



Osnovna šola Frana Kocbeka Gornji Grad
Kocbekova cesta 21
3342 Gornji Grad

Tel: (03) 839 12 40

E-pošta: sola.gornji-grad@guest.arnes.si

**PROTOKOL IN AKTIVNOSTI,
SKLADNO S HIGIENSKIMI PRIPOROČILI
ZA VRTEC PRI
OŠ FRANA KOCBEKA GORNJI GRAD
ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA SARS CoV-2**

Ravnateljica:

Blanka Nerad

Gornji Grad, 1. september 2020



1. Uvod

Pojav novega koronavirusa pomeni dodatno tveganje v življenju in potrebo po spremembi obnašanja ter prilagoditvah. Tveganje za širjenje okužbe s SARS-CoV-2 je odvisno od epidemiološke situacije in izvajanja ukrepov. Kljub izvajanju vseh ukrepov se lahko še vedno pojavijo primeri COVID-19 in druge okužbe. Z odstopanjem od ukrepov se tveganje za prenos okužbe SARS-CoV-2 zvišuje. **Osnovno vodilo ostaja, da pridejo v vrtec samo zdravi otroci oz. zaposleni.** Pomembno je, da so starši in zaposleni seznanjeni s simptomi in znaki bolezni COVID-19 in ob pojavu simptomov in znakov pravilno ukrepajo.

Najpomembnejši ukrep za nadzor okužbe je, da bolni ostanejo doma. Higiena kihanja in kašlja ter vzdrževanje primerne razdalje sta ključnega pomena za omejevanje širjenja virusa in drugih mikroorganizmov s kapljicami, medtem ko sta higiena rok in zlasti izogibanje dotikanju obraza z nečistimi rokami pomembna za preprečevanje posrednega stika z mikroorganizmi. Povečana fizična razdalja med ljudmi zmanjšuje možnost okužbe, še preden se pojavijo znaki in simptomi bolezni. Kljub izvajanju vseh ukrepov se lahko še vedno pojavijo primeri COVID-19 in druge okužbe. Če se izvajajo navedeni ukrepi za preprečevanje okužb, bodo možnosti za širjenje okužbe bistveno manjše. Potrebno se je zavedati, da manj izvajanja ukrepov pomeni manjšo varnost.

2. Zdravstvene omejitve

Splošni higienski ukrepi

Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za pediatrijo je posodobil zdravstvene omejitve za otroke za vrnitev v vrtec ob ponovnem odprtju (Priloga 1). V sklepu RSK za pediatrijo je navedeno, naj imajo kronično bolni otroci s potencialno večjim tveganjem za težji potek COVID-19 pred vstopom v vrtec opravljeno individualno oceno tveganja. Oceno opravi izbrani pediater po posvetu z lečečim subspecialistom in družino.

Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za medicino dela, prometa in športa je opredelil zdravstvene omejitve za zaposlene v vrtcu za vrnitev na delovno mesto ob ponovnem odprtju (Priloga 2). V primeru, da je v družini oz. v istem gospodinjstvu drug otrok, mladostnik ali



odrasla oseba, ki ima zdravstvene omejitve, odsvetujemo vrnitev v vrtec. O umiku z delovnega mesta zaradi zdravstvenih razlogov odloča zdravnik – specialist medicine dela, prometa in športa, ki presoja individualno in so mu predlagane bolezni le smernice pri delu. V vrtec naj prihajajo le zdravi otroci in osebje. Starši morajo biti hkrati seznanjeni, da obstaja tveganje za prenos okužbe z virusom SARS-CoV-2. Temu ustrezno naj skušajo zaščititi svoje morebitne starejše ali imunsko oslabele sorodnike oziroma osebe, ki so jim blizu – kontakt z njimi naj bo le na zadostni razdalji ali z uporabo maske.

3. Prvi/ponovni prihod v vrtec

Starši pred ponovnim prihodom otroka v vrtec vodstvu vrtca sporočijo, da bodo otroka ponovno pripeljali v vrtec. Ob prihodu otroka prinesejo podpisano izjavo (Priloga 3). Starši naj spremljajo zdravstveno stanje otroka in v primeru, da zboli, obvestijo vrtec in otroka ne pripeljejo v vrtec. Skladno z nasveti na obrazcu (priloga 3) postopajo tudi zaposleni.

Uvajanje otrok v vrtec

Ob uvajanju otrok v vrtec je lahko prisoten eden od staršev. Starš naj dosledno izvaja vse higienske ukrepe in v igralnicah uporablja zaščitno masko. Starš naj, kolikor se le da, ostaja na enem mestu in nima stikov z drugimi otroki.

Ob vstopu v skupino podpiše izjavo, da:

- 1) v zadnjih 14 dneh ni imel katerega koli od naslednjih simptomov/znakov: povišana telesna temperatura, kašelj, glavobol, slabo počutje, boleče žrelo, nahod, težko dihanje (občutek pomanjkanja zraka), driska oz. je bil v tem obdobju zdrav;
- 2) v zadnjih 14 dneh ni bil v stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba s SARS-CoV-2;
- 3) mu ni bila odrejena karantena;
- 4) v zadnjih 14 dneh od zdravnika oz. epidemiološke službe ni dobil priporočila za samoizolacijo.



