



**Metodické doporučení Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení,
oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 3/2020 k provedení opatření
proti onemocnění COVID-19 způsobeného koronavirem SARS-CoV-2**

**Aktualizováno v Praze dne 31. 8. 2020
Platné od 1. 9. 2020
Č. j. MV- 18103-83/OZZ-2020**



Obsah

Vymezení základních pojmů.....	3
Jak pracovat s metodickým doporučením?.....	4
Obecná opatření doporučená pro všechny skupiny pracovníků	4
1. Osobní hygienická opatření	4
2. Organizační a technická opatření	4
3. Příprava jídel a stravování	5
4. Osobní ochranné prostředky.....	5
Obecná opatření doporučená pro pracoviště.....	6
1. Hygienická opatření	6
2. Organizační a technická opatření	6
3. Další opatření pro výkon práce či služby	7
Opatření vůči veřejnosti/klientům.....	9
Režim pracoviště pracovníka s malou mírou rizika.....	10
Režim pracoviště pracovníka s velkou mírou rizika	10
Režim pracoviště ohroženého pracovníka.....	11
Jak se chovat při návratu ze zahraničí?	11
Jak postupovat v případě potvrzené positivity pracovníka nebo kontaktu pracovníka s pozitivní osobou? Co je to kontakt kontaktu? A další časté otázky.....	12
1. Potvrzená pozitivita pracovníka nebo jiné osoby, která se pohybovala na pracovišti – jaká opatření přijmout?	12
2. Potvrzený přímý kontakt pracovníka s pozitivní osobou mimo pracoviště – jaká opatření přijmout?	13
3. Kontakty na pracovníky oddělení ochrany veřejného zdraví, odboru zdravotnického zabezpečení.	14
Přílohy:	15

Metodické doporučení Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení, oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 3/2020 k provedení opatření proti onemocnění COVID-19 způsobeného koronavirem SARS-CoV-2

V souvislosti s výskytem a šířením onemocnění COVID-19 způsobeného novým koronavirem SARS-CoV-2 (dále jen „koronavir“) a v návaznosti na změny mimořádných opatření Ministerstva zdravotnictví (dále jen „mimořádná opatření MZ“) a změny mimořádných opatření krajských hygienických stanic (dále jen „mimořádná opatření KHS“) a vývoj epidemiologické situace je vydávána aktualizace tohoto metodického doporučení, jehož obsahem je metodické stanovení ochranných opatření (dále jen „opatření“), která mají zamezit šíření onemocnění COVID-19 a zajistit ochranu zdraví při výkonu služby nebo práce v Ministerstvu vnitra.

Vymezení základních pojmů

Rizikem je pravděpodobnost škodlivých následků vyplývajících z hrozby onemocnění COVID-19.

Rizikovými kategoriemi osob jsou fyzické osoby nad 65 let s přidruženými chronickými chorobami (vyjmenované v seznamu níže) a lidé s chronickým onemocněním. Mezi taková chronická onemocnění patří:

- Chronické onemocnění plic (zahrnuje i středně závažné a závažné astma bronchiale) s dlouhodobou systémovou farmakologickou léčbou.
- Onemocnění srdce a/nebo velkých cév s dlouhodobou systémovou farmakologickou léčbou např. hypertenze.
- Porucha imunitního systému, např.
 - a) při imunosupresivní léčbě (steroidy, HIV apod.),
 - b) při protinádorové léčbě,
 - c) po transplantaci solidních orgánů a/nebo kostní dřeně.
- Těžká obezita (BMI nad 40 kg/m²).
- Farmakologicky léčený diabetes mellitus.
- Chronické onemocnění ledvin vyžadující dočasnou nebo trvalou podporu/náhradu funkce ledvin (dialýza).
- Onemocnění jater (primární nebo sekundární).

Rizikovým prostředím se pro účely tohoto metodického doporučení rozumí takové prostředí, kde se příslušníci bezpečnostních sborů, státní zaměstnanci či zaměstnanci (dále jen „pracovník“) stýkají s neznámými osobami (veřejnost, klienti atp.).

Pro účely tohoto metodického doporučení jsou pracovníci rozděleni do **tří základních skupin**:

1. **Pracovník s malou mírou rizika** se při výkonu služby nebo práce pravidelně **nesetkává** s klienty z řad veřejnosti ani s okruhem ostatních pracovníků a zároveň **nepatří** do rizikové kategorie osob.



2. **Pracovník s velkou mírou rizika** se při výkonu služby nebo práce pravidelně **setkává** s klienty z řad veřejnosti nebo s okruhem ostatních pracovníků a zároveň **nepatří** do rizikové kategorie osob.
3. **Ohrožený pracovník** patří do **rizikové** kategorie osob.

Jak pracovat s metodickým doporučením?

V metodickém doporučení jsou navržena adekvátní opatření pro obecné využití na jakýchkoliv pracovištích a dále jsou stanoveny soubory opatření odstupňované podle míry rizika expozice onemocnění COVID-19. Před vybráním konkrétního opatření je třeba zvážit možnost jeho realizace v rámci pracoviště a dané opatření je vždy třeba přizpůsobit podmínkám tohoto pracoviště. **Dále je při aplikaci opatření třeba brát v potaz závažnost aktuální epidemiologické situace a mimořádná opatření MZ a KHS či opatření vydávaná ministrem vnitra a státním tajemníkem v Ministerstvu vnitra.**

V případě zhoršené epidemiologické situace v daném regionu ČR se doporučuje protiepidemická opatření zpřísnit. **Za zhoršenou epidemiologickou situaci se považuje stupeň pohotovosti III dle přehledu aktuální epidemiologické situace v ČR dostupným na stránkách:**

<https://onemocneni-aktualne.mzcr.cz/covid-19/stupne-pohotovosti>

Na zhoršenou epidemiologickou situaci v daném regionu ČR reagují kromě Ministerstva zdravotnictví také místně příslušné krajské hygienické stanice, jejichž opatřeními opatřeními je třeba se v takovém případě řídit.

