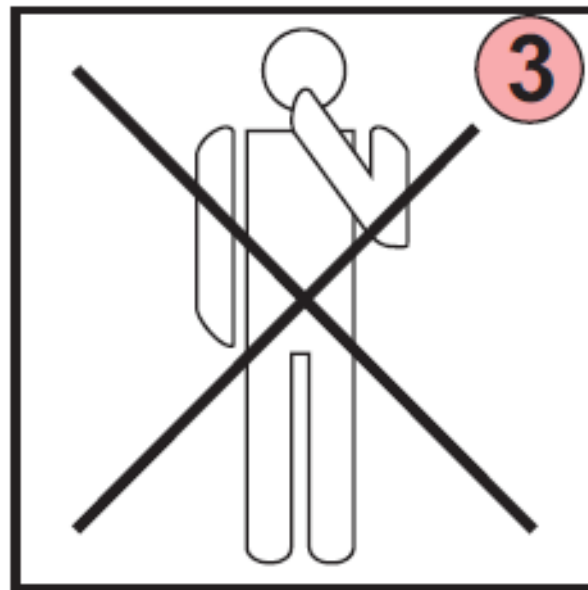
PREVENTCE



1 Zdržte se podávání rukou.

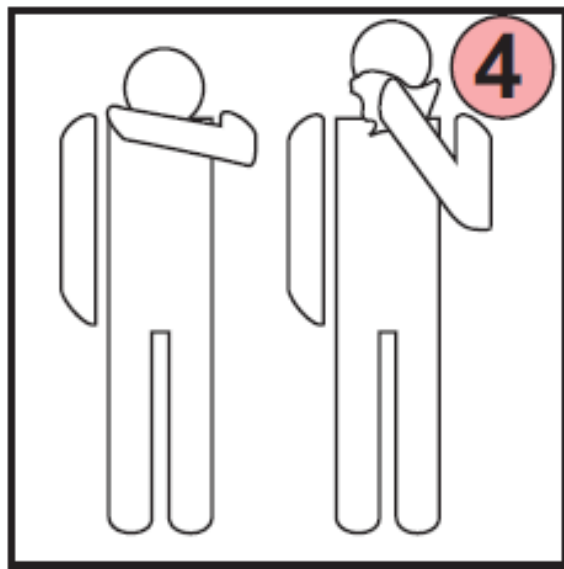


2 Důkladně si myjte ruce.



3 Nedotýkejte se obličeje.

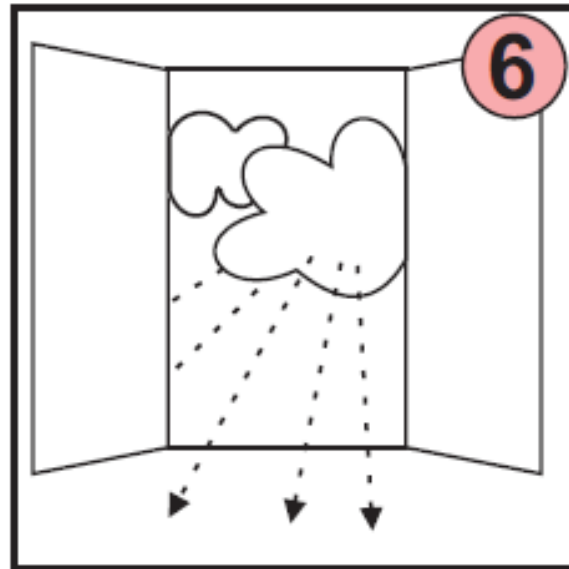
PREVENCE



4 Vykašlávejte a kýchejte hygienicky.



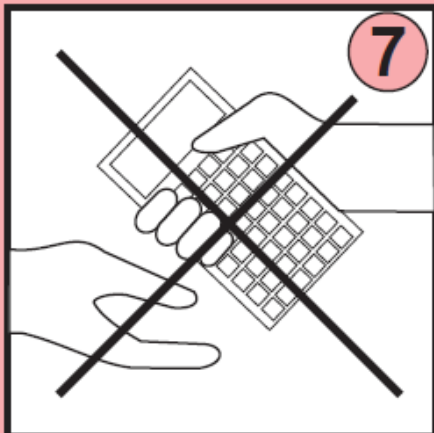
5 Papírové kapesníky okamžitě vyhazujte.



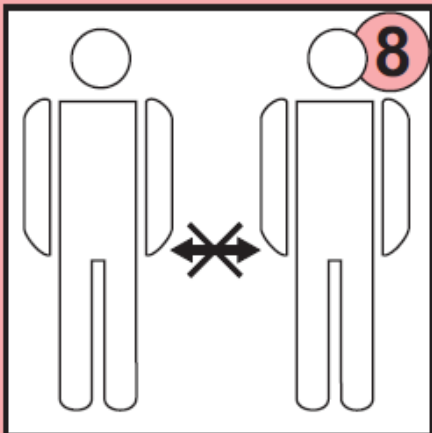
6 Pravidelně větrejte místnosti.

