

- ▶ Za čiščenje delovnih površin uporabite vodo in običajna čistilna sredstva.
- ▶ Večkrat očistite površine, ki se jih otroci pogosto dotikajo (npr. kljuke, mize, vse dostopne površine sten in oken, straniščna školjka, pipe umivalnikov ipd.).
- ▶ V primeru onesnaženja površin v prostoru s človeškimi izločki (urin, blato, izbruhanina ali druga telesna tekočina) najprej onesnaženo področje pokrijte z vpojnimi papirnatimi brisačami in prelijte z razkužilom za površine (sveže pripravljena 0,1 % raztopina natrijevega hipoklorita (varikina) – **Priloga 1**). Občutljive površine (npr. tkanine, ki bi jih razbarvali) očistite s 60–70 % etanolom in pustite učinkovati najmanj 10 minut.
- ▶ Po razkuževanju očistite onesnaženo področje po običajnem postopku.
- ▶ Pri čiščenju uporabljajte zaščitne rokavice za enkratno uporabo.
- ▶ Med čiščenjem prostor zračite (odprta okna).
- ▶ Papirnate brisače in rokavice za enkratno uporabo odložite v vreče za komunalne odpadke.
- ▶ Onesnaženo osebno in posteljno perilo skrbno položite v vrečko za umazano perilo.

- ▶ Temeljito si operite roke z vodo in tekočim milom ter uporabite papirnate brisače za temeljito sušenje rok.

5. PREPREČEVANJE ŠIRJENJA

- ▶ Otroke je potrebno seznanjati z načinom prenosa bolezni, s higieno rok in kašlja preko zloženk, plakatov, s predstavitvami na otrokom razumljiv način.
- ▶ V času povečanega pojavljanja akutnih okužb dihal in drugih podobnih obolenj v vrtcih in šolah ne priporočamo izvajanja skupinskih aktivnosti (npr. mešanje različnih skupin otrok).
- ▶ Če otrok v vrtcu ali šoli zboli z vročino, o tem takoj obvestimo starše in do prihoda staršev otroka ločimo od ostalih otrok.
- ▶ Starši so dolžni vrtec ali šolo čim prej obvestiti, da je njihov otrok zbolel (po pregledu pri otrokovem zdravniku ali pediatru ali infektologu).
- ▶ Otrok z nalezljivo boleznijo ne sme obiskovati vrtca, dokler traja kužnost. Otrokov izbran pediater oceni, kdaj otrok po preboleli bolezni lahko prične ponovno obiskovati vrtec.

Več informacij na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje: www.nijz.si.

Priporočila za preprečevanje okužb dihal in drugih podobnih obolenj v vrtcih in šolah

V času povečanega pojavljanja akutnih okužb dihal in drugih podobnih obolenj je pomembno, da v vrtcih in šolah zmanjšamo tveganje za širjenje teh okužb. V vrtcih in šolah se otroci zbirajo, učijo in igrajo. V takih okoljih se nalezljive bolezni med otroki širijo s kužnimi kapljicami in s tesnimi stiki. Nekateri otroci so premajhni, da bi vzdrževali ustrezno osebno higieno in pri tem potrebujejo pomoč ter nadzor odraslih oseb. Vir okužbe v vrtcu/šoli so lahko otroci, zaposleni ali starši, zato morajo tudi odrasli upoštevati osnovna načela preprečevanja širjenja okužb, ki pa morajo biti sorazmerna trenutni epidemiološki situaciji.

1. SPLOŠNA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE NALEZLJIVIH BOLEZNI

Za vzdrževanje splošne odpornosti je potreben ustrezen počitek in spanec, zdrava prehrana, redne telesne aktivnosti in gibanje na zraku.

Pomembno je, da so otroci cepljeni po Programu cepljenja in zaščite z zdravili.

2. OSEBNA HIGIENA

Številne nalezljive bolezni se prenašajo **kapljično** in **kontaktno** (preko kužnih kapljic pri kihanju in kašljanju ter preko tesnega stika med osebami in preko stika

s površinami, ki so onesnažene z izločki dihal ali drugimi človeškimi izločki).

Zato sta za preprečevanje teh bolezni pomembna **higiena rok** in **kašlja**.

Osebe vrtcev in šol mora poleg izvajanja higiene rok in kašlja pri sebi, nadzirati in zagotavljati podporo otrokom pri izvajanju in vzdrževanju dobrih higienskih navad.

3. HIGIENA ROK

- ▶ Higiena rok je osnovni ukrep za preprečevanje širjenja okužb in nalezljivih bolezni.
- ▶ Roke si je s tekočim milom in vodo vedno potrebno umiti ob prihodu v vrtec, po kašljanju, kihanju, brisanju nosu, pred jedjo, po jedi in po uporabi stranišča.
- ▶ Kjer ni možnosti umivanja rok, uporabite namensko razkužilo za roke ali razkužilne robčke. Otrok lahko izjemoma uporablja razkužilne robčke ali etanolno razkužilo pod nadzorom zaposlenih.
- ▶ Etanolno razkužilo se mora hraniti izven dosega otrok.
- ▶ Po končanem umivanju je potrebno

roke dobro posušiti, najbolje s papirnatimi brisačami za enkratno uporabo.

- ▶ Če otroci uporabljajo svoje brisače, jih nikoli ne smejo med seboj izmenjavati, potrebno jih je dnevno zamenjati.
- ▶ Potrebno je zagotoviti pogoje za ustrezno izvajanje higiene rok (umivalniki, milo, papirnate brisače, izjemoma razkužila).

3. HIGIENA KAŠLJA

- ▶ Otroke naučimo, da si, preden zakašljajo ali kihnejo, pokrijejo usta in nos s papirnatim robčkom, ki ga nato odvržejo v koš za smeti.
- ▶ Če nimajo robčka, naj kašljajo ali kihajo v zgornji del rokava.
- ▶ Po kašljanju, kihanju in brisanju nosu, naj si otroci vsakič umijejo roke.
- ▶ Enako velja za zaposlene.

4. HIGIENA PROSTOROV V KATEREM SE ZADRŽUJEJO OTROCI

Povzročitelji nalezljivih bolezni preživijo določen čas v okolju, zato je pomembno vzdrževati primerno higieno okolja. Pri vzdrževanju higiene v prostoru je pomembno:

- ▶ Večkrat dnevno zračite zaprte prostore.

PRILOGA 1:

Priprava 0,1 % raztopine natrijevega hipoklorita iz belilnega sredstva (npr.varikine), ki ga imamo na voljo.

| % natrijevega hipoklorita na embalaži belilnega sredstva | Količina belilnega sredstva (ml) | Količina potrebne vode (ml) | Celotna količina dobljene 0,1 % raztopine natrijevega hipoklorita (ml) |
|---|---|------------------------------------|---|
| 1 % | 1.000 | 9.000 | 10.000 |
| 2 % | 500 | 9.500 | 10.000 |
| 3 % | 333 | 9.677 | 10.000 |
| 4 % | 250 | 9.750 | 10.000 |
| 5 % | 200 | 9.800 | 10.000 |

Za občutljive površine lahko namesto belilnega sredstva na osnovi natrijevega hipoklorita uporabimo razkužilo, ki vsebuje 60–70 % etanol. Belilna sredstva na osnovi natrijevega hipoklorita in razkužila, ki vsebujejo 60–70 % etanola, so dostopna v prosti prodaji.