Obecná opatření doporučená pro všechny skupiny pracovníků

1. Osobní hygienická opatření

- Časté mytí rukou zejména po kašlání, kýčání, po použití toalety, před, při a po přípravě jídla, po cestě veřejnou hromadnou dopravou, při zjevném znečištění. Postup je přílohou č. 1.
- Dezinfekce rukou – dezinfekce na bázi alkoholu.
- Dodržovat respirační hygienu (kašlání a kýčání do rukávu, ohnuté paže nebo do jednorázového kapesníku).
- Používat jednorázové papírové kapesníky a utěrky.
- Vyhýbat se zjevně nemocným osobám, zejména těm s příznaky respiračního onemocnění.
- Nedotýkat se rukama obličeje, očí, úst a nosu, pokud nejsou umyté.
- Věnovat zvýšenou pozornost svému zdravotnímu stavu.
- V případě zpozorování příznaků nachlazení nebo respiračního onemocnění zůstat doma.

2. Organizační a technická opatření

- Respektovat všechny zákazy a doporučení vydané státními orgány.
- Při cestování dodržovat doporučení vydaná státními orgány a dopravci.
- Zdržovat se v místnostech s vyšším počtem lidí v pouze nezbytných případech a za dodržení hygienických opatření.



- Pokud to situace dovoluje upřednostnit distanční formu komunikace (tj. telefon, e-mail, videokonference atp.)
- Udržovat dostatečnou vzdálenost od ostatních (minimálně 2 metry).
- Zajistit častější přirozené větrání prostorů za účelem výměny vzduchu.

3. Příprava jídel a stravování

- Použití oddělených nožů a ploch pro syrové maso a vařené potraviny.
- Časté mytí rukou před, při a po přípravě jídla.
- Zajištění dostatečné tepelné úpravy.

V případech stravování v jídelně/kantýně:

- Ve frontě se doporučuje dodržovat 2 metrové rozestupy.
- Před vstupem do jídelny/kantýny si vydezinfikovat ruce (nebo si je umýt teplou vodou a mýdlem, je-li umývárna k dispozici).
- Pobyt v jídelně/kantýně zbytečně neprodlužovat.
- Využívat celé délky doby výdeje jídla/provozu kantýny tak, aby nedocházelo ke zbytečnému shromažďování strážníků/zákazníků.
- Dbát pokynů personálu.
- Chovat se ohleduplně vůči ostatním a dodržovat hygienické zásady.
- Mít zakrytá ústa a nos v závislosti na aktuálním protiepidemickém opatření v ČR (roušku odkládat až těsně před jídlem).

4. Osobní ochranné prostředky

V běžném životě je užitečné, v případě, že jste nemocní, využít roušku (tzv. ústenku), která chrání vaše okolí před nákazou, případně zajistit zakrytí úst a nosu jiným vhodným způsobem (šátek, šál nebo jiný prostředek, který brání šíření kapének). Pokud není rouška nebo jiný vhodný prostředek k dispozici, je nezbytné dodržovat výše uvedená opatření a hygienické zásady a v případě příznaků respiračního onemocnění zůstat doma. **Povinné nošení roušky či jinak zakrytých úst a nosu je třeba dodržovat zejména v závislosti na obecně platných vydaných opatřeních pro daný region nebo celou ČR.**

Od 1. 9. 2020 jsou ochranné prostředky dýchacích cest povinné na následujících místech (blíže vizte přílohu č. 7):

- veřejná doprava (vč. taxi a zájezdových autobusů),
- úřady (v místech určených pro kontakt s veřejností v době, kdy slouží pro tento účel),
- volební místnosti,
- zařízení zdravotních a sociálních služeb,
- vnitřní hromadné akce nad 100 účastníků.

Případné změny (zmírnění i rozšíření nařízení) doporučujeme sledovat. Mimořádná opatření MZ a KHS jsou dostupná na:

<https://koronavirus.mzcr.cz/category/mimoradna-opatreni/>
<https://koronavirus.mzcr.cz/materialy-ke-stazeni/>

Nad rámec mimořádných opatření MZ a KHS, jimiž se nařizuje povinnost používat ochranné prostředky dýchacích cest, **doporučujeme jejich použití**



vždy při kontaktu s další osobou nebo osobami, který probíhá v menší vzdálenosti, než jsou 2 metry. Dále v místech, kde dochází ke shlukování osob (např. větší porady a jednání, jídelny, společné prostory ubytovacích, rekreačních, lázeňských a jim podobných zařízení, čekárny, fronty apod.).

Obecná opatření doporučená pro pracoviště

1. Hygienická opatření

- Pravidelně doplňovat zásobníky mýdla a dezinfekcí na ruce.
- Dezinfekce na ruce by měla být dostupná zejména u vstupu do budovy, na sociálních zařízeních, v kuchyňkách či denních místnostech, zasedacích či jednacích místnostech, popř. ve výtahu.
- Zajistit jednorázové papírové utěrky, ručníky, kapesníky.
- Zajistit pomocí plně virucidní dezinfekce dezinfekci ploch, kterých se v běžném provozu lidé nejčastěji dotýkají (kliky, madla, tlačítka ve výtahu, umyvadla, dřezové a koupelnové baterie, klávesnice, myš, plocha stolu, telefony, atp.).
- Dezinfekci provést min. 1x denně během služební/pracovní doby. V případě směnného provozu je vhodné dezinfekci provést vždy při střídání směn.
- Zajistit na pracoviště dezinfikovatelné uzavíratelné odpadkové koše pro likvidaci použitých ochranných pracovních prostředků.