4. Ukrepi

Za zaščito tako osebja kot otrok pred okužbo s SARS-CoV-2 je potrebno, da **v vrtce prihajajo le zdravi otroci in osebje**, potrebno je tudi izvajanje **splošnih higienskih in ostalih ukrepov**:

- Redno in temeljito umivanje rok z milom in vodo.
- V primeru, da voda in milo nista dostopna, si roke razkužimo z namenskim razkužilom za roke.
- Umivanje ali razkuževanje rok je potrebno pred jedjo, po jedi, po prihodu s stranišča ali pred in po menjavi plenice, po prihodu s sprehoda oz. igranja zunaj, po vsakem prijemanju kljuk, npr. vstopanje v igralnice, po dotikanju ograje ali po dotikanju drugih površin ...
- Ne dotikajmo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.
- Upoštevamo pravila higiene kihanja in kašlja (preden zakašljamo/kihnemo, si pokrijemo usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljamo/kihnemo v zgornji del rokava). Papirnat robček po vsaki uporabi odvržemo med odpadke in si nato umijemo roke z milom ter vodo.
- Zaprte prostore pred prihodom otrok in po njihovem odhodu ter večkrat dnevno temeljito prezračimo (na stežaj odprta okna).
- Upoštevamo medosebne razdalje 1,5–2 metra.
- Če je mogoče, ne uporabljamo javnega prevoza.
- Vsi pogovori, sestanki se opravijo po telefonu ali preko računalniške povezave. Splošna navodila za preprečevanje okužbe s povzročiteljem COVID-19 so dosegljiva na spletni strani: <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>.
- V vrtce vstopajo samo otroci in zaposleni, starši, ki naj upoštevajo vse potrebne ukrepe, ostali le po potrebi po predhodni najavi in naj upoštevajo vse potrebne ukrepe (nošenje maske, higiena rok, kašlja ...).
- Uporaba mask v zaprtih prostorih v skladu s priporočili.
Navodila za pravilno namestitev in odstranitev maske so dosegljiva na povezavi: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lectorirano.pdf.



5. Možnost izvajanja ukrepov v vrtcu

Za preprečevanje okužbe so na voljo številni ukrepi. Temeljijo na spoznanjih o novem povzročitelju in bolezni ter se spreminjajo.

Tabela: Ukrepi in možnost izvajanja ukrepov v vrtcu

UKREPI	Zaposleni – vzgojitelji/-ce	Zaposleni – drugi	Otroci	Dodatni ukrepi
Bolni ne prihajamo v vrtec ali na delo.	+	+	+	
Umivanje rok.	+	+	+	Vzgojiteljica pomaga ali usmerja otroke.
Razkuževanje rok.	+	+	-	
Ne dotikajmo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.	+	+	-	Uporaba zunanjih igral z omejitvijo, otroci si ne delijo igrač, uporaba igrač izključno v vzgojni skupini, ne igrajo se z igračami, ki se jih ne da čistiti, osebje ne nosi nakita.
Pravilna higiena kašlja in kihanja.	+	+	+/-	
Upoštevanje zadostne medosebne razdalje, vsaj od 1,5 do 2 metra (večja razdalja pomeni večjo varnost).	-	+	-	Manjše stalne vzgojne skupine otrok in vzgojiteljice, odrasli se izogibajo dotikanju npr. ob pozdravu,



				načrtovanje prihoda in odhoda otrok, da zmanjšamo gnečo, čim več bivanja zunaj.
Zaprte prostore večkrat dnevno temeljito prezračimo.	+	+	+	
Prostore je potrebno redno čistiti in razkuževati.	+	+	+	
Uporaba maske.	+/-	+	-	Manjše stalne vzgojne skupine otrok in vzgojiteljice, ostali nosijo maske, bližini se izogibajo tudi preko stikov preko računalnika ...*

*Ostali dodatni ukrepi so naštetih spodaj.

6. Priporočila za zaposlene

- Vzdržujemo potrebno razdaljo (1,5–2 metra) do kolegov in otrok iz drugih vzgojnih skupin, s katerimi ne sodelujete; tudi v prostorih za zaposlene.
- Izvajajte vse potrebne higienske ukrepe (npr. nameščena razkužila, ki niso dostopna otrokom).
- Fizični sestanki in odmori so omejeni, kjer se zbere več ljudi. Uporabljamo videokonference namesto fizičnih srečanj s kolegi.
- Izogibamo se pozdravov z dotikanjem.
- Pri delu ne nosimo nakita na rokah.
- Skupne računalnike/tipkovnice po uporabi razkužimo.
- Bodimo posebno pozorni na higieno v kuhinji.
- Ne uporabljajmo javnega prevoza na delovno mesto in z njega, če je možno.



- Če zaposleni delajo v več vrtcih, morajo poznati in izvajati specifične lokalne postopke za preprečevanje širjenja okužbe v vsakem vrtcu. Delo bo organizirano tako, da ne delajo v različnih vrtcih na isti dan.
- Posebne službe (npr. logoped in druge) se morajo držati osnovnih rutin preprečevanja prenosa okužb v skladu s trenutnimi priporočili, drugače opravljajo svoje delo kot običajno. Če je mogoče, uporabimo videokonferenco.
- Zaposleni spremljajo zdravstveno stanje in postopajo smiselno, skladno z nasveti na obrazcu v prilogi 3.

7. Osebna varovalna oprema

Zaposleni uporabljajo maske zlasti ob srečevanju z drugimi sodelavci in starši otrok. Uporaba rokavic za enkratno uporabo je potrebna pri menjavi pleničk.

Pri čiščenju in razkuževanju se uporabljajo zaščitne rokavice za večkratno uporabo. Zaposleni uporabljajo običajno pralno delovno oblačilo.

Navodila za pravilno namestitev in odstranitev maske so dosegljiva na povezavi: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf.

Splošne informacije o uporabi mask so dosegljive na povezavi: <https://www.nijz.si/sl/splosna-uporabazascitnih-mask>.

Natančnejša navodila za posamezna delovna mesta poda pooblaščen specialist medicine dela, ki natančno pozna organizacijski proces in tveganja na posameznih delovnih mestih. Spletna stran medicine dela je dostopna na naslednji povezavi: <https://www.anticovid.zmdps.si/>.

8. Priprava otrok

Večjim otrokom na tla narišemo oznake za potrebno medosebno razdaljo.



9. Prihod v vrtec in odhod iz vrtca

Potrebno je časovno in prostorsko načrtovanje prisotnosti in dejavnosti otrok v vrtcu ter časa prevzema in odhoda otrok iz vrtca, da se izognemo zastojem v garderobi. Možno je otroke sprejemati zunaj. V tem primeru je potrebno organizirati zbiranje tako, da se skupine otrok med seboj ne mešajo in so primerno oddaljene.

Otroci v vrtec vstopajo posamezno. Starši naj vzdržujejo potrebno razdaljo (1,5–2 m) do vzgojiteljice, drugih otrok in staršev, če prihajajo hkrati.

