

AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASININ QIDA TƏHLÜKƏSİZLİYİ AGENTLİYİ

**İctimai iaşə müəssisələrində COVID-19-un (koronavirus) profilaktikasına dair
METODİKİ GÖSTƏRİSLƏR**



AQTA

AZƏRBAYCAN
RESPUBLİKASININ
QIDA TƏHLÜKƏSİZLİYİ
AGENTLİYİ

Bakı - 2020

MÜNDƏRİCAT

İFOQRAF	2
MAARİFLƏNDİRMƏ	3
HAZIRLIQLI OLUN	4
TƏMİZLİK VƏ DEZİNFEKSIYA İŞLƏRİ	4
İŞÇİ HEYƏTİNİN ŞƏXSİ GİGIYENASI	6
İŞÇİ HEYƏTİNİN MÜAYİNƏSİ	10
XATIRLATMA	11

İctimai iaşə müəssisələrində COVID-19-a (koronavirus) qarşı profilaktik tədbirlər

İctimai iaşə



Maarifləndirmə: İşçi heyətini əllərin müəmədi olaraq düzgün qaydada yuyulması, tibbi maskalardan düzgün istifadə, şəxsi gigiyena və digər qaydalara əməl edilməsi ilə bağlı məlumatlandırın, müvafiq təlimat xarakterli materiallarla təmin edin.

Hazırlıqlı olun: Müəssisənin əl yuma sahələrini sabun, əl dezinfektanları və ya spirtli gel, həmçinin birdəfəlik istifadə üçün salfet və ya hava əlqurudanı ilə təmin edin. Tibbi maskalar təmin edərək işçi heyəti və müştərilər üçün müəssisənin müxtəlif yerlərində saxlayın.



Dezinfeksiya və təmizlik işləri: Avadanlıq, qab-qacaq, sahələr və səthlər üçün həftəlik və ya aylıq təmizlik planları tərtib edin. Çarpaz çirklənmənin və infeksiyanın yayılması riskini azaltmaq üçün yuyucu (detergent), dezinfeksiyaedici vasitələrdən və 70 %-li spirt məhlulundan istifadə edin.



İşçi heyətinin gigiyenası: İşçi heyətinə burun axıntısı və ya tüpürcək ilə çirklənmiş tullantıları toplayarkən əlavə ehtiyat tədbirləri görməyi, həmçinin əlcəkdən və ya xüsusi tutqaclardan istifadə etməyi xatırladın. Çirklənmiş tullantılar atılmazdan əvvəl torbanın ağzı sıx bağlanmalı, daha sonra mikrob qalıqlarının qarşısının alınması məqsədilə əllər yuyulmalıdır.



İşçi heyətinin müayinəsi: İşə başlamazdan əvvəl işçilərdə xəstəlik əlamətlərinin olub-olmaması yoxlanılmalıdır. İşçi heyətindən hər hansı biri yüksək hərarətli və ya xəstədirsə, dərhal evə qayıtmalı, ciddi simptomlar görüldüyü halda tibbi müdaxilə üçün müvafiq qaydada tibb müəssisəsinə göndərilməlidir.

MAARİFLƏNDİRMƏ

İctimai iaşə müəssisələrində koronavirusa yoluxma hallarının və ya virusun yayılmasının qarşısının alınması məqsədilə işçi heyətin virus və ondan qorunma yolları barədə məlumatlandırılması zəruridir.



Müəssisə daxilində işçi heyətin şəxsi gigiyena qaydalarına riayət etmə səviyyəsi həmin qaydalar barədə məlumat vərəqələrinin çap edilərək müvafiq sahələrə (soyunub-geyinmə otaqları, sanitar qovşaq, mətbəx və s.) yerləşdirilməsi ilə artırıla bilər.



İşçi heyəti tibbi maskalardan istifadə qaydaları (taxılması, istifadəsi, çıxarılması, atılması) ilə bağlı təlimləndirilməlidir. Eyni zamanda, işçilər şəxsi gigiyena mədəniyyəti və praktikada tətbiqi barədə məlumatlandırılmalı və bu tələblərə uyğun davranmaları tələb edilməlidir.

Yeməklər hazırlanarkən bişirmə temperaturuna riayət edilməsi, lazımi temperatur dərəcəsinə qədər bişirilməmiş yeməklərlə qidalanmadan qaçınılması işçi heyətinə xatırladılmalı, həmçinin xam məhsulların istifadədən əvvəl təmizlənməsi, yemək dəstlərinin, mətbəx avadanlıqlarının, kirli səthlərin yuyulub təmizlənməsi prosedurları barədə mütəmadi təlimləndirmə həyata keçirilməlidir.

