



# HZJZ

HRVATSKI ZAVOD  
ZA JAVNO ZDRAVSTVO  
Rockefellerova 7  
HR-10000 Zagreb  
T: +385 1 4863 222  
F: +385 1 4863 366

[www.hzjz.hr](http://www.hzjz.hr)

**Hrvatski zavod za javno zdravstvo**  
Zagreb, 06.04. 2020.

## **UPUTE ZA SPRJEČAVANJE I SUZBIJANJA COVID-19 U OKVIRU RADA U VATROGASNIM POSTROJBAMA**

U sklopu aktualne epidemiološke situacije vezano uz epidemiju bolesti COVID-19 uzrokovane novim koronavirusom (SARS-CoV-2), sukladno preporukama i mjerama Nacionalnog stožera civilne zaštite i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo potrebno je primjenjivati slijedeće mjere i aktivnosti u cilju smanjenja rizika bolesti COVID-19 te očuvanja zdravlja i radne sposobnosti djelatnika vatrogasnih postrojbi pri intervencijama.

### **1. PRIORITETNE AKTIVNOSTI VATROGASNIH POSTROJBI**

U vatrogasnim postrojbama u Republici Hrvatskoj, pri planiranju i organizaciji rada operativnih vatrogasaca prioritet moraju imati hitna stanja u kojima se spašavaju ljudski životi pri obavljanju temeljne vatrogasne djelatnosti u gašenju požara i spašavanju u tehničkim intervencijama u prometu i sličnim hitnim intervencijama (požari, tehničke intervencije, prometne nesreće, otklanjanju neposredne i početne ugroze stanovništva nakon nesreća i ostalo).

Sve druge vatrogasne intervencije i ostale aktivnosti javne vatrogasne postrojbe koje nisu hitne, poput saniranja dimnjaka i pročelja i slično se obustavljaju ako nije moguće osigurati odgovarajuću zaštitu djelatnika na radu.

Navedene aktivnosti, koje nisu hitne intervencije mogu se provoditi samo ako postrojbe raspolažu dovoljnim ljudskim kapacitetima i ako se pri tim aktivnostima može osigurati odgovarajuća osobna zaštitna oprema za operativne vatrogasce u cilju sprječavanja njihove izloženosti koronavirusnoj infekciji.

### **2. ZAŠTITA PRILIKOM PROVEDBE INTERVENCIJA, ZAŠTITNA OPREMA I PROCEDURA POSTUPANJA SA OPREMOM**

Zaštita od COVID-19 pri intervencijama djelatnika vatrogasnih postrojbi podrazumijeva izbjegavanje bliskog kontakta s drugim osobama i korištenje osobne zaštitne opreme pri nužnim kontaktima.

Prilikom dogovora za nehitne intervencije potrebno je prije izlaska na teren obaviti telefonsku trijažu građana u potrebi te pitati ima li u kućanstvu osoba koje su podvrgnute mjeri zdravstvenog nadzora u



obliku samoizolacije/kućne karantene, ili se liječe kod kuće (kućna izolacija) ili imaju simptome akutne respiratorne infekcije (povišenu tjelesnu temperaturu, kašalj, grlobolju, poteškoće s disanjem).

Nehitna intervencija mora biti telefonski najavljena i dogovorena s tražiteljem intervencije ili drugim članovima kućanstva.

Djelatnik vatrogasnih postrojbi je dužan provjeriti epidemiološku situaciju u kućanstvu/obitelji (je li netko od ukućana pod zdravstvenom mjerom samoizolacije ili na kućnim liječenju od COVID-a u izolaciji, ili ima simptome respiratornih bolesti) prilikom dogovora intervencije, a prije ulaska u kuću/stan.

Prilikom intervencija koja uključuju kontakt s drugim osobama djelatnici vatrogasne postrojbe trebaju sve aktivnosti u intervenciji organizirati na način uvažavanja socijalne distance te primjenjivati standardne mjere zaštite pri kontaktu s ukućanima/građanima koji imaju simptome akutne respiratorne bolesti.

Prilikom rada na intervenciji potrebno je održavanje razmaka od najmanje 2 metra između osoba te skratiti duljinu razgovora.

Ako je moguće (više ukućana), za razgovor i kontakt je potrebno zamoliti one ukućane koji nisu u samoizolaciji/izolaciji ili nemaju simptome akutne respiratorne bolesti.