V vrtec naj ne vstopajo, če ni nujno potrebno, če je nujno, pa z masko in si ob vstopu razkužijo roke. Otrok si po preobujanju in oblačenju umije roke. Večji otroci prihajajo v vrtec tako, da se v garderobi sami preobujejo, slečejo vrhnje oblačilo in si umijejo roke z milom in vodo.

Predšolski otroci si ne razkužujejo rok, ampak jih umivajo z vodo in milom. Rezervna oblačila naj otrok prinese s seboj kot običajno. S seboj naj ima tudi plastično vrečko, v katero lahko damo umazana in morda mokra oblačila za pranje doma. Svetujemo, naj otroka pripelje v vrtec odrasla oseba iz istega gospodinjstva.

10. Oblikovanje vzgojnih skupin

Vzgojne skupine se nahajajo v ločenih prostorih. Vzgojne skupine so stalne, razen v času sprejema otrok od 5.30 do 7.00 ter od 15.30 do 16.00. Vzgojna skupina in vzgojiteljica bosta stalni.

Tudi vzgojitelji med odmori ali sestanki vzdržujejo priporočeno medosebno razdaljo in izvajajo vse ukrepe za preprečevanje okužbe.

Zagotovljeno bo sledenje gibanja otrok v času sprejema in odhoda na posamezni dan. V okviru skupine lahko otroci in zaposleni komunicirajo tako kot doma. Poskrbljeno je za otrokove potrebe, hkrati pa je manjša možnost širjenja okužbe.



Vzgojna skupina ne bo imela stikov z drugimi vzgojnimi skupinami: z otroki, s starši ali vzgojitelji iz drugih vzgojnih skupin ter z drugim osebjem. Dokler so otroci v prostoru, druge osebe ne vstopajo v prostor (npr. zaradi čiščenja, popraviljanja in dostave hrane v prostor).

Prehod skozi skupne prostore naj bo le, če je nujno. V tem primeru naj otroci in vzgojiteljica iz ene vzgojne skupine hodijo skupaj, medtem drugi počakajo v sobi; otroke spodbujajmo, naj se v takšnih prehodih ne dotikajo površin ali predmetov.

Otroški ležalniki naj bodo razporejeni na največji možni razdalji. Priporočamo razdaljo 1,5–2 m (razdalja od ust do ust). Vsak otrok uporablja vedno isti ležalnik. Igralnica je z vrati ločena od prostorov, v katerih so druge skupine. Izogibajmo se zastojem na poti v in iz vrtca ter v in iz stranišča.

11. Igranje na prostem in igrala

Da bi se izognili tesnemu stiku med skupinami, je treba, če je mogoče, izbirati večje prostore in načrtovati čim več dejavnosti na prostem. Idealno je, če ima igralnica izhod na prosto. Tudi na sprehodu naj bodo skupaj otroci iz ene vzgojne skupine. Skupine naj bodo zunaj ob različnih urah, da se omeji število otrok, ki so hkrati zunaj, in se jim omogoči več gibanja. Če se le da, podaljšajmo čas, ki ga otroci preživljajo zunaj.

Otroška igrala na vrtčevskih igriščih se namenjajo zgolj uporabi vrtca in do njih ne dostopajo zunanji uporabniki. Zagotovljeno bo razkuževanje med uporabo različnih skupin otrok vsak dan v času počitka otrok. Pripravili bomo raspored uporabe igral, tako da bo posamezna vzgojna skupina na določen dan uporabljala igrala. Peskovnika ne bomo uporabljali.

Zaposleni v vrtcu bodo vsako jutro pregledali igrišče in preverili morebitne poškodbe na igralih in jih po potrebi izločili iz uporabe.



12. Fizični stiki

Potrebe po bližini in varnosti pri otrocih ne smemo prezreti, zlasti po ponovnem odprtju, ko imajo nekateri otroci posebno potrebo po bližini. Zaposleni si npr. pred in po tolaženju ali crkljanju otrok umijejo roke.

13. Igrače in dude

Otroci ne prinašajo igrač in knjig od doma. Igrače (»ninice«, dude) in podobno se shranijo za posameznega otroka za čas med spanjem.

Skupnih igrač ne bomo delili med vzgojnimi skupinami, dokler igrač ne očistimo. Uporabljamo samo pralne igrače in ne igrač, ki jih ne moremo oprati oz. očistiti. Igrače peremo v skladu z navodili proizvajalca, če je mogoče, pri najvišji temperaturi in jih dobro posušimo.

Med epidemijo naj otroci ne uporabljajo plišastih igrač.

Pri načrtovanju didaktične opreme bomo dali prednost gladki opremi oz. trdim površinam, ki jih je enostavno oprati z detergentom in vodo. Igrače bomo prali najmanj enkrat na dan.

14. Kuhinja in prehrana

Delo v kuhinji

- Osebe bo seznanjeno s posebnim delovnim režimom ter planom čiščenja za površine in prostore v obdobju epidemije COVID-19;
- ravnanje z živili bo potekalo skladno s sistemom HACCP;
- jedilniki so lahko enostavnejši;
- malice bodo pripravljene enoporcijsko;
- obvezno je nošenje maske;



- delovna oblačila se zamenjajo vsak dan (prati pri temperaturi vsaj 60 °C);
- redno umivanje rok;
- redno čiščenje površin in pultov;
- ohranjanje medosebne razdalje vsaj 1,5–2 metra.

Preden jed/živilo zapusti kuhinjo, ga kuharsko osebje pred morebitno kontaminacijo zaščiti s folijo/pokrovom/pokrovko. Obroki bodo dostavljeni v igralnico tako, da je čim manj stika z osebjem izven skupine: oseba, ki prinese hrano, pusti hrano na vozičku, pred vhodom v igralnico, vzgojiteljica razkuži ročaj vozička, ga pripelje v igralnico in hrano razdeli. Otroci naj dobijo hrano pripravljeno tako, da jim je potrebno čim manj pomagati. Otrokom naj se onemogoči, da sami posegajo po živilih (npr. po sadju iz iste posode). Pred hranjenjem in po njem si osebje in otroci umijejo roke. Vzgojiteljica si mora, preden pomaga drugemu otroku pri hranjenju, umiti ali razkužiti roke. Ker ne more vzdrževati medosebne razdalje, se po možnosti izogiba položaju, kjer sta oba obraza v isti višini.