Müəssisədə təmizlik və dezinfeksiya işlərinin aparılması üzrə məsul şəxs təyin edilməlidir.



Məsul şəxs təmizlik və dezinfeksiya işlərinin dövriliyi, tətbiqinə icazə verilən dezinfeksiyaedici maddələrdən düzgün istifadə qaydaları, həmçinin dezinfeksiyanın aparılması qaydaları barədə məlumatlarla təmin edilməlidir.

HAZIRLIQLI OLUN

İctimai iaşə müəssisələrində koronavirusla mübarizə çərçivəsində görülməli tədbirlər:

- sanitar gigiyenik qaydalara əsasən, müəssisələrdə sanitar məişət otaqlarının (sanitar qovşaq, soyunub geyinmə otağı və s.) işlək və təmiz vəziyyətdə saxlanması;
- müəssisədə axar isti və soyuq su təchizatının təmin edilməsi;
- müəssisənin təmizlik vasitələri və dezinfeksiyaedici maddələrlə daimi olaraq təmin edilməsi;
- birdəfəlik istifadə üçün salfetlərlə təmin edilməsi və ya hava əlqurudanlarının işlək vəziyyətdə saxlanması;
- yetərli sayda tibbi maskaların və əlcəklərin təmini;
- istifadə edilmiş tibbi maskaların atılması üçün ayrıca qapalı torbaların qoyulması və bu tullantıların müvafiq qaydada məhv edilməsi;
- işçi heyətinin qanunvericilikdə göstərilən dövrilikdə, şübhəli hallarda həmin müddətlərdən kənar plandankənar icbari tibbi müayinədən keçməsinin təmin edilməsi;
- mətbəxdə, heyət otaqlarında, sanitar qovşaqlarda və xidmət zallarında mütəmadi dezinfeksiya işlərinin aparılmasının təmin edilməsi;
- qida qəbulu zallarında həm yemək masaları, həm də oturacaq yerləri arasındakı məsafənin 1.5 metr olmasının təmin edilməsi.

TƏMİZLİK VƏ DEZİNFEKSIYA İŞLƏRİ

İctimai iaşə müəssisələrində qida ilə təmas edən səthlərin, avadanlıqların təmizlənməsi və dezinfeksiyası aşağıdakı qaydada həyata keçirilir:

Təmizləmə - sintetik yuyucu vasitələrin köməyi ilə səthlərdən və avadanlıqlardan mikrob və s. xəstəlik törədicilərinin kənarlaşdırılması prosesidir.

Təmizləmə zamanı görülməli işlər:

1. İlk öncə səthləri sintetik yuyucu vasitələr və ilıq su ilə yuyun,
2. Təmiz və ya içməli su ilə durulayın,
3. Təmiz dəsmalla qurulayın.

(Təmiz su dedikdə istehlak üçün yararlı olan su nəzərdə tutulur).

Dezinfeksiya - Səthlərdə xəstəlik törədən mikroorqanizmləri sağlam orqanizmə yoluxdurən infeksiya mənbəyini məhv etmək üçün aparılan və səthlərin təmizlənməsini tam təmin etmək üçün tətbiq edilən üsul və vasitələrdir.

Dezinfeksiya zamanı görülcək işlər:

1. Seçilmiş və tətbiqinə icazə verilən dezinfeksiyaedici vasitə ilə səthi isladın,
2. Dezinfeksiyaedicini üzərində olan təlimata uyğun olaraq tətbiq edin, dezinfeksiyedicini səthdə etiket məlumatında qeyd edilən müddətdə saxlayın,



3. Təmiz nəm dəsmal ilə qurulayın.

İctimai iaşə müəssisələrində dezinfeksiya edilməsi vacib olan sahə və səthlərə daxildir:

- İnzibati binanın ərazisi;
- Binanın daxilində olan bölmələr;
 - Mətbəx və emal sahələri
 - Yemək qəbulu salonu
 - Sanitar məişət otaqları (sanitar qovşaq, duş, soyunub-geyinmə)
 - Anbarlar
- Masa və stulların səthləri;
- Pəncərələr və pəncərə altlıqları, tutacaqlar;
- Döşəmə və divar səthləri;
- Qapılar və qapı tutacaqları;
- Mətbəx avadanlıqları;
- Təmizlik üçün istifadə olunan inventarların saxlanıldığı bölmələr və s.