PREVENCE

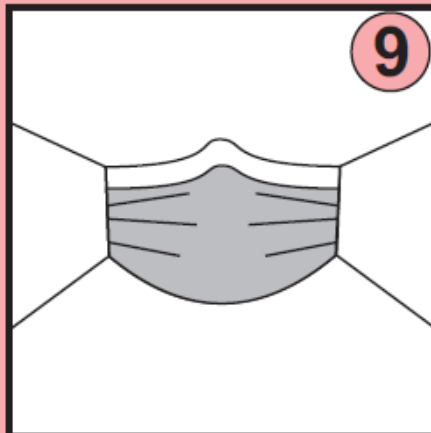
KRITICKÝ SCÉNÁŘ - MOŽNOST, JAK SE NAKAZIT CORONAVIREM.



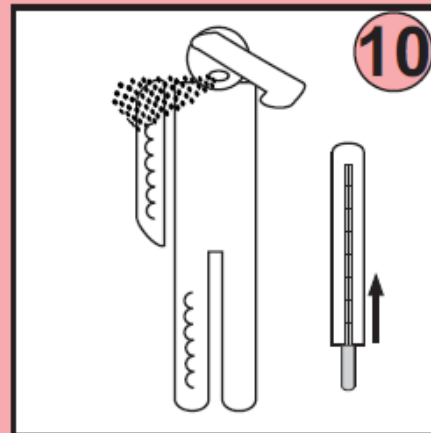
7 Žádné půjčování předmětů.



8 Nepřibližujte se k ostatním a vyhněte se davu.



9 Používejte ochrannou roušku.



10 Věnujte pozornost prvním příznakům. Jednejte zodpovědně.

Postup při **mytí** rukou

MYJTE SI POUZE VIDITELNĚ ZNEČIŠTĚNÉ RUCE, JINAK POUŽÍVEJTE DEZINFEKCI!



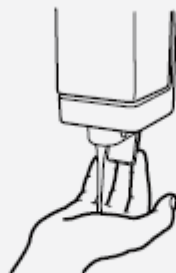
Doba trvání celé procedury: **40–60 vteřin**

0



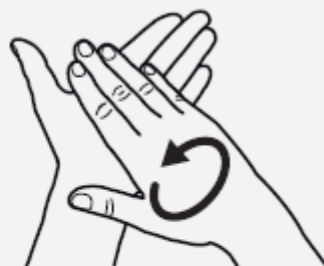
Navlhčete si ruce vodou.

1



Aplikujte dostatek mýdla na pokrytí celého povrchu rukou.

2



Třete ruce dlaní o dlaň.

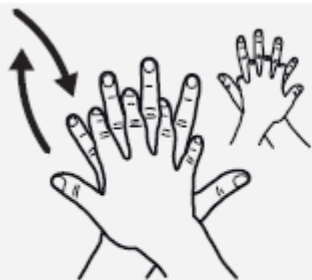
Postup při **mytí** rukou

MYJTE SI POUZE VIDITELNĚ ZNEČIŠTĚNÉ RUCE, JINAK POUŽÍVEJTE DEZINFEKCI!



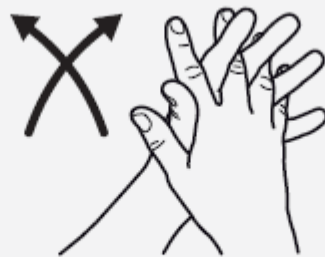
Doba trvání celé procedury: **40–60 vteřin**

3



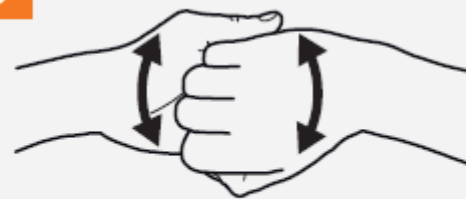
Třete pravou dlaní o levý hřbet ruky se zaklesnutými prsty a naopak.

4



Třete dlaní o dlaň se zaklesnutými prsty.

5



Třete hřbety prstů o druhou dlaň se zaklesnutými prsty.

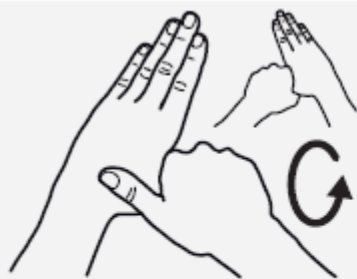
Postup při **mytí** rukou

MYJTE SI POUZE VIDITELNĚ ZNEČIŠTĚNÉ RUCE, JINAK POUŽÍVEJTE DEZINFEKCI!



Doba trvání celé procedury: 40–60 vteřin

6



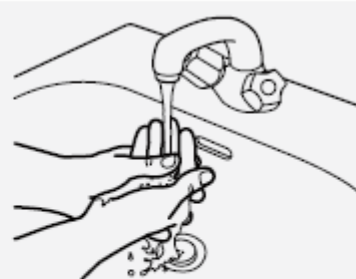
Krouživým pohybem třete levý palec v sevřené pravé dlani a naopak.

7



Obousměrnými krouživými pohyby třete sevřené prsty pravé ruky levou dlaň a naopak.

8



Opláchněte si ruce vodou.