Časovni režim in organizacija vseh ponujenih obrokov se prilagodi vzgojno-izobraževalnemu procesu ter izvajanju higienskega režima.

Po vsakem zaključenem delavniku osebje v kuhinji poskrbi, da se vse delovne površine, pribor in orodje razkužijo.

Natančnejša navodila za posamezna delovna mesta poda pooblaščen specialist medicine dela, ki natančno pozna organizacijski proces in tveganja na posameznih delovnih mestih. Spletna stran medicine dela je dostopna na naslednji povezavi: <https://www.anticovid.zmdps.si/>.

15. Previjanje

Previjanje bo potekalo kot običajno v treh fazah postopka menjave plenice: priprava, menjava in čiščenje. Menjava plenice poteka z rokavicami za enkratno uporabo. Zaposleni si morajo po menjavi plenice roke umiti oziroma razkužiti trikrat: pred začetkom, po menjavi plenice in po čiščenju in dezinfekciji previjalne mize.

Zaposleni umazana oblačila odložijo v plastično vrečo, ki jo tesno zavežejo in namestijo nekam, kjer se je otroci ne morejo dotikati, ter jo izročijo staršem.



16. Sanitarije

Odrasli poskrbijo, da ne bo prišlo do mešanja otrok iz različnih skupin v toaletnih prostorih. Vsi sanitarni prostori bodo povsod opremljeni z dovolj mila in papirnati brisačami.

17. Priprava vrtca pred ponovnim odprtjem ter čiščenje in zračenje prostorov

Vrtec bo ustrezno očiščen in pripravljen pred odprtjem.

Priporočila lastnikom objektov za hišno vodovodno omrežje (HVO) po daljši prekinitvi uporabe pitne vode (COVID-19) so dostopna na:

<https://www.nijz.si/sl/priporocila-lastnikom-objektov-za-hisnovodovodno-omrezje-hvo-po-daljsi-prekinitvi-uporabe-pitne>.

Pred odpiranjem vrtca je potrebno prostore temeljito prezračiti. Zračenje naj poteka najmanj pol ure pred prihodom in pol ure po odhodu otrok. Če vremenske razmere dopuščajo, naj bodo okna ves čas odprta.

Večkrat dnevno očistimo in razkužimo površine, ki se jih otroci pogosto dotikajo (npr. mize, stoli s trdimi nasloni, kljuke, ročajji, stranišča, umivalniki), priporočeno je vsaj dvakrat. Na spletnih straneh je na voljo gradivo Navodila za prezračevanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času širjenja okužbe COVID-19: <https://www.nijz.si/sl/navodila-zaprezracevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>.

Priporočila za čiščenje in razkuževanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času epidemije COVID-19: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izvenzdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>.

18. Obravnava primera s sumom na COVID-19 v vrtcu

Če zboli otrok z vročino in drugimi znaki akutne okužbe dihal, se ga takoj izolira v posebnem prostoru. Če je mogoče, naj nosi masko. O bolezni naj se obvesti starše ali skrbnike. Oboleli otrok naj uporablja samo določene sanitarije in umivalnik. Če je pri otroku nato potrjena okužba COVID-19, starši o tem obvestijo vrtec. Vrtec o tem obvesti NIJZ, ki vodi



epidemiološko preiskavo. Z epidemiološko preiskavo se išče izvor okužbe in identificira kontakte, ki so bili v stiku z obolelim otrokom v času kužnosti doma, v vrtcu itd.

Pričetek kužnosti je dva dni pred pojavom bolezni. NIJZ svetuje kontaktom, da v času inkubacije COVID-19 spremljajo svoje zdravstveno stanje ter posredujejo seznam kontaktov Ministrstvu za zdravje, ki izda odločbe o karanteni.

Če zbolí vzgojiteljica, vzgojitelj z vročino in znaki akutne okužbe dihal, se umakne z delovnega mesta in pokliče izbranega zdravnika. V primeru, da je COVID-19 pozitiven(-a), o tem obvesti vrtec. Vrtec o primeru obvesti NIJZ, ki podobno začne z epidemiološko preiskavo. Prostore vrtca, kjer se je gibal oboleli otrok, vzgojiteljica, vzgojitelj oziroma osebe s COVID-19, se temeljito očisti in izvede dezinfekcijo. Prostore se tudi temeljito prezračí.

Priporočila za čiščenje in razkuževanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času epidemije COVID-19:

<https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanjeprostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>.

Splošna navodila za osebe, ki zbolijo s sumom na COVID-19 so dostopna na spletni strani NIJZ: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/letak_covid-19.pdf.

Priporočila se bodo spreminjala skladno z epidemiološko sliko in novimi spoznanji.



19. Priporočila vodstvom vrtcev za ravnanje v primeru suma oz. potrjenega primera COVID-19:

Ravnatelj o potrjenem primeru COVID-19 obvesti epidemiološka služba. Ravnatelj ukrepa v skladu z navodili območnega epidemiologa. Ravnatelj obvesti MIZŠ. V primeru, če ravnatelj o sumu ali o potrjenem primeru COVID-19 pri otroku ali v družini/gospodinjstvu učenca obvestijo starši, se ravnatelj o nadaljnjih ukrepih posvetuje z območnim epidemiologom. V primeru potrjene bolezni COVID-19 pri učencu ravnatelj obvesti MIZŠ. V primeru, če ravnatelj opozori zaposleni, da obstaja sum ali je test potrdil COVID-19 pri zaposlenem oz. pri članu njegove družine/gospodinjstva, se ravnatelj o nadaljnjih ukrepih posvetuje z območnim epidemiologom. V primeru potrjene bolezni COVID-19 pri zaposlenem ravnatelj obvesti MIZŠ. Obveščanje v zdravstveni službi poteka tako, da zdravnik ali laboratorij, ki je pri pacientu potrdil okužbo s COVID-19, obvesti območnega epidemiologa, ki potem kontaktira vodstvo šole, izvede epidemiološko preiskavo in predlaga nadaljnje ukrepe.