Təvsiyə olunan dezinfeksiyaedicilər - Dezinfeksiyaedicilərin qida ilə təmas edən səthlərdə istifadəsi zamanı onların insan sağlamlığına mənfi təsirinin qarşısını almaq və təhlükəsizliyi təmin etmək məqsədilə aşağıda qeyd edilən dezinfeksiyaedicilərdən istifadə edilə bilər:

- Hidrogen peroksid
- Ozon
- Perasetik turşu / peroksisas turşusu
- Fosfor turşusu

- Kalium hidroksid
- Natrium hidroksid

Aşağıdakı cədvəldə tövsiyə olunan dezinfeksiyaedici maddələrin siyahısı, qatılığı, saxlanma şəraiti (temperatur) və dezinfeksiya aparılan səthlərdə maddələrin qalma müddətləri öz əksini tapmışdır:

Dezinfeksiyaedici	Konsentrasiya	Temperatur	Təmas müddəti
Xlorlu ağardıcı (6 %)	1 litr suya 1 çay qaşığı	Otaq temperaturunda 25°C	1 dəqiqə
Hidrogen peroksid (3 %)	Durulaşdırılmamış	55°C	1 dəqiqə
Hidrogen peroksid (3 %)	Durulaşdırılmamış	Otaq temperaturunda 25°C	10 dəqiqə
Distillə olunmuş ağ sirkə (5%)	Durulaşdırılmamış	55°C	1 dəqiqə
Distillə olunmuş ağ sirkə (5%)	Durulaşdırılmamış	Otaq temperaturunda 25°C	10 dəqiqə

İŞÇİ HEYƏTİN ŞƏXSİ GİGIYENASI

Restoran, kafe və digər ictimai iaşə müəssisələrində işçi heyət təmiz iş geyimi, əlcək, baş örtükləri və digər gigiyenik vasitələrlə təmin olunmalıdır.

Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST) bir sıra xəstəliklərə məruz qalma və yoluxmanı azaltmaq üçün standart tövsiyələrin aparılmasını məsləhət görür. Bunlara aşağıdakılar daxildir:

- əllərin gigiyenası;
- öskürək/xəstəlik zamanı şəxsi gigiyena;
- sağlam qidalanma;
- öskürmə və asqırma kimi respirator xəstəlik əlamətlərinin müşahidə edildiyi şəxslərlə yaxın təmasdan mümkün qədər çəkinmək.

İşçilər üçün aşağıdakı prinsipləri özündə birləşdirən təlimlər müntəzəm olaraq təşkil edilməli və keçirilməlidir;

- Şəxsi gigiyena qaydalarına riayət etmək, həmçinin əllərin düzgün və təmiz yuyulması qida mənşəli xəstəliklərin qarşısının alınmasının ən effektiv üsullarından biridir. İşə başlamazdan əvvəl, iş prosesində, qida məhsulları, avadanlıqlar, qab-qacaq və dəsmallarla təmasdan öncə əməkdaşların əllərinin təmiz yuyulması və qurudulmasına nəzarət edilməlidir. Həmçinin dırnaqların mütəmadi olaraq kəsilmiş və təmiz olması, dırnaqlarda boya olmaması vacib amillərdəndir.
- Hər iş növbəsindən sonra geyim forması dəyişdirilməlidir. Bundan başqa işçilər, xüsusilə də mətbəxdə çalışan heyət xüsusi iş geyimində olmalı, gündəlik ev geyimlərinin iş prosesində istifadəsinə yol verilməməlidir.
- Qida məhsulları ilə təmas edərkən saçları qapalı saxlayan baş örtükləri və əlcəklərdən istifadə edilməlidir. Qabların yuyulması zamanı birdəfəlik istifadə üçün nəzərdə tutulmuş rezin əlcəklərdən istifadə vacibdir.
- Əlcəklər çirkləndikdə və zədələndikdə, həmçinin iş növbələri arasında dəyişdirilməlidir.
- İctimai iaşə əməkdaşlarının əllərində istənilən kəsik, açıq, qapalı yaralar mütləq su keçirməyən sarğı ilə örtülməlidir. Bu şəxslər yalnız tibbi müayinə keçdikdən sonra işə buraxıla bilər;
- Boyunbağı, sırğa, bilərzik kimi aksesuarlardan istifadə arzuolunmazdır.

Əllərin yuyulması

- Əllərin yuyulması özünü və ailənizi xəstəlikdən qorumaq üçün ən yaxşı vasitədir.
- Qida ilə yoluxan xəstəliklər çox vaxt çirklənmiş əllərlə yaranır. Əllərin təmiz yuyulması qida yolu ilə yoluxan xəstəlik və digər infeksiya riskini azaldır.

Əllər nə zaman və necə yuyulmalıdır?