Kod postavljanja sumnje na akutnu respiratornu bolest (osoba ima simptome povišena tjelesna temperatura, kašalj, teško disanje ili je u samoizolaciji odnosno izolaciji) u osoba s kojima djelatnici moraju komunicirati pri obavljanju svog posla, u slučaju nužnog kontakta na udaljenosti manjoj od 2 metra kada je nužno pristupiti i direktno komunicirati s tom osobom, potrebno je koristiti osobnu zaštitnu opremu (maske, rukavice, zaštitne naočale, vodootporne pregače). Rukavice ne trebaju biti sterilne/kirurške, za zaštitnu masku za nos i usta idealno bi bilo nabaviti FFP2 maske, koje bolje štite dišni sustav od kirurških maski. Osobi pod sumnjom daje se kirurška maska da ju nosi (ako joj zdravstveno stanje dozvoljava, tj. ako joj ne otežava disanje značajno). Za svaku intervenciju potrebno je promijeniti zaštitnu opremu. Racionalna uporaba osobne zaštitne opreme (OZO) za koronavirusnu bolest (COVID-19) <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/racionalna-uporaba-OZO-zadnje.pdf>

Ako je moguće, prilikom intervencije u zatvorenim prostorijama preporučeno je otvoriti prozore (ne odnosi se na gašenje požara).

Nakon intervencije upotrebljena zaštitna oprema se odlaže u za to predviđene vreće.

Zaštitnu opremu treba skidati pažljivo, smireno, bez puno trešenja/mahanja, što manje dodirivati vanjsku stranu zaštitnog sredstva. Nakon skidanja opreme rukavica i maski ruke obvezno oprati vodom i sapunom (alternativa je utrljavanje alkoholnog antisepika)

Zaštitne naočale koje bi svaki djelatnik imao za sebe se nakon skidanja (ako nisu jednokratne) operu tekućom vodom i deterdžentom, isperu tekućom vodom i osuše.

Vreće u koje se odlažu jednokratne rukavice, maske i pregače treba čvrsto zatvoriti te staviti u još jednu vreću i odložiti u spremnik/kantu za miješani komunalni otpad.



## Opće mjere zaštite

Najvažnija mjera je obavijestiti i educirati zaposlenike o samoj bolesti i preporukama/općim mjerama zaštite.

Važno je osigurati dostupnost tekuće vode i sapuna u svrhu poštivanja osnovnih higijenskih normi, te pojačati higijenu prostorija s naglaskom na učestalije čišćenje i dezinfekciju radnih površina i drugih površina koje se češće dotiču (prekidači za struju, kvake i sl.).

U cilju prevencije širenja zaraze virusom COVID-19 u organizacijama vatrogasnih postrojbi potrebno je:

- pridržavati se pojačanih higijenskih mjera, posebice ako rad zahtijeva kontinuirani kontakt s drugim osobama tijekom pretežitog dijela ili tijekom cijelog radnog vremena
- provoditi češće pranje ruku (min 20 sek) koje obuhvaća pranje ruku vodom i sapunom i korištenje jednokratnih papirnatih ručnika
- u situacijama kada nije moguće pranje ruku vodom, osobnu higijenu treba održavati uporabom dezinfekcijskog sredstva za ruke na bazi 70 % alkohola
- Izbjegavati dodirivanje rukom nos, oči i usta
- prekrivati usta i nos unutarnjom stranom lakta prilikom kašljanja i kihanja radi sprječava daljnjeg širenja i kontaminacije okolnih površina ili koristiti papirnatu maramicu koju je odmah potom potrebno baciti u zatvoreni koš za smeće te nakon toga oprati ruke
- učestalo provjetravati radne prostorije ili koristiti ventilaciju ako je to moguće
- redovito i učestalo održavati i čistiti radne površine te dodirne površine koje dolaze u kontakt s većim brojem ljudi (kvake i sl.)
- na vidljivim mjestima u zajedničkim prostorima postavljaju se plakati s uputama za zaštitu od virusa COVID-19 te pravilnoj higijeni ruku; <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Plakat-za-javne-prostore-B1-COVID-19-HR-ENG.pdf>
- na svim frekventnim mjestima postaviti dozatore za dezinfekciju ruku;
- održavati udaljenost od najmanje dva metra između ljudi
- izbjegavati bliski kontakt sa svima koji pokazuju simptome akutnih respiratornih bolesti poput vrućice, kašlja, grlobolje, poteškoće s disanjem
- u slučaju lošeg osjećanja, temperature ili kašlja ili teškoća disanja djelatnici ne smiju dolaziti na posao i trebaju se javiti izabranom liječniku obiteljske medicine
- otkazati sastanke ili ih organizirati s ne više od pet osoba na jednom mjestu s odgovarajućim razmakom između ljudi ili organizirati videokonferencije i koristiti druge tehnologije za održavanje sastanaka na daljinu
- u slučaju dodatnih nepogoda (npr. potresa) tijekom epidemije COVID-19 treba postupati prema postupniku za takve izvanredne situacije.
- poduzimati redovite pojačane mjere čišćenja i dezinfekcije prostora;
- u čišćenju prostora primjenjuju se sljedeće preporuke:
- Čišćenje i dezinfekcija prostora bez oboljelih od COVID-19 <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostorije-bez-obiljelih-od-COVID-19-2.4.2020..pdf>
- Čišćenje i dezinfekcija prostora u kojima je boravila osoba pod sumnjom na zarazu COVID-19 <https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostora-u-kojima-je-boravila-osoba-pod-sumnjom-COVID-19-2.4.2020..pdf>