20. Izolacija ali osamitev

Izolacija ali osamitev je ukrep, ki ga izbrani osebni zdravnik odredi bolniku s COVID-19. Bolnik ne sme zapuščati doma, omejiti mora stike z drugimi in dosledno upoštevati priporočila za preprečevanje širjenja bolezni.

Omejitve v času izolacije

Oseba v domači izolaciji ne sme zapuščati doma. Izjema je obisk pri zdravniku. Za obisk zdravnika naj ne uporablja javnega prevoza ali taksijev. Skrbi naj za higieno oziroma razkuževanje rok, uporabljati mora svoj jedilni pribor, higienske pripomočke in brisače. Če je možno, se v gospodinjstvu umakne v ločen prostor, uporablja ločeno spalnico in kopalnico. Če te možnosti nima, uporabi kopalnico takrat, ko ostalih v njej ni. Po možnosti naj vzdrži varnostno razdaljo 1,5 metra. Izolacija je izjemno pomemben ukrep, ki ga je potrebno dosledno upoštevati. Bolnik naj v času izolacije počiva, naj ne izvaja težjih fizičnih aktivnosti. Prejema naj zdravila, ki mu jih je predpisal zdravnik. Zaužije naj dovolj tekočine.



V času izolacije ni dovoljeno sprejemati obiskov, bolnik naj se izogiba stikom z drugimi osebami. Za hišne ljubljence poskrbijo drugi člani gospodinjstva. Bolnik v času izolacije spremlja svoje zdravstveno stanje. V primeru, da se bolezen poslabša (npr. primer poslabšanje kašlja z gnojnim izpljunkom ali težko dihanje), se po telefonu čim prej posvetuje z izbranim zdravnikom. Če ta ni dosegljiv, pokliče najbližjo dežurno ambulanto ali 112. Epidemiolog poda navodila za vse člane gospodinjstva. Običajno so zdrave osebe, ki so tesni kontakt obolelega (npr. živijo v istem gospodinjstvu), v karanteni. Zdrave osebe v gospodinjstvu se ne smejo zadrževati v istih prostorih kot bolnik.

Trajanje izolacije

Bolnik je v izolaciji oziroma bolniškem staležu najmanj 14 dni ali več, če je potek bolezni težji. Na delovno mesto/v vrtec se vrne, ko je zdrav. O trajanju izolacije odloča izbrani (lečeči) zdravnik.

Navodila za osebe v domači izolaciji so dostopna na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-bolnika-s-covid-19-ki-ne-potrebuje-bolniscicneobravnave>.

21. Karantena

Karantena je ukrep, s katerim se preventivno, z namenom preprečevanja širjenja nalezljivih bolezni, omeji svobodno gibanje sicer zdravim osebam in ga odredi Ministrstvo za zdravje na predlog NIJZ. Oseba mora ostati doma oziroma na naslovu, ki ga navede, osebe v skupnem gospodinjstvu brez odrejene karantene pa morajo upoštevati priporočila glede fizičnega distanciranja, osebne higiene zlasti rok, zračenja prostorov ipd. Osebe, ki so v karanteni, prejmejo s strani NIJZ pisna navodila, kako naj ravnajo. Pisna navodila so dostopna na spletni strani NIJZ: <https://www.nijz.si/sl/priporocila-za-ravnanje-vkaranteni-na-stalnemzacasnem-naslovu>.

Karantena traja 14 dni od zadnjega visoko tveganega tesnega stika z bolnikom s COVID-19 oz. 14 dni od prihoda osebe, ki ji je bila odrejena karantena, v Slovenijo. Odločbo za karanteno naslovnik prejme na državni meji s Slovenijo, če je pripotoval iz držav, za katere je ob povratku predvidena karantena, ali po pošti z Ministrstva za zdravje. Karantena traja 14 dni od zadnjega visoko tveganega tesnega stika z bolnikom s COVID-19 oz. 14 dni od prihoda osebe iz rizične države v Slovenijo. Odločbo za karanteno pri osebi,



ki je imela tvegan stik, na predlog NIJZ po pošti odpremi Ministrstvo za zdravje oz. ji odločbo vroči policija; osebi, ki se v Slovenijo vrača iz rizične države, pa je vročena na mejnem prehodu.

Z morebitnim testiranjem na SARS-CoV-2 med karanteno in morebitnim negativnim testom se trajanje karantene ne skrajša.

Omejitve v času karantene

V skladu z navodili oseba v karanteni ostane doma ali na začasnem naslovu, ki ga je navedla. Oseba ne sme zapustiti bivališča; ne sme v službo ali trgovino, ne sme uporabljati javnega prevoza in taksijev. Prav tako ne sme sprejemati obiskov na domu.

Z drugimi osebami skupnega gospodinjstva mora vzdrževati medsebojno razdaljo vsaj 1,5 metra. Skrbeti mora za higieno oziroma razkuževanje rok, uporabljati mora svoj jedilni pribor in higienske pripomočke.

Za hišne ljubljence v domačem okolju naj poskrbijo zdravi člani skupnega gospodinjstva, če je mogoče.

Osebam, ki živijo v skupnem gospodinjstvu in jim ni bila odrejena karantena, ni odvzeta svoboda gibanja.

Če otrokom ni bila odrejena karantena, lahko obiskujejo vrtec. V vrtec naj jih pripelje odrasla oseba, ki ni v karanteni. Oseba, ki je v karanteni, naj bo za čas karantene ločena od otroka in ostalih članov družine. V kolikor to ni možno, naj otrok ostane doma z osebo v karanteni. Tak otrok naj 14 dni ne prihaja v vrtec. Oseba, ki je v karanteni, kot tudi druge osebe istega gospodinjstva, naj spremljajo svoje zdravstveno stanje in ob pojavu znakov akutne okužbe dihal (npr. slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje) ali drugih bolezenskih znakov čim prej pokličejo izbranega ali dežurnega zdravnika.