2. Organizační a technická opatření

- Zajistit informovanost pracovníků ve všech směrech, týkající se onemocnění COVID-19 a přijímaných opatření (informace na intranetu, letáky na pracovišti). Hlavní témata: jaká jsou hygienická opatření, jak mám postupovat při návratu z rizikové oblasti, jak mám postupovat v případě zpozorování příznaků respiračního onemocnění.
- Nevstupovat do místa výkonu práce/služby v případě projevení se příznaků infekčního onemocnění způsobeného koronavirem; nařízení karanténních opatření, která dosud trvají; kontaktu s osobou s potvrzeným onemocněním, od kterého neuplynulo minimálně 10 dní a nebyla konzultována případná karanténní opatření s registrujícím poskytovatelem zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo s poskytovatelem pracovnělékařských služeb nebo s příslušným orgánem ochrany veřejného zdraví.
- Podrobit se měření tělesné teploty pomocí termokamery v areálech Ministerstva vnitra, které jsou termokamerou vybavené a ve kterých je měření prováděno. Platí pro státní zaměstnance a zaměstnance Ministerstva vnitra a jakékoliv další osoby vstupující do areálů Ministerstva vnitra.
- V případě projevů příznaků virového infekčního onemocnění během výkonu práce/služby opustit pracoviště a kontaktovat svého registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb.
- Zamezit vstupu do areálů Ministerstva vnitra těm osobám, které vykazují příznaky infekčního onemocnění, nebo jim byla naměřena



zvýšená tělesná teplota tam, kde je měření v areálu Ministerstva vnitra prováděno.

- Zabezpečit opatření proti vstupu na pracoviště u státních zaměstnanců a zaměstnanců, kteří nemají směnu nebo nebyli výslovně povoláni na pracoviště představeným nebo vedoucím zaměstnancem.
- Vymezit koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod státních zaměstnanců a zaměstnanců na konkrétní pracoviště, tak aby se minimalizoval kontakt státních zaměstnanců a zaměstnanců z různých směn a pracovišť a kontakt s veřejností.
- Vymezit koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod a pohyb veřejnosti do/z areálech Ministerstva vnitra.
- Omezit zahraniční služební cesty, povolit je v závislosti na aktuální epidemiologické situaci v zahraniční destinaci.
- V odůvodněných případech povolit výkon služby/práce z jiného místa.
- V případě stravovacího zařízení na pracovišti zajistit provoz se zvýšenými hygienickými opatřeními, které jsou stanovené Metodickým doporučením Ministerstva vnitra, odboru zdravotnického zabezpečení, oddělení ochrany veřejného zdraví, č. 4/2020.
- Zajistit častější přirozené větrání pracovních prostorů za účelem výměny vzduchu.
- Ve společných kuchyňkách zajistit mycí a dezinfekční prostředky vč. jednorázových utěrek a odpadních uzavíratelných a dezinfikovatelných nádob a úklid s dezinfekcí min. 1x denně.
- V případě neodkladných prezenčních porad a shromáždění v zasedacích a jednacích místnostech dodržovat hygienická pravidla jako jsou zejména zajištění větrání místnosti, poskytnutí dezinfekčních prostředků na ruce u vstupu a pro průběžné využití, provedení úklidu dle pravidel v bodu 1 výše. Doporučuje se dodržet bezpečné rozestupy (minimálně 2 metry) a nošení zakrytých úst a nosu dodržovat v závislosti na platných mimořádných opatřeních MZ či KHS.

3. Další opatření pro výkon práce či služby

Tato opatření se týkají provozu pracovišť v době nouzového stavu či v době zhoršené epidemiologické situace.

- Nařízení přesčasů a pohotovosti u pracovníků.
- Využití služebních vozidel pro dosah v rámci pohotovostí.
- Navýšení mobilních dat krizovým pracovníkům.
- Zajištění notebooku pro práci z domova v rámci pohotovosti.
- Zřízení krizových či informačních linek.
- Zřízení linky psychologické první pomoci pro pracovníky.
- Zajistit ubytování pro pracovníky, kteří mají být dostupní a nežijí ve městě, jež je místem výkonu služby/práce.
- Zajistit možnost dojíždění služebním autem nebo soukromým autem se zajištěním (nebo proplácením) parkování pro pracovníky, kteří jsou ohrožení nebo pracovníky, kteří mají být dostupní.