İnsanların yoluxma və ya xəstəliyin yayılma təhlükəsinin olduğu vaxtlarda əllərin yuyulması zəruridir. Özünüzün və ətrafınızdakıların sağlamlığı üçün aşağıdakı hallarda əllər yuyulmalıdır:

- Qida ilə təmasdan və yeməklərin hazırlanmasından öncə, sonra və yemək hazırlama müddətində;
- Qidalanmadan öncə;
- Sanitar qovşağa girib çıxdıqdan sonra;
- Burnunuzu təmizlədikdən, öskürdükdən, əsqırdıqdan sonra;
- Tullantılarla təmasdan sonra.

Qida sektorunda çalışan şəxslər əllərini yumalıdır:

- işə başlamazdan əvvəl;
- istehlaka hazır və ya bişirilmiş qidanın istehlakından əvvəl;
- çiy qida məhsulunun emalı və hazırlanmasından sonra;
- qida tullantılarının emalından sonra;
- təmizlik işlərindən sonra;
- sanitar qovşaqlardan istifadədən sonra;
- asqırma və öskürmədən sonra;
- qida və içki istehlakından və siqaret çəkdikdən sonra;
- pulla təmasdan sonra.

Əllərin düzgün qaydada yuyulması üçün 5 qızıl qayda:

- 1- Əllərinizi dözümlülən qədər isti axar su ilə isladın və sabunu əllərinizə sürün;
- 2- Əllərinizi sabunla birlikdə ovuşdurun. Barmaq aralıqlarını və dırnaqların arasını yaxşı sabunlayın;
- 3- Sabunlu əllərinizi ən azı 20 saniyə ovuşdurun;
- 4- Əllərinizi axar suyun altında yaxşı durulayın;
- 5- Əllərinizi təmiz salfetlərlə (ictimai yerlərdə birdəfəlik istifadə üçün nəzərdə tutulmuş dəsmalla) və ya hava ilə qurudun.

Sabun və ya su istifadəsi mümkün olmadıqda, 60%-li spirt tərkibli dezinfeksiyaedici məhlullardan istifadə edilə bilər.

Bu məhlulların sürətli şəkildə əllərdəki bakteriyaları azaltmasına baxmayaraq,

- bütün bakteriyaları məhv edə bilmir;
- əllərin çirklənməsi məhlulun effektivliyini azaldır;
- pestisid və ya ağır metalları təmizləmir.

Dırnaqların gigiyenası

Əllərin gigiyenasına, həmçinin dırnaqların təmizlənməsi və kəsilməsi də aiddir. Dırnaqlarda çirklənmə və mikroblar infeksiyaların yayılmasına səbəb olur. Dırnaqlar qısa olmalı, arası su və sabunla təmiz yuyulmalıdır. Dırnaqlara qulluq etməzdən əvvəl bütün avadanlıqlar (dırnaq kəsən və cilalayan vasitələr) müvafiq qaydada təmizlənməli, dezinfeksiya və ya sterilizasiya olunmalıdır.

Dırnaqlarda mikrob və infeksiyaların yayılmasının qarşısının alınması məqsədilə aşağıdakı qaydalara əməl edilməlidir:

- Dırnaqlar qısa saxlanmalı və tez-tez kəsilməlidir.

- Hər dəfə əllər yuyulmazdan öncə dırnaqların altı sabun və su ilə (və ya dırnaq üçün fırça ilə) təmiz yuyulmalıdır.
- İstifadədən öncə dırnağa qulluq vasitələri təmizlənməlidir.
- Dırnaqların dişlənməsi yolverilməzdir.
- Kutikula qatının zədələnməsi arzuolunmazdır, çünki kutikula infeksiyanın qarşısını almaq üçün bəyər rolunu oynayır.

Tibbi maskalardan ümumi istifadə qaydaları:

- Maskalar ağız və burun nahiyyəsini səliqəli örtməklə, üz və maska arasındakı boşluqları minimuma endirmək şərti ilə taxılmalıdır.
- İstifadə zamanı maskanın ağızla təmasda olan hissəsinə toxunmaq olmaz.
- Maska çıxarılan zaman müvafiq texnikaya əməl edilməlidir (maskanın ön hissəsinə toxunmaq olmaz, arxa hissəsindəki ipləri vasitəsilə çıxarılmalıdır).
- Maskanı çıxardıqdan sonra əllər spirtlə təmizlənməli və ya sabun və su ilə təmiz yuyulmalıdır.
- Maska çirkləndikdə və ya nəmləndikdə dəyişdirilməsi vacibdir.
- Birdəfəlik maskalardan təkrar istifadə edilməməlidir.
- Respirator axıntının qarşısını almaq üçün yoluxmuş şəxs mütəmadi olaraq maskalardan istifadə etməlidir.
- Tibbi maskalara qarşı həssaslığı olan şəxslər tənəffüs gigiyenasına xüsusi diqqət etməlidirlər; öskürmə və asqırma zamanı ağız və burun nahiyyəsi birdəfəlik istifadə üçün nəzərdə tutulmuş kağız salfetlərlə silinməlidir. İstifadədən sonra material mütləq xüsusi qapalı tullantı qutularına atılmalıdır. Tənəffüs ifrazatı ilə təmasdan dərhal sonra əllər təmizlənməlidir.
- Pəncərə və qapılar müntəzəm olaraq açılmalı və məkanın havası dəyişilməlidir.
- Birdəfəlik maskaların istifadəsindən sonra onların zərərsizləşdirilməsi və kənarlaşdırılması vacibdir.