Če je v skupnem gospodinjstvu tudi zboleli s COVID-19, se zdrave osebe v gospodinjstvu ne smejo zadrževati v istih prostorih kot bolnik.

Karantena skupine otrok

Če je v skupini vrtca potrjena okužba z novim koronavirusom pri otroku ali zaposlenih, epidemiološka služba napravi oceno tveganja. Na podlagi ocene tveganja se za tesne kontakte bolnika predlaga karantena na stalnem ali začasnem naslovu za 14 dni od zadnjega



stika.

Če je npr. COVID-19 potrjen pri otroku, NIJZ glede na situacijo po navadi predlaga karanteno za cel oddelek vrtca. O začetku karantene jih obvesti epidemiološka služba. Odločbo za karanteno prejmejo osebe po pošti z Ministrstva za zdravje oz. jim jo vroči policija.

V celotnem obdobju trajanja karantene otrok ne sme zapuščati bivališča. V tem času je potrebno upoštevati priporočila NIJZ za ravnanje v karanteni na stalnem/zakasnem naslovu, ki so objavljena na spletni strani NIJZ (<https://www.nijz.si/sl/priporocila-zaravnanje-v-karanteni-na-stalnemzacasnem-naslovu>), in navodila za starše otrok, ki jim je bila odrejena karantena.

Obvestilo za starše otroka, ki mu je bila odrejena karantena po visoko rizičnem tesnem stiku z osebo s potrjenim COVID-19 v vzgojno-izobraževalnem zavodu: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/datoteke/obvestilo_za_starse_otroka_ki_mu_je_bila_odrejena_karantena_vzgojno-izobrazevalni_zavodi_1_30.6.2020.pdf.

Če otroka testirajo na SARS-CoV-2 tekom karantene, se kljub negativnemu izvidu karantena ne prekine oziroma se trajanje karantene ne skrajša.

Če ima otrok, za katerega je odrejena karantena, sorojenca, za katerega ni bila odrejena karantena, lahko ta normalno obiskuje vrtec/šolo ob izvajanju karantene na priporočen način.

Prav tako lahko starš, ki ne bo skrbel za otroka v času karantene, hodi naprej v službo. Odsvetuje se, da za otroka v karanteni skrbijo stari starši.

Starši vsak dan spremljajo zdravstveno stanje otroka in beležijo ugotovitve v tabelo za spremljanje zdravstvenega stanja iz NIJZ. Če se pri otroku v tem obdobju pojavijo znaki akutne okužbe dihal (npr. slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje) ali drugi bolezenski znaki, pokličejo izbranega ali dežurnega zdravnika. Ob pojavu bolezni pri otroku se karantena spremeni v izolacijo.

Odreditev karantene za otroke in osebje enega oddelka vrtca ali razreda v šoli zaradi pojava COVID-19 pomeni, da ostali oddelki nadaljujejo z varstvom v skladu s higienskimi priporočili NIJZ.



Otroke, starše in osebje ostalih oddelkov vodstvo vrtca obvesti o situaciji. Z otroki se vzgojitelji pogovorijo, jim predstavijo situacijo in jih pomirijo. Ob pojavu novih primerov v sosednjih oddelkih vrtca epidemiološka služba (NIJZ) ponovno naredi oceno tveganja in predlaga nadaljnje ukrepe.

22. Sprejem zdravih otrok v vrtec

Vrtec ali šolo naj obiskujejo zdravi otroci. Nekateri otroci pogosto zbolevajo z akutnimi okužbami dihal. Če so se starši o zdravstvenem stanju otroka, ki pogosto preboleva okužbe dihal, posvetovali s pediatrom, oziroma če je pediater otroka (večkrat) pregledal, naj se zaupa presoji pediatra. Starši ob vrnitvi otroka v vrtec izpolnijo izjavo (Priloga 3). Večjo pozornost zdravstvenemu stanju otroka morajo nameniti družine, ki obiskujejo države, kjer je pogostnost okužb COVID-19 večja.

23. Gradiva na spletni strani NIJZ

V pomoč so vam lahko materiali na spletni strani NIJZ:

Za otroke:

- <https://www.nijz.si/sl/otroci-in-mladostniki-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>
- https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strip_kako-se-sirijo-virusi.pdf
- <https://zdaj.net/>
- <https://zdaj.net/kategorija/koronavirus-otroci-in-mladostniki/>
- https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/datoteke/dusevno_zdravje_otroci.pdf

Druga gradiva so dostopna tu: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-sars-cov-2-gradiva>.



PRILOGA 1:

Opredelitev zdravstvenih omejitev za otroke in dijake v času sproščanja ukrepov glede epidemije SARS-2-CoV (obisk vrtcev, šolskega pouka, izvedba mature in priprava na maturo).

Na RSK se je obrnil NIJZ (prim. Polonca Truden Dobrin, dr. med.) s predlogom, da se RSK za pediatrijo opredeli do zdravstvenih omejitev za otroke in dijake in v času sproščanja ukrepov glede epidemije SARS-2-CoV (obisk vrtcev, šolskega pouka izvedba mature in priprava na maturo).

Sklepi RSK – zdravstvene omejitve za otroke in dijake v času sproščanja ukrepov glede epidemije SARS-2-CoV (obisk vrtcev, šolskega pouka, izvedba mature in priprava na maturo).

RSK za pediatrijo je v sodelovanju s predstojniki Služb in Kliničnih oddelkov Pediatrične klinika pripravil seznam tistih otrok in dijakov, ki bi potrebovali posebno zaščito in prilagoditev za čas obiska vrtca oziroma šolskega pouka ter priprav in izvedbe mature:

Za področje nevrologije:

- bolniki s trdovratnimi epilepsijami
- bolniki z demielinizirajočimi obolenji
- bolniki z živčno-mišičnimi obolenji
- bolniki z nevrodegenerativnimi obolenji
- bolniki z nevrogenetskimi okvarami ožs
- otroci s cerebralno paralizo 3–5 stopnje

Za področje gastroenterologije:

- bolniki na imunosupresivni terapiji: bolniki po transplantaciji jeter in bolniki s kroničnimi vnetnimi črevesnimi boleznimi in avtoimunimi boleznimi jeter, ki prejemajo tako terapijo.