- Omezit agendu a přímý kontakt s veřejností na nezbytně nutné minimum.
- Nepořádat hromadné porady a jednání, pokud to není nezbytně nutné, vždy zvážit možnost videokonference.
- Neshromažďovat se a snížit kontakt s lidmi na minimum, využívat distanční formy komunikace (kontaktovat se pomocí telefonu, e-mailu, videokonferencí atp.), tzn., např. odložit konání interních porad a shromáždění atp.
- Odložit prezenční školení s výjimkou těch, která jsou povinná ze zákona, a i zde zvážit distanční formu vzdělávání.
- Povolit výkon služby/práce z jiného místa osobám spadajícím do rizikové kategorie nebo těm, jejichž charakter práce to umožňuje.
- Osobám spadajícím do rizikové kategorie zamezit/omezit kontakt s veřejností a klienty zvenčí, umožnit jim práci mimo tyto prostory.
- Snížit počet pracovníků na pracovišti na možné minimum – cestou výkonu služby/práce z jiného místa nebo cestou rozvržení služební/pracovní doby do směn/skupin při zachování týdenní služební/pracovní doby.
- V případě pružné služební/pracovní doby doporučit v případě cestování veřejnou hromadnou dopravou využívat časy, ve kterých jezdí méně lidí (odhadované nejvytíženější časové rozmezí je 7:30 – 9:30, 16:00 – 18:00).
- Stravování na pracovišti zajistit formou dovážené stravy, aby bylo omezeno vycházení pracovníků z úřadu do veřejných prostor stravovacích zařízení, kde dochází ke kontaktu s dalšími osobami zvenčí vymezit časové bloky pro jednotlivé skupiny pracovníků tak, aby se pracovníci jednotlivých skupin ve stravovacím zařízení nepotkávali. Po každé skupině je vhodné zajistit dezinfekci stolů a dalšího zařízení, kterého se strážník běžně dotýká (stoly, židle atd.). Lze stravu zajistit formou balíčku nebo krabičky a omezit možnost stravy na místě výdeje, tj. samostatné stravování v kanceláři. Zajistit samostatné stravování veřejnosti.
- Zvýšit frekvenci úklidu a dezinfekci pracoviště.
- V případě neodkladných prezenčních porad a shromáždění v zasedacích a jednacích místnostech dodržovat hygienická pravidla jako jsou: zakrytá ústa a nos, vzdálenost min 2 metry, zajištění větrání místnosti, poskytnutí dezinfekčních prostředků na ruce u vstupu a pro průběžné využití, provedení úklidu před každým dalším jednáním.
- Dodržovat bezpečnou vzdálenost 2 metry.
- Při stravování v kuchyňkách i v jídelnách dodržovat odpovídající opatření, tj. zejména bezpečná vzdálenost, zbytečně se v místě nezdržovat a neshromažďovat, zakázat volného odkládání špinavého nádobí, odkládat roušku až bezprostředně před jídlem.
- Nosit roušky či jinak zakrytá ústa a nos v závislosti na obecně platných vydaných mimořádných opatřeních MZ či KHS.
- Zajistit možnost dojíždění služebními autem pracovníkům, kteří spadají do rizikové kategorie osob nebo kteří mají nařízenou pohotovost, pokud



je tak stanoveno společným opatřením ministra vnitra a státního tajemníka v Ministerstvu vnitra.

Opatření vůči veřejnosti/klientům

- Je-li to možné upřednostnit distanční formy komunikace s klienty a veřejností (komunikovat cestou telefonů, emailů).
- Zvážit zachování povolení návštěv pracoviště pouze na objednání.
- Seznámení veřejnosti se zásadami hygieny, které je třeba dodržovat během návštěvy pracoviště, např. formou letáku.
- V závislosti na vývoji epidemiologické situace vybavit zaměstnance, kteří přicházejí do přímého kontaktu s klienty/veřejností, osobními ochrannými prostředky v případě, že nelze nastavit taková organizační nebo technická opatření, která by zamezila přímému kontaktu s klientem, a dezinfekčními prostředky na ruce.
- Doporučuje se nadále dodržovat při jednání odstup alespoň 2 metry či provádět jednání prostřednictvím pracovišť vybavených přepážkou se sklem či obdobnou bariérou chránící proti přenosu koronaviru.
- Zabezpečit vybavení klientské části dezinfekčními prostředky na ruce.
- Omezit nutný přímý kontakt na nezbytně nutnou dobu.
- Vyžadovat, aby další osoby měly v době jednání zakrytá nos a ústa rouškou či jiným způsobem, který zamezí šíření kapének s výjimkou doby nezbytně nutné k provedení úkonů, u nichž je dočasné sejmutí ochranných prostředků klienta nezbytné (zejména při nabrání biometrických dat, pořízení fotografie apod.), a to v závislosti na aktuálních protiepidemických opatřeních v příslušném regionu nebo v celé ČR, kam spadá pracoviště, popř. tam, kde je vysoká koncentrace osob bez bezpečných rozestupů (např. hromadné čekárny pro 50 a více osob atp.).
- Při manipulaci s papírovými dokumenty a po činnostech, při kterých měl klient sejmuté ochranné prostředky dle předchozího bodu, dodržovat důsledně hygienu rukou, po každé manipulaci s papírovými dokumenty a po nabírání biometrických dat si umýt a dezinfikovat ruce a dle potřeby provést též dezinfekci místa a použitého zařízení, které mohlo být zasaženo kapénkami nebo aerosolem.
- Nedotýkat se obličeje, očí, úst a nosu, pokud nebyly ruce řádně umyté.
- Doporučuje se nadále využívat vymezené koridory/trasy konkrétních staveb pro příchod státních zaměstnanců a zaměstnanců na konkrétní pracoviště, tak aby se minimalizoval kontakt státních zaměstnanců a zaměstnanců z různých směn a pracovišť.
- Doporučuje se nadále dodržovat vyhrazení hygienických zařízení určených výlučně pro klienty/veřejnost (resp. pro osoby odlišné od státních zaměstnanců a zaměstnanců Ministerstva vnitra a osob vykonávajících službu podle jiného právního předpisu zařazených k výkonu služby v Ministerstvu vnitra).
- V případě vstupu veřejnosti/klientů do budovy se doporučuje, aby vstupující vyplnil čestného prohlášení o bezinfekčnosti.



4. Osobní ochranné pracovní prostředky (dále jen „OOPP“)

- Rukavice.
- Brýle.
- Respirátor FFP3 (nebo FFP2), (popř. rouška).

OOPP se doporučuje nadále používat především pracovníkům s velkou mírou rizika v případě, že nelze nastavit organizační nebo technická opatření.

Soubor opatření z hlediska tří základních skupin pracovníků:

Režim pracoviště pracovníka s malou mírou rizika

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.