Gigiyena etiketləri

Gigiyena etiketi xəstəlik və xəstəliyin yayılmasının qarşısını alan təcrübələri əhatə edir.

Ağır tənəffüs yolu xəstəlikləri aşağıdakı hallarda daha tez yayılır:

- Öskürmə və ya asqırma;
- Çirkli əllər.

Xəstəliyin yayılmasının qarşısının alınmasına kömək edən yollar:

- Öskürmə və asqırma zamanı ağız və burun dəsmal və ya məndillə bağlanmalı;
- İstifadə olunmuş dəsmal zibil qutusuna atılmalı;
- Dəsmal olmadıqda isə öskürmə və asqırma zamanı qolun üst (bazu-çıyın) nahiyyəsi ilə ağız və burun bağlanmalıdır;
- Əllər tez-tez yuyulmalıdır.

İş geyimi ilə əlaqədar gigiyenik qaydalar:

- İşə başlamazdan əvvəl üst paltarı, ayaqqabı, şəxsi əşyalar qarderoba yerləşdirilməlidir;
- İş və şəxsi geyimləri müxtəlif dolablarda saxlanılmalıdır;
- İş geyiminə xüsusi forma, xalat, önlük, başlıq və ayaqqabı aiddir;
- İşə başlamazdan əvvəl əllər sabunla təmiz yuyulmalı, təmiz işçi forması geyinilməli, saçlar örtük altında yığılmalı və ya xüsusi tor materialdan hazırlanmış başlıqlardan (bone) istifadə edilməlidir;
- İş zamanı təmiz paltarda olmalı, çirkləndikdə dəyişdirilməlidir;
- Sanitar qovşağa getdikdə önlük, başlıq çıxarılmalı, əllər sabunla təmiz yuyulduqdan sonra təkrar geyinilməlidir;
- Çirkli iş geyimlərinin ev şəraitində yuyulmasına yol verilmir. İş geyimləri yalnız ixtisaslaşmış çamaşırxanalarda yuyulmalıdır;
- İşçi formasında məkandan kənara çıxmaq arzuolunmazdır;
- Baş örtükləri saçları tam olaraq əhatə etməlidir ki, bu da kəpək və tükün qida məhsullarına və hazır yeməklərə düşməsinin qarşısını alır. Saçların təmizliyi də önəmlidir. Kişilər saçlarını vaxtı-vaxtında kəsdirməli və üzünü tıraş etməlidir.

İŞÇİ HEYƏTİNİN MÜAYİNƏSİ

Sağlamlıq vəziyyətinə şübhə olan işçiləri evdə qalmağa təşviq edin:

- Kəskin respirator xəstəlik əlamətləri olan işçilərin xəstəlikdən azad olanadək evdə qalmaları tövsiyə olunur.
- Kəskin respirator xəstəlik əlamətləri hiss edən işçilərdən xəstəliyini təsdiqləyən xəstəlik vərəqəsi tələb etməyin.
- Xəstə ailə üzvünə qulluq etmək üçün işçilərə evdə qalmağa imkan verən çevik siyasət formalaşdırın. Bu səbəblə adi vaxtlarda olduğundan daha çox işçinin evdə qala biləcəyini nəzərə alın.

Sağlamlıq vəziyyətinə şübhə olan işçiləri digərlərindən ayırın:

- İşə gəldikdə və ya gün ərzində kəskin respirator xəstəlik əlamətləri (öskürmə, nəfəs darlığı və s.) göstərən işçilərin digərləri ilə təması kəsilməli, onlar dərhal evə göndərilməli və təcili tibbi yardım üçün tibb müəssisəsinə müraciət etməlidir.

XATIRLATMA

İctimai iaşə (ailəvi istirahət mərkəzi, restoran, şadlıq sarayı