Za področje nefrologije:

Predsednica: izred. prof. dr. Nataša Bratina, dr. med.

- KLB GR IV in več
- bolniki na hemodializi
- bolniki na peritonealni dializi
- transplantirani bolniki
- bolniki z nefrotskim/nefritičnim sindromom, ki so zdravljeni s ks ali drugimi imunosupresivi
- bolniki z nefrotskim sindromom/nefritičnim sindromom, ki ni odziven na terapijo, tudi če niso na imunosupresivni terapiji
- bolniki s hus na vzdrževalnem zdravljenju z eculizumabom
- bolniki, ki imajo zaradi zdravljenja z Rituximabom zavoro CD19 celic

Za področje kardiologije:

- enojni prekat (HLHS, trikuspidna atrezija, dvojni vtok v levi prekat)
- pljučna hipertenzija
- nepopravljene prirojene kompleksne srčne napake
- bolniki po transplantaciji srca
- bolniki s simptomatskim srčnim popuščanjem

Za področje pulmologije:

- Bolniki z astmo, ki sodijo v kategorijo GINA, stopnja 3 ali več. Ti bolniki za vzdrževanje stabilnega stanja in preprečevanja poslabšanja astme potrebujejo redno terapijo s/z:
 - a. srednjimi odmerki inhalacijskih glukokortikoidov (IGK) ali
 - b. kombinacijo zmernega odmerka IGK z dolgo delujočim bronhodilatatorjem ali kombinacijo zmernega odmerka IGK in antagonista antilevkotrienskih receptorjev (ALTR) ali
 - c. nizek odmerek sistemskega glukokortikoida ali
 - d. zdravljenje z biološkimi zdravili.
- Bolniki z redkimi kroničnimi boleznimi dihal, kot so:
 - a. cistična fibroza,
 - b. primarna ciliarna diskinezija,
 - c. obliterantni bronhiolitis,
 - d. nevroendokrini hiperplazija otroške dobe,



e. intersticijske bolezni dihal.

- Bolniki s potrebo po stalnem dodatku kisika v vdihanem zraku.
- Bolniki s potrebo po zdravljenju z visokim pretokom kisika ali uporabo aparata za zagotavljanje stalnega pozitivnega tlaka v dihalnih poteh (CPAP).
- Bolniki s potrebo po kronični invazivni ali neinvazivni ventilaciji na domu.
- Bolniki s traheostomo.
- Bolniki z živčno-mišičnimi obolenji in oslABLJENO pljučno funkcijo.
- Bolniki z motnjami požiranja in posledičnim kroničnim aspiracijskim sindromom.

Področje revmatologije/imunologije

- Bolniki s težko primarno imunsko pomanjkljivostjo
- Otroci in mladostniki, ki prejemajo terapijo z visokimi odmerki kortikosteroidov (odmerek, višji od 0.5 mg na kg TT/dan) več kot 14 dni
- Otroci, ki prejemajo visoke odmerke konvencionalnih imunosupresijskih zdravil (npr. MMF, ciklofosamid, takrolimus), večkratno imunosupresijsko zdravljenje ali kombinacijo imunosupresijske in biološke terapije
- Otroci in mladostniki, ki prejemajo biološko terapijo, usmerjeno proti T ali B celicam (npr. abatacept, rituximab), ali biološko terapijo usmerjeno proti delovanju komplementa (npr. ekulizumab)
- Otroci in mladostniki po transplantaciji krvotvornih matičnih celic, ki prejemajo imunosupresijsko terapijo, in otroci po transplantaciji krvotvornih matičnih celic brez imunosupresijske terapije, pri katerih je od transplantacije manj kot leto dni

Hemato onkološko področje:

- Otroci/mladostniki z maligno boleznijo na kemoterapevtskem zdravljenju/obsevalnem zdravljenju ali manj kot pol leta po navedenem zdravljenju
- Otroci/mladostniki z nemaligno neoplazmo (npr. LGG ...) na kemoterapevtskem zdravljenju/obsevalnem zdravljenju ali manj kot pol leta po navedenem zdravljenju
- Otroci/mladostniki po transplantaciji krvotvornih matičnih celic, ki prejemajo imunosupresivno terapijo, in otroci po transplantaciji krvotvornih matičnih celic brez imunosupresivne terapije, pri katerih je od transplantacije manj kot leto dni
- Otroci/mladostniki, ki zaradi različnih hematoloških obolenj prejemajo kortikosteroide ali drugo imunosupresivno terapijo



- Otroci/mladostniki, ki imajo okvaro organov iz naslova posledic zdravljenja v obsegu, ki ga opredeljujejo druga subspecialna področja (nefropatija, kardiomiopatija, okvara pljuč ...)
- Otroci/mladostniki, ki prejemajo terapijo z ekulizumabom (PNH kot ključna indikacija v hematologiji)
- Otroci/mladostniki, ki prejemajo terapijo z imunomodulatorji, kot je interferon
- Otroci/mladostniki po splenektomiji ali s funkcionalno asplenijo
- Otroci/mladostniki, ki prejemajo biološka oz. tarčna zdravila (večinoma že zajeti v skupini otrok z maligno boleznijo oz. neoplazmo)

Otroci iz prvih treh kategorij tudi sicer ne obiskujejo rednega pouka.

Endokrinologija, diabetes in bolezni presnove:

- Otroci s hipokorticismom
- Otroci s težkimi prirojenimi boleznimi presnove
- Otroci s kompleksnimi genetskimi sindromi, ki vključujejo tudi težko imunsko pomanjkljivost

1. Sklep: RSK za pediatrijo predlaga, da se te omejitve upoštevajo pri pripravi in izvedbi vrnitve otrok in dijakov v vrtce, šole ter posebej za čas priprave in izvedbe mature 2020.

Predsednica RSK za pediatrijo
izred. prof. dr. Nataša Bratina, dr. med.