Postup při **mytí** rukou

MYJTE SI POUZE VIDITELNĚ ZNEČIŠTĚNÉ RUCE, JINAK POUŽÍVEJTE DEZINFEKCI!



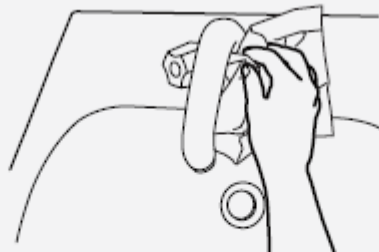
Doba trvání celé procedury: **40–60 vteřin**

9



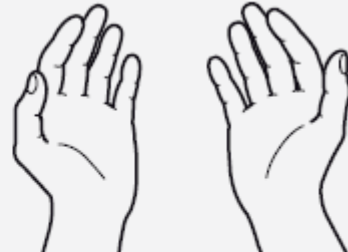
Ruce si pečlivě osušte ručníkem
na jedno použití.

10



Použijte ručník k zastavení kohoutku.

11



Nyní jsou Vaše ruce čisté.

Postup pro dezinfekci rukou

HYGIENY RUKOU DOSÁHNETE DEZINFEKČÍ! PŘI VIDITELNÉM ZNEČIŠTĚNÍ SI RUCE MYJTE.



Doba trvání celé procedury: **20–30 vteřin**

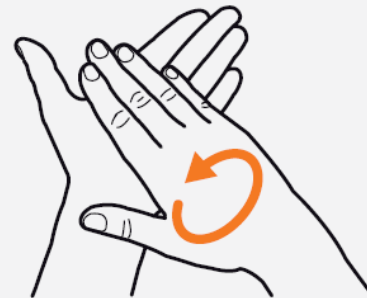
1a



1b



2



Do sevřené dlaně aplikujte dostatek přípravku na pokrytí celého povrchu rukou.

Třete ruce dlaní o dlaň.

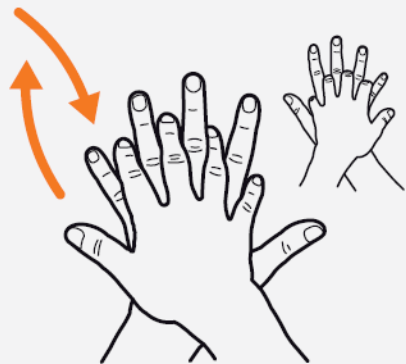
Postup pro dezinfekci rukou

HYGIENY RUKOU DOSÁHNETE DEZINFEKČÍ! PŘI VIDITELNÉM ZNEČIŠTĚNÍ SI RUCE MYJTE.



Doba trvání celé procedury: 20–30 vteřin

3



Třete pravou dlaní o levý hřbet ruky se zaklesnutými prsty a naopak.

4



Třete dlaní o dlaň se zaklesnutými prsty.

5



Třete hřbety prstů o druhou dlaň se zaklesnutými prsty.

Postup pro dezinfekci rukou

HYGIENY RUKOU DOSÁHNETE DEZINFEKČÍ! PŘI VIDITELNÉM ZNEČIŠTĚNÍ SI RUCE MYJTE.



Doba trvání celé procedury: 20–30 vteřin

6



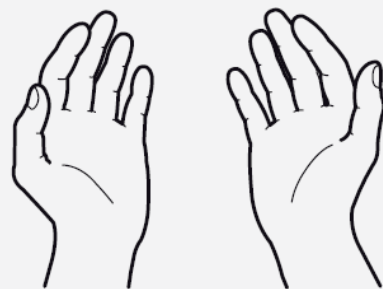
Krouživým pohybem třete levý palec v sevřené pravé dlaní a naopak.

7



Obousměrnými krouživými pohyby třete sevřenými prsty pravé ruky levou dlaň a naopak.

8



Po oschnutí jsou Vaše ruce dezinfikovány

POUŽITÍ DEZINFEKCE

**Tam kde jste se dotkli povrchů, kterých se dotkli i jiní lidé,
např.:**

- nářadí,
- klávesnice,
- volanty,
- dotykové obrazovky,
- atd.

OTEVÍRÁNÍ DVEŘÍ A DOTEKY S JINÝ POVRCHY

Pro zmáčknutí kliky a dotýkání se běžných povrchů používejte:

- čisté papírové ručníky nebo kapesníky,
- ev. je otevírejte:
 - rukávem a oděv doma vyperte.
 - předloktím
 - špičkou boty

OBAVY...

Pokud máte ohledně dané situace nějaké obavy, sdělte je svým přímým nadřízeným, popř. technikovi BOLZP.



ZÁVĚR...

**NYNÍ JE ZODPOVĚDNOST POLOŽENA NA BEDRA
KAŽDÉHO Z NÁS.**

**TAK TO JE...
A DOKUD ZDE
COVID-19_{nově} SARS CoV-2
I BUDE.**



ZÁVĚR...

**DĚKUJEME VŠEM ZA ODPOVĚDNÝ PŘÍSTUP K SOBĚ
SAMÝM A KE KOLEKTIVU, KTERÉHO JSTE ČLENEM.**