### **Uputa za korištenje dezinficijensa za ruke**

Pranje i dezinfekciju ruku potrebno je obavljati u sanitarnim čvorovima u zatvorskom sustavu. Prije nego što dezinficirate ruke, ruke je potrebno pravilno oprati (postupak traje 20 sekundi). Sredstvo za dezinfekciju potrebno je u količini od 1 – 2 ml nanijeti na suhe i čiste dlanove. Dlanove i područje između prstiju potrebno je protrljati dok se ne osuše, a sredstvo nije potrebno isprati. U slučaju da niste u prilici da operete ruke, ruke je potrebno dezinficirati dezinficijensom za ruke.

Potrebno je voditi brigu o dostatnoj upotrebi dezinficijensa za ruke te se obavezno javiti nadređenom radniku u slučaju da je u dozatoru preostala manja količina sredstva za dezinfekciju kako bi se osigurao novi.

U prilogu dodatne informacije o novom koronavirusu (SARS-CoV-2) i bolesti koju uzrokuje (COVID-19)

Infomacije na temu korinavirusa možete pratiti na mrežnim stranicama HZJZ-a ([www.hzjz.hr](http://www.hzjz.hr)) i Ministarstva zdravstva ([www.zdravlje.gov.hr](http://www.zdravlje.gov.hr)):

<https://www.hzjz.hr/medunarodna-istrazivanja/koronavirus-najnoviji-podatci/>

<https://koronavirus.hr/>

U prilogu dodatne informacije o novom koronavirusu (SARS-CoV-2) i bolesti koju uzrokuje (COVID-19)



## OSNOVNE INFORMACIJE O NOVOM KORONAVIRUSU (SARS-CoV2) I BOLESTI KOJU UZROKUJE COVID-19

### Što je novi COVID-2019? Što je SARS—CoV-2?

Novi koronavirus koji se pojavio 2019. godine nazvan je SARS—CoV-2, otkriven je u Kini krajem 2019. Radi se o novom soju koronavirusa koji prije nije bio otkriven kod ljudi. Bolest uzrokovana tim virusom naziva se COVID-2019.

### Odakle potječu koronavirusi?

Koronavirusi su virusi koji cirkuliraju među životinjama no neki od njih mogu prijeći na ljude. Nakon što prijeđu sa životinje na čovjeka mogu se prenositi među ljudima. Velik broj životinja su nositelji koronavirusa. Na primjer, koronavirus bliskoistočnog respiratornog sindroma (MERS-CoV) potječe od deva dok SARS potječe od cibetke, životinje iz reda zvijeri srodnih mačkama.

### Može li se ovaj virus usporediti sa SARS-om ili sezonskom gripom?

Novi koronavirus otkriven u Kini genetski je usko povezan s virusom SARS iz 2003. i ta dva virusa imaju slične karakteristike, iako su podaci o ovom virusu još uvijek nepotpuni.

SARS se pojavio krajem 2002. godine u Kini. U razdoblju od osam mjeseci 33 države su prijavile više od 8000 slučajeva zaraze virusom SARS-a. Tada je od SARS-a umrla jedna od deset zaraženih osoba. Trenutno dostupne informacije nisu dovoljne da bi se sa sigurnošću moglo reći koliko je smrtonosan SARS-CoV-2. Ipak, preliminarni nalazi ukazuju da je on manje smrtonosan od SARS-CoV-1.

### Kako se virus prenosi? Koliko lako se on širi?

Iako virus potječe od životinja, on se sada širi s osobe na osobu (prijenos s čovjeka na čovjeka). Trenutno dostupni epidemiološki podaci nisu dovoljni za utvrđivanje lakoće i uspješnosti širenja virusa među ljudima. Izgleda da se virus uglavnom prenosi kapljičnim putem pri kihanju i kašljanju.

Trenutno se procjenjuje da vrijeme inkubacije 2019-nCoV (vrijeme između izlaganja virusu i pojave simptoma) traje između dva i 12 dana. Iako su ljudi najzarazniji kada imaju simptome nalik gripi, postoje naznake da neki ljudi mogu prenijeti virus bez da imaju simptome ili prije nego se oni pojave. Ukoliko se ovaj podatak potvrdi, to će otežati rano otkrivanje zaraze 2019-nCoV. To nije neuobičajeno kod virusnih infekcija, kao što se vidi iz primjera ospica, ali za ovaj novi virus nema jasnih dokaza da se bolest može prenijeti prije pojave simptoma.