PRILOGA 2:

MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Štefanova 5

1000 LJUBLJANA

Povabljeni k sodelovanju: prim. prof. dr. Marjan Bilban, izr. prof. dr. Metoda Dodič Fikfak, izr. prof. dr. Alenka Franko, asist. dr. Alenka Škerjanc, dr. Tihomir Ratkajec.

Predlagani dnevni red:

Dopis NIJZ MZ, številka: 1812-741/2020-2 (326) z dne 23. 4. 2020

Opredelitev zdravstvenih omejitev za pedagoške delavce

Opredelitev zdravstvenih omejitev za učitelje in vzgojitelje, ki zaradi zdravstvene ogroženosti za težji potek oz. neugoden izid bolezni COVID-19 ne morejo delati v vrtcih in pri pouku s predšolskimi otroci, učenci in dijaki.

Sklep:

RSK za MDPŠ je 27. 3. 2020 na 6. korespondenčni seji RSK za MDPŠ sprejel stališče, ki ga je podprlo tudi Združenje pneumologov dne 26. 3. 2020 in Združenje za medicino dela, prometa in športa dne 27. 3. 2020 o tem, katere delavce se lahko izključi iz proizvodnje, kjer niso izpolnjeni protiepidemski pogoji.

Enako mnenje velja tudi za delavce v vrtcih, ki neposredno delajo z otroki, vzgojitelje, učitelje na osnovnih in srednjih šolah:

- nosečnice,
- delavci na bioloških in imunosupresivnih zdravilih,
- delavci z malignim obolenjem na sistemski terapiji raka (kemo-, imuno-, tarčna terapija),
- delavci po presaditvi organov/tkiv, ki prejemajo imunosupresivno terapijo,
- delavci z neurejeno sladkorno boleznijo,
- delavci s kronično pljučno boleznijo, ki so bili ali so še na kateri koli vrsti sistemske protivnetne ali imunosupresivne (vključno z biološko terapijo) terapije v zadnjem letu ali ki imajo pogosta recidivna vnetja zaradi okužb (kot pri KOPB, bronhiektazijah, astmi pljučni fibrozi, sistemskih avtoimunskih boleznih na dihalih, pljučnem raku, imunskih pomanjkljivostih),
- delavci z visokim in neurejenim krvnim tlakom,



- delavci s težjimi duševnimi in vedenjskimi motnjami,
- delavci z drugimi težjimi kroničnimi boleznimi po presoji spec. MDPŠ in glede na oceno tveganja,
- delavci, stari nad 65 let.

O umiku z delovnega mesta zaradi zdravstvenih razlogov odloča zdravnik specialist medicine dela, ki presoja individualno in so mu predlagane bolezni le smernice pri delu.

Predsednik RSK
prim. prof. dr. Marjan Bilban, dr. med.
spec. MDPŠ



PRILOGA 3: Izjava staršev

IZJAVA STARŠEV PRED VSTOPOM OTROKA V VRTEC

**po odsotnosti zaradi počitnic ali bolezní oziroma pred uvajanjem
v vrtec**

Moj otrok _____ (ime in priimek otroka)

1. V zadnjih 14 dneh ni imel katerega koli od naslednjih simptomov/znakov: povišana telesna temperatura, kašelj, glavobol, slabo počutje, boleče žrelo, nahod, težko dihanje (občutek pomanjkanja zraka), driska oz. je bil v tem obdobju zdrav;
2. V zadnjih 14 dneh ni bil v stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba s SARS-CoV-2.
3. Otroku ni bila odrejena karantena.
4. V zadnjih 14 dneh nam zdravnik oz. epidemiološka služba ni priporočila oz. nismo dobili priporočila za samoizolacijo.
5. Če se bodo pri mojem otroku pojavili zgoraj navedeni znaki/simptomi ali bo potrjena okužba s SARS-CoV-2 pri osebi, ki z otrokom biva v istem gospodinjstvu, bo otrok ostal doma.

Kraj in datum: _____

Podpis: _____

Če vaš otrok zboli z zgoraj navedenimi znaki/simptomi ali bo potrjena okužba s SARS-CoV-2 pri osebi, ki z otrokom biva v istem gospodinjstvu, naj ostane doma in omeji stike z drugimi ljudmi. Če je otrok bolan, za nadaljnja navodila pokličite otrokovega izbranega ali dežurnega zdravnika. V primeru potrjene okužbe v družini ali drugega tesnega stika z okuženo osebo boste nadaljnja navodila prejeli od epidemiološke službe.

Priporočamo vam, da otrok omeji stike s starejšimi (npr. s starimi starši) in osebami s pridruženimi kroničnimi boleznimi ali imunskimi pomanjkljivostmi, saj so le-ti bolj ogroženi za težek potek bolezni.



Osnovne informacije o COVID-19

Okužba z virusom SARS-CoV-2 lahko povzroči koronavirusno bolezen 2019 oz. COVID-19. Inkubacijska doba (čas med okužbo in pojavom bolezni) je lahko do 14 dni, povprečno približno 6 dni. Bolezen se najpogosteje kaže z znaki/simptomi okužbe dihal, to je s slabim počutjem, utrujenostjo, nahodom, vročino, kašljem in pri težjih oblikah z občutkom pomanjkanja zraka. Pri približno 80 % okuženih bolezen poteka v lažji obliki. Pri otrocih je potek bolezni praviloma lažji, tveganje za težek potek in zaplete pa se poveča pri starejših (zlasti starejših od 60 let) in osebah s pridruženimi boleznimi, kot so srčno-žilne bolezni, bolezni pljuč, jeter, ledvic, sladkorna bolezen, imunske pomanjkljivosti ipd. Za težji potek bolezni je značilna pljučnica. Za potrditev ali izključitev okužbe s SARS-CoV-2 je potrebno mikrobiološko testiranje. Okužba s SARS-CoV-2 se med ljudmi prenaša kapljično, z izločki dihal. Za prenos je potreben tesnejši stik z bolnikom (razdalja do bolnika manj kot 1,5 m). Okužba je možna tudi ob stiku s površinami, onesnaženimi z izločki dihal. Za preprečevanje okužbe je tako najpomembnejša dosledna higiena rok in kašlja. Podrobna navodila za preprečevanje okužbe in več informacij na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>.