

HIGIENSKA PRIPOROČILA ZA VEČSTANOVANJSKE STAVBE: ČIŠČENJE SKUPNIH PROSTOROV IN OPREME TER PREZRAČEVANJE, SAMOZAŠČITNO RAVNANJE UPORABNIKOV ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA OKUŽB S SARS-CoV-2

30.11.2020

Novi korona virus se najpogosteje prenaša preko izločkov iz dihal med ljudmi, ki so tesno skupaj, oziroma preko onesnaženih rok.

Prenosi so posebej pogosti v zaprtih, prenapolnjenih in neustrezno prezračenih prostorih.

Upoštevajmo priporočila glede vzdrževanja medosebne razdalje, pravilnega nošenja maske, higiene rok in higiene kašlja.

Virus v okolico izločamo s kihanjem, kašljanjem, glasnim govorjenjem, zato je priporočena medosebna razdalja vsaj 1,5 oz. 2 metra.

V primeru, da je ta razdalja manjša, je tveganje za okužbo večje.

Ob kihanju, kašljanju ali neposrednem dotikanju površin ali predmetov z onesnaženimi rokami virus nanese na različne predmete in površine, kot so mize, delovne površine, gumbi na vratih, ročaji, držaji in ograje, denar... Drugi ljudje se lahko okužijo tako, da se dotaknejo teh onesnaženih površin, nato pa se dotaknejo oči, nosu ali ust, ne da bi si prej umili roke.

Roke zato vedno smatramo kot onesnažene, izjema je le neposredno po njihovem umivanju ali razkuževanju.

V skupnih prostorih večstanovanjskih stavb se srečuje večje število ljudi, kar povečuje verjetnost za prenos okužbe.

Vsak izmed nas lahko k preprečevanju širjenja COVID-19 prispeva z **upoštevanjem preventivnih ukrepov**:

- Vzdržujemo ustrezno razdaljo med osebami vsaj 2 metra (ker smo v gibanju oziroma čakamo, kjer je težje nadzorovati točno razdaljo).
- Ne dotikamo se oči, nosu in ust.
- V primeru, da zbolimo, ostanemo doma.

- Upoštevamo pravila higiene kašlja. Kihamo in kašljamo v zgornji del rokava ali robec in ne v dlan. Robec po kihanju/kašljanju odvržemo v koš za odpadke ter si umijemo ali razkužimo roke.
- Redno si umivamo roke z milom in vodo. V primeru, da voda in milo nista dostopna, si roke razkužimo z namenskim razkužilom za roke (npr. 60 do 80 % alkohol).
- Roke si dosledno razkužimo v primerih, kjer je to predvideno (npr. ob vstopu v trgovino, večstanovanjsko hišo itd.).
- V času povečanega pojavljanja okužb dihal se izogibamo zaprtih prostorov, v katerih se zadržuje veliko ljudi.
- Poskrbimo za redno zračenje zaprtih prostorov.

Več nasvetov za preprečevanje okužbe je na voljo [na naslednji povezavi](#).

Za varnejše sobivanje v večstanovanjskih stavbah svetujemo upoštevanje še dodatnih priporočil in napotkov:

Čiščenje skupnih prostorov v večstanovanjskih stavbah

- Redno čiščenje (avle, predprostori, stopnišča, hodniki,...) z vodo in čistilnimi sredstvi (detergenti);
- V okviru rednega čiščenja naj bo še posebej skrbno čiščenje površin, ki se jih dotika veliko ljudi:
 - kljuke na vhodu v večstanovanjsko stavbo,
 - stikala v skupnih prostorih,
 - ograje in oprijemala v skupnih prostorih,
 - stikala za upravljanje dvigala in kabine dvigala,
 - druga oprema, kjer je mogoče pričakovati dotikanje veliko ljudi.

Ob vsakem vhodu v večstanovanjsko stavbo naj bo nameščen podajalnik razkužila za roke. Svetujemo, da je nameščen tudi ob vstopu v dvigalo. Razkužilniki naj bodo nameščeni tako, da so dosegljivi tudi z invalidskega vozička.

Prezračevanje

- Skupni prostori naj se učinkovito in po možnosti stalno zračijo, predlagamo, da se večkrat dnevno prezračijo s hkrati odprtimi vhodnimi vrati in okni;
- Če je urejeno mehansko prezračevanje, naj se upoštevajo Navodila za prezračevanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času širjenja okužbe COVID-19:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/datoteke/priporocila_za_prezracevanje.pdf
- Posebno pozornost je treba nameniti prezračevanju dvigal.

Uporaba dvigal in stopnišč

Dvigala in stopnišča so mesta, kjer se na majhnem prostoru srečuje veliko ljudi. Če je le mogoče, naj stanovalci namesto dvigala uporabljajo stopnice. Prednost pri uporabi dvigala naj imajo osebe, ki težko hodijo po stopnicah (npr. invalidi, matere z vozički).

- Pri uporabi dvigal se moramo zavedati naslednjega:
 - dvigala je težko učinkovito zračiti;
 - stikala za klic in ročaji vrat so površine, ki se jih dotika veliko ljudi, smatrati jih moramo za zelo onesnažene, lahko tudi z novim koronavirusom;
- Odpirajmo vrata in pritiskajmo gumbe dvigala in drugih stikal z razkuženimi rokami; ali uporabljamo rokavico za enkratno uporabo ali alkoholni robček ali čist papirnat robec.
- Ob vhodu v dvigalo naj bo koš za odpadke;
- V manjših dvigalih, kjer ni mogoče zagotoviti razdalje 1,5 metra med ljudmi, najbo enkrat v dvigalu samo 1 oseba, razen, če so člani istega gospodinjstva ali so sicer v tesnih stikih;
- Če je dvigalo večje, naj bo med uporabniki vsaj 1.5 m oz. 2m razdalje;
- V dvigalu pravilno uporabljamo masko, tako da pokriva nos in usta;
- Uporabniki naj v dvigalu še posebej dosledno upoštevajo higieno kašlja, z rokami se ne dotikajo oči, nosu, ust.

Na stopnišču se zadržujmo čim manj časa. Upoštevajmo vzdrževanje razdalje med osebami vsaj 1,5 metra oz. 2 metra, pravila higiene kašlja in izogibanja dotikov obraza, oči, nosu in ust. Če nam držaji stopniščne ograje predstavljajo neobhodno pomoč pri hoji, si pred in po uporabi teh, roke umijemo ali razkužimo. Površin se ne dotikajmo po nepotrebem.

Samozaščitno ravnanje uporabnikov

Najbolj učinkoviti so tisti ukrepi, ki jih izvajamo sami.

Poleg spoštovanja vseh zgoraj navedenih samozaščitnih ukrepov, upoštevamo še:

- Ob vstopu v večstanovanjsko stavbo si razkužimo roke. Z razkuženimi rokami nato uporabimo dvigalo, se dotikamo ograje, stikal in drugih površin, ali pa uporabimo rokavico za enkratno uporabo ali alkoholni robček ali čist papirnat robec;
- Ko odhajamo iz stanovanja, si pred odhodom umijemo ali razkužimo roke, da z rokami ne onesnažujemo površin v skupnih prostorih;
- Po prihodu domov si temeljito umijemo roke.