Ako se ljudi zaraženi 2019-nCoV testiraju i na vrijeme dijagnosticiraju te se provedu stroge mjere kontrole zaraze, vjerojatnost uspješnog prijenosa s čovjeka na čovjeka među europskim stanovništvom je niska. Sustavna provedba mjera za prevenciju i kontrolu pokazala se učinkovitom u kontroli SARS-CoV i MERS-CoV virusa.

### Koji su simptomi zaraze SARS-CoV-2?

Koliko je poznato, virus može uzrokovati blage simptome slične gripi poput:

- povišene tjelesne temperature
- kašlja
- otežanog disanja
- bolova u mišićima
- umora

U težim slučajevima javlja se teška upala pluća, sindrom akutnog otežanog disanja, sepsa i septički šok koji mogu uzrokovati smrt pacijenta. Osobe koje boluju od kroničnih bolesti podložnije su težim oboljenjima.



### **Jesu li neki ljudi pod većim rizikom od drugih?**

Općenito djeca, starije osobe i osobe s kroničnim bolestima (poput povišenog tlaka, srčanih bolesti, dijabetesa, poremećaja jetre i bolesti dišnih puteva) imaju veći rizik razvoja težih simptoma zaraznih bolesti. S obzirom da se radi o novoj bolesti te su dostupni podaci nepotpuni, još ne znamo koje skupine ljudi imaju teži ishod zaraze COVID-19.

### **Postoji li liječenje bolesti uzrokovane SARS—CoV-2?**

Ne postoji posebno liječenje za ovu bolest. Pristup liječenju pacijenata s infekcijama vezanim uz koronavirus je liječenje kliničkih simptoma (npr. povišene temperature). Pružanje njege (npr. pomoćna terapija i praćenje – terapija kisikom, infuzija i antiviralni lijekovi) može biti vrlo učinkovito kod zaraženih osoba.

### **Gdje se mogu testirati?**

Ako vaš liječnik smatra da se trebate testirati na SARS—CoV-2, uputit će vas u daljnji postupak. Trenutno se dijagnostika provodi u desetak laboratorija u Hrvatskoj.

### **Što učiniti ako sam bio u bliskom doticaju s osobom oboljelom od COVID-19?**

Osoba koja je tijekom zadnjih 14 dana bila u bliskom kontaktu s oboljelim od COVID-19 bit će stavljena pod aktivni nadzor u samoizolaciji. To znači da će osoba biti u samoizolaciji doma, mjeriti tjelesnu temperaturu jednom dnevno te javiti zdravstveno stanje izabranom liječniku. Ako osoba pod zdravstvenim nadzorom razvije znakove respiratorne bolesti, postupit će u skladu sa sumnjom na COVID-19 (dogovara se transport u bolnicu radi dijagnostike i liječenja), a kontakti se stavljaju pod zdravstveni nadzor. Ako osoba po završetku zdravstvenog nadzora ne razvije simptome respiratorne bolesti, zdravstveni nadzor završava.

### **Koja su pravila za dezinfekciju/pranje ruku?**

Pranje ruku sapunom i vodom ključni su za sprječavanje infekcije. Ruke treba prati često i temeljito sapunom i toplom vodom najmanje 20 sekundi. Kada sapun i voda nisu dostupni možete koristiti dezinficijens koji sadrži najmanje 70 % alkohola. Virus ulazi u tijelo kroz oči, nos i usta. Stoga nemojte dirati lice (oči, nos i usta) neopranim rukama.

### **Jesu li kirurške maske učinkovita zaštita protiv SARS—CoV-2?**

Kirurške maske sprječavaju širenje infekcije s bolesnih ljudi na druge. Kirurške maske su manje učinkovite u zaštiti ljudi koji nisu zaraženi. Za uobičajeni socijalni kontakt s oboljelim dovoljna je kirurška maska i održavanje udaljenosti najmanje jedan metar od bolesnika. Zdravstvenim djelatnicima koji su u doticaju s pacijentima za koje se sumnja ili je potvrđen SARS—CoV-2 savjetuje se korištenje kirurške maske ili maske veće razine filtriranja (FFP2), a kod zahvata gdje se stvara aerosol FFP3 maske.

### **Postoji li cjepivo protiv SARS—CoV-2?**

Trenutno ne postoji cjepivo protiv koronavirusa, pa tako ni protiv SARS—CoV-2. Zato je važno spriječiti infekciju i njeno daljnje širenje.

### **Štiti li me ovogodišnje cjepivo protiv gripe od SARS—CoV-2?**

Virus gripe i SARS—CoV-2 su vrlo različiti i cjepivo protiv sezonske gripe ne štiti od bolesti uzrokovane virusom SARS—CoV-2. Cjepivo protiv gripe je najbolja dostupna zaštita od sezonske gripe