Režim pracoviště pracovníka s velkou mírou rizika

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.
- Je-li to možné upřednostnit distanční formu komunikace s klienty a veřejností (komunikovat cestou telefonů, e-mailů).
- Omezení nutného přímého kontaktu s klienty na nezbytně nutnou dobu.
- Doporučuje se nadále dodržovat při jednání odstup alespoň 2 metry.
- Využití technických opatření (např. kontaktních místa s bariérami – přepážkami).
- Obě části – jak klientská část, tak pracoviště – by měly mít možnost řádného větrání okny.
- Provádět pravidelný úklid ploch na mokro dezinfekčním prostředkem, který má virucidní účinek.
- Umístit u vchodu do klientské části dezinfekční prostředek na ruce, aby měl každý klient možnost provést dezinfekci rukou dříve, než přistoupí ke klientskému okénku, informacím nebo „rezervačnímu automatu“.
- Zajistit zásobníky s jednorázovými ubrousky u vchodu pro klienty.
- Poskytnout dezinfekci na ruce pracovníkům a jednorázové ubrousky.
- Používat OOPP v případě, že nelze nastavit taková organizační nebo technická opatření, která by zamezila přímému kontaktu s klientem.
- Vyžadovat, aby další osoby měly v době jednání zakrytá nos a ústa rouškou či jiným způsobem, který zamezí šíření kapének a aerosolu s výjimkou doby nezbytně nutné k provedení úkonů, u nichž je dočasné sejmutí ochranných prostředků klienta nezbytné (zejména při nabrání biometrických dat, pořízení fotografie apod.), a to v závislosti na aktuálních protiepidemických opatřeních v příslušném regionu ČR, kam spadá pracoviště, nebo platných pro celou ČR, popř. tam, kde je vysoká koncentrace osob bez bezpečných rozestupů (např. hromadné čekárny pro 50 a více osob atp.).
- Pokud je pracoviště vybaveno přepážkou, není třeba používat respirátory a roušky, přesto by měly být k dispozici.
- Zajistit likvidaci jednorázových OOPP. Použité jednorázové OOPP ukládat do pytlů a uzavíratelné dezinfikovatelné nádoby.
- Při manipulaci s papírovými dokumenty a po činnostech, při kterých měl klient sejmuté ochranné prostředky dle předchozího bodu, dodržovat důsledně



hygienu rukou, po každé manipulaci s papírovými dokumenty a po nabírání biometrických dat umýt a dezinfikovat ruce a dle potřeby provést též dezinfekci místa a použitého zařízení, které mohlo být zasaženo kapénkami.

- Nedotýkat se obličeje, očí, úst a nosu, pokud nebyly ruce řádně umyté.

Režim pracoviště ohroženého pracovníka

- Platí výše uvedená obecná opatření doporučená pro všechny pracovníky.
- Omezit cestování veřejnou hromadnou dopravou, popř. cestovat osobním vozem nebo zajistit svoz služebním vozem, zejména je-li v regionu zhoršená epidemiologická situace.
- Je-li to možné, omezit kontakt ohrožených pracovníků s veřejností v budově pracoviště a i s ostatními pracovníky.
- Povolit službu/práci z jiného místa nebo se domluvit na dovolené, převedení na jiné pracovní či služební místo atp., zejména je-li v regionu zhoršená epidemiologická situace.

Další informace:

Jak se chovat při návratu ze zahraničí?

Doporučuje se všem, kteří se vrátí z pobytu v oblastech mimo ČR, který trval déle než 24 hodin, a to i v případě návratu z oblastí s nízkým rizikem výskytu onemocnění COVID-19, **dodržovat po dobu 14 dnů po návratu (odpovídá inkubační době onemocnění COVID-19) následující hygienická opatření v rámci výkonu práce/služby s cílem zamezit zavlečení onemocnění COVID-19 na pracoviště:**

1. Po dobu 14 dnů pravidelně sledovat svůj zdravotní stav, vč. měření teploty, a zdravotní stav osob ve společné domácnosti, které též byly účastníky zahraniční cesty. Jedná se zejména o sledování známek počínajícího virového infekčního onemocnění (např. zvýšená tělesná teplota/horečka, kašel, dušnost, náhlá ztráta chuti nebo čichu), ale i případného jiného zhoršení zdravotního stavu. Veškeré případné zdravotní potíže ihned telefonicky hlásit příslušnému registrujícímu praktickému lékaři, případně lékaři pracovnělékařských služeb.
2. V případě zpozorování příznaků virového infekčního onemocnění (výčet těchto příznaků vizte výše v bodě 1) nevstupovat na pracoviště, nebo v případě, že se příznaky objeví během plnění pracovních/služebních povinností, okamžitě pracoviště opustit a o této skutečnosti informovat bezprostředně nadřízeného představeného/vedoucího zaměstnance/služebního funkcionáře, který určí způsob dalšího plnění jeho pracovních úkolů, a svého registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který rozhodne o dalším postupu.
3. V rámci výkonu práce/služby minimalizovat kontakt s dalšími pracovníky na nezbytně nutnou dobu.



4. Při nutném kontaktu s dalšími pracovníky dodržovat bezpečnou vzdálenost minimálně 2 metry.
5. V případech, kdy nelze dodržovat bezpečnou vzdálenost minimálně 2 metry od ostatních pracovníků, použít ochranné prostředky dýchacích cest.
6. Dodržovat zvýšená hygienická opatření (zejm. dodržování hygieny a dezinfekce rukou, dodržování respirační hygieny, tj. kašláním a kýcháním do rukávu, ohnuté paže nebo do jednorázového kapesníku, používání jednorázových papírových kapesníků a utěrek, častější větrání pracoviště apod.).
7. Neúčastnit se kolektivních akcí Ministerstva vnitra/organizačních složek Ministerstva vnitra, omezit služební nebo pracovní cesty a cesty mimo pravidelné pracoviště na nezbytně nutné případy.
8. Neúčastnit se hromadných jednání a porad (netýká se účasti prostřednictvím prostředků komunikace na dálku). V případě nutné fyzické přítomnosti pracovníka na jednáních nebo poradách použít ochranné prostředky dýchacích cest a dodržovat hygienické zásady dle bodu 6.
9. Neúčastnit se hromadného závodního stravování (nezdržovat se v jídelně – jídlo si brát ideálně s sebou).

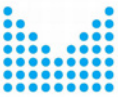
Při návratech z oblastí mimo Českou republiku je nutné mimo výše uvedené nadále bezpodmínečně **dodržovat aktuální ochranné opatření Ministerstva zdravotnictví o vstupu osob na území České republiky¹**, které definuje další podmínky návratu z oblastí, které nejsou na seznamu zemí s nízkým rizikem výskytu onemocnění COVID-19.

Jak postupovat v případě potvrzené positivity pracovníka nebo kontaktu pracovníka s pozitivní osobou? Co je to kontakt kontaktu? A další časté otázky.

1. Potvrzená pozitivita pracovníka nebo jiné osoby, která se pohybovala na pracovišti – jaká opatření přijmout?
 - a) Připravit seznam osob, které byly v rámci pracoviště s pozitivní osobou v přímém kontaktu (tj. kontakt delší než 15 min a v kratší vzdálenosti než 2 metry) zpětně 5 dní od data zjištění positivity. V seznamu uvést jméno pozitivního pracovníka a jména kontaktů, telefonní čísla a okolnosti kontaktu (datum přímého kontaktu, délka a vzdálenost kontaktu, použití ochranných pomůcek, vnitřní/vnější prostory, případně další podstatné skutečnosti).
 - b) Kontaktovat telefonicky oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, které na základě připravených podkladů provede epidemiologické šetření a informuje o nutných protiepidemických opatřeních.

¹ Platné ochranné opatření MZ k 31. 8. 2020:

<https://koronavirus.mzcr.cz/wp-content/uploads/2020/08/Ochranne-opatreni-omezeni-prekroceni-statni-hranice-CR-s-ucinnosti-od-25-8-2020.pdf>



- c) Zajistit představeným nebo vedoucím zaměstnancem provedení úklidu a dezinfekce pracoviště (úklid na mokro s použitím virucidních dezinfekčních přípravků se zaměřením na dezinfekci a úklid ploch, kterých se v běžném provozu pracovníci dotýkají, pracoviště řádně vyvětrat).
 - d) V případě významně epidemiologického kontaktu (tj. v posledních 5 dnech proběhl přímý kontakt s pozitivní osobou, který trval déle než 15 min a byl v kratší vzdálenosti než 2 metry) zůstat doma nebo, je-li to možné, vykonávat práci/službu z jiného místa do doby přijetí protiepidemických opatření potvrzených orgánem ochrany veřejného zdraví. V opačném případě je nutné dodržovat zvýšená hygienická opatření (zejm. používání ochranných prostředků dýchacích cest, úklid a dezinfekce pracoviště, mytí a dezinfekce rukou, bezpečná vzdálenost minimálně 2 metry).
 - e) V případě nutné karantény kontaktovat primárně svého registrujícího praktického lékaře nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který nařídí karanténu (vystaví e-neschopenku nebo potvrzení o karanténě) a vystaví žádanku na kontrolní testy RT-PCR na přítomnost koronaviru a podá další informace o postupu.
 - f) Pracovníka v izolaci (pozitivní na COVID-19) bude kromě oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, kontaktovat taktéž civilní hygiena (tj. krajská hygienická stanice), která má v gesci trasování soukromých a rodinných kontaktů.
2. Potvrzený přímý kontakt pracovníka s pozitivní osobou mimo pracoviště – jaká opatření přijmout?
- a) Pracovník podá vhodným distančním způsobem informace svému nadřízenému nebo přímo oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, jak kontakt s pozitivní osobou probíhal (datum přímého kontaktu, délka a vzdálenost kontaktu, použití ochranných pomůcek, vnitřní/vnější prostory).
 - b) O kontaktu je třeba telefonicky informovat oddělení ochrany veřejného zdraví odboru zdravotnického zabezpečení, které provede posouzení rizika a informuje o nutných protiepidemických opatřeních.
 - c) Pracovník, který byl s pozitivní osobou v přímém kontaktu, od kterého neuplynulo minimálně 10 dní, přičemž kontakt trval déle než 15 min a byl v kratší vzdálenosti než 2 metry, zůstává doma nebo, je-li to možné, vykonává práci/službu z jiného místa do doby přijetí protiepidemických opatření potvrzených orgánem ochrany veřejného zdraví.
 - d) Ostatní pracovníci, kteří byli v kontaktu s pracovníkem, který byl mimo pracoviště v přímém kontaktu s pozitivní osobou, **jsou tzv. kontakty kontaktu. Na tyto osoby se nevztahují karanténní opatření.** Přesto je třeba, aby o karanténě kolegy byli představeným nebo vedoucím zaměstnancem informováni a kontrolovali svůj zdravotní stav po dobu 14 dnů.



- g) Pracovník, který byl v přímém kontaktu s pozitivní osobou a který se musí podrobit karanténě, kontaktuje primárně svého registrujícího praktického lékaře nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb, který mu nařídí karanténu (vystaví e-neschopenku nebo potvrzení o karanténě) a vystaví žádanku na kontrolní testy RT-PCR na přítomnost koronaviru a podá další informace o postupu.

3. Kontakty na pracovníky oddělení ochrany veřejného zdraví, odboru zdravotnického zabezpečení.

Jednotné číslo: **704 844 400**

Další kontakty:

- Mgr. Ilona Krsková, tel: 974 827 578, 603 190 065
email: ilona.krskova@mvcr.cz
- Mgr. Eliška Melzerová, tel: 974 827 552, 603 190 998
email: eliska.melzerova@mvcr.cz
- MUDr. Mirek Švec, tel: 974 222 466, 603 190 806
email: mirek.svec@mvcr.cz
- Mgr. Vojtěch Hassmann, tel: 974 827 567, 731 553 028
email: vojtech.hassmann@mvcr.cz
- MUDr. Jiří Materna, tel: 974 721 690
email: jiri.materna@mvcr.cz

Dostupnost: Po – Pá: od 7:00 do 15:45
So – Ne: od 9:00 do 15:00



Přílohy:

1. Plakát mytí rukou.
2. Základní informace o koronaviru.
3. Mýty o koronaviru.
4. Co dělat pokud cestujete z oblasti nákazy.
5. Připravte své pracoviště na COVID-19.
6. Desatero ke koronaviru.
7. Roušky v ČR od 1. září 2020.
8. Na veřejnosti bezpečně.
9. Jak zabránit nákaze a šíření viru – základní zásady.

Mgr. Eliška Melzerová
vrchní ministerský rada
odbor zdravotnického zabezpečení
oddělení ochrany veřejného zdraví



Efektivní mytí rukou

Trvání procedury: nejméně 20 sekund



1 Namočte si ruce vodou.



2 Přidejte dostatečné množství mýdla.



3 Krouživými pohyby rozetřete mýdlo na rukou dlaní o dlaň.



4 Pravou dlaní třete hřbet levé ruky s proloženými prsty a pak ruce vystřídejte.



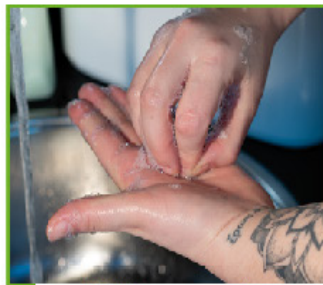
5 Třete dlaní o dlaň s proloženými prsty.



6 Vrchní stranu prstů jedné ruky vložte do druhé dlaně a mněte. Poté ruce vyměňte.



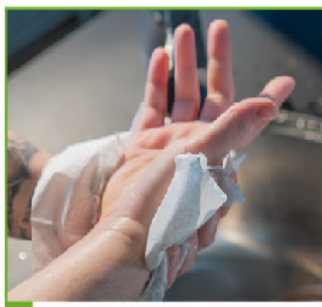
7 Krouživě třete levý palec sevřenou pravou dlaní. Poté ruce vyměňte.



8 Krouživě třete tam a zpět sevřené špičky prstů pravé ruky v levé dlaní a poté ruce vystřídejte.



9 Řádně si opláchněte ruce vodou.



10 Důkladně si ruce osušte ručníkem na jedno použití.



11 Při zavírání kohoutku použijte ručník.



Nyní jsou vaše ruce
čisté a bezpečné!



Základní informace

V souvislosti s aktuálním výskytem koronaviru přinášíme základní informace o tomto onemocnění.

Není nutné se onemocnění obávat.

Je třeba se chovat zodpovědně a chránit sebe i své okolí.

Příznaky



Zvýšená teplota



Kašel



Dušnost



Bolest svalů



Únava

Jak snížit riziko nákazy



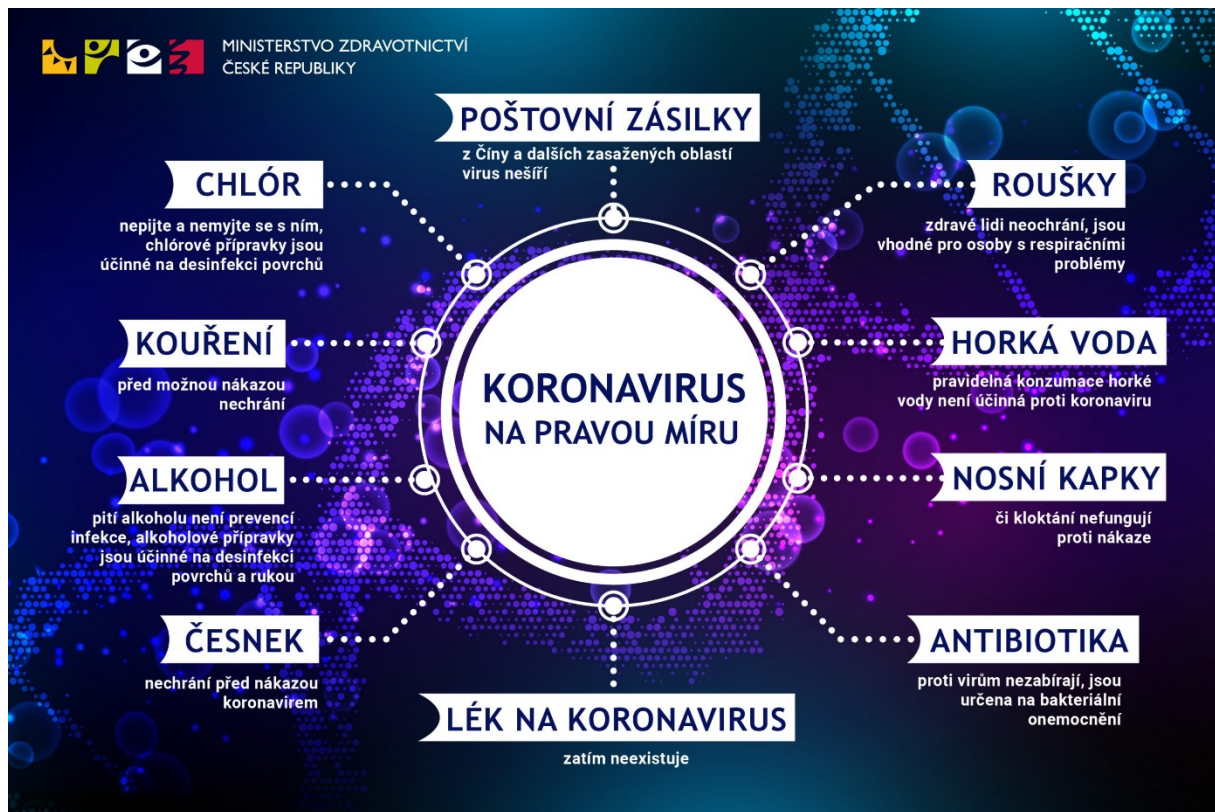
Při kýchání nebo kašlání si z akryvejte ústa kapesníkem nebo paží, nikdy nekýchejte nebo nekašlejte do dlaní

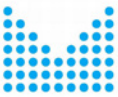


Často a důkladně si myjte ruce mýdlem a vodou



Vyhýbejte se zjevně nemocným a místům s vyšším počtem lidí





CO DĚLAT, POKUD CESTUJETE Z OBLASTÍ NÁKAZY NOVÝM KORONAVIREM A OBJEVÍ SE U VÁS TEPLOTA, KAŠEL NEBO DUŠNOST?



Pokud se u Vás během letu vyskytnou příznaky respiračního onemocnění, informujte neprodleně palubní personál.



V případě, že jste již na letišti, neopouštějte prostor letiště a vyhledejte stálou lékařskou službu na letišti.



Pokud jste již doma, nikam nechoďte. Vyhněte se kontaktu s ostatními lidmi.



Telefonicky kontaktujte svého lékaře nebo lékařskou pohotovostní službu. Informujte je o svém pobytu v rizikové oblasti.



Často si myjte ruce mýdlem a vodou. Pokud nejsou dostupné, používejte dezinfekční prostředky na bázi alkoholu.

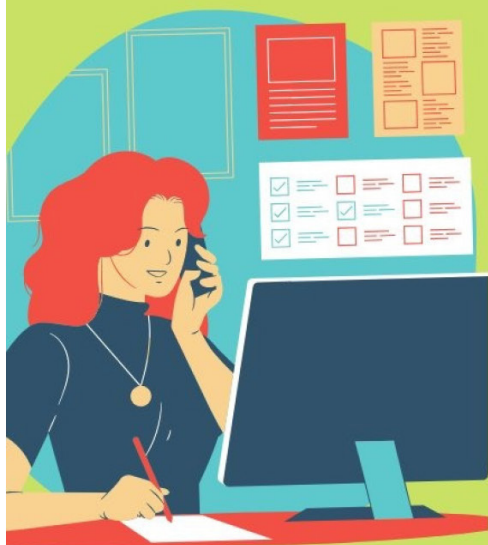


Při kašli si zakrývejte ústa a nos kapesníkem nebo použijte rukáv, ne ruce!

Zpracoval Státní zdravotní ústav, Praha podle CDC, USA



Připravte své pracoviště na #COVID19



#Coronavirus



World Health
Organization

**Udržujte pracoviště
čistá a hygienická**

**Podporujte pravidelné
a důkladné mytí rukou**

**Podporujte dobrou
hygienu dýchacích cest**

**Před služební cestou
se seznamte
s doporučeními
na www.mzcr.cz**

**Poradte nemocným,
aby zůstali doma**



DESATERO KE KORONAVIRU



01

Často a důkladně si
myjte ruce mýdlem či
dezinfekčním gelem

Pravidelně otírejte
dezinfekčními ubrousky
také vlastní předměty
(např. mobilní telefon)

02



03

Kašlete a kýchejte do
kapesníku či rukávu

Používejte jednorázové
kapesníky a poté je
vyhodte

04



05

Vyhýbejte se velkému
uskupení osob a udržujte
si bezpečný odstup
(cca 2 metry)



06

Eliminujte kontakt s
nemocnými lidmi

Necestujte do
zasážených lokalit

07

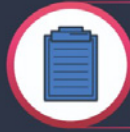
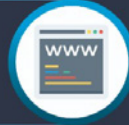


08

Pokud se necítíte dobře,
zůstaňte doma

Sledujte aktuální
informace na ověřených
webech (mzcr.cz, szu.cz)

09



10

Řiďte se doporučením
příslušných úřadů a
vlády ČR

Děkujeme Vám za zodpovědný přístup a ohleduplnost k ostatním.

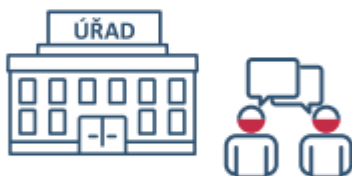


ROUŠKY V ČR OD 1. ZÁŘÍ



Veřejná doprava

MHD, meziměstská doprava
(autobusy, vlaky), taxislužby,
zájezdové autobusy



Úřady

Místnosti určené pro kontakt
s veřejností v době, kdy slouží
pro tento účel



Volební místnosti

Více informací na
koronavirus.mzcr.cz



Zařízení zdravotních a sociálních služeb

Nemocnice, polikliniky, ambulance,
domovy pro seniory, stacionáře,
lékárny a další



Vnitřní hromadné akce nad 100 účastníků





Na veřejnosti bezpečně



1.

Pokud se necítíte zdravotně dobře, zůstaňte doma



2.

Pokud máte příznaky covid-19, telefonicky kontaktujte svého praktického lékaře. Mimo ordinální dobu volejte lékařskou pohotovostní službu



3.

Pravidelně si myjte ruce teplou vodou a mýdlem a používejte dezinfekci



4.

Roušku mějte po ruce. Doporučujeme používat roušku ve veřejné dopravě, vnitřních prostorách a v místech s velkou koncentrací lidí



5.

Dodržujte bezpečný odstup od ostatních



6.

Pokud je to možné, platte bezkontaktně kartou či mobilním telefonem

Mimořádná opatření
a více informací na:
koronavirus.mzcr.cz



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Co mohu udělat, abych zabránil nákaze a šíření viru



Často si umývejte ruce mýdlem a vodou,
nebo použijte dezinfekční gel



Při kašli a rýmě použijte výhradně
jednorázové kapesníky



Vyhod'te použitý kapesník
(pak si umyjte ruce)



Pokud nemáte kapesník,
použijte rukáv



Nedotýkejte se očí, nosu a úst
nemytýma rukama



Vyhýbejte se kontaktu
s nemocnými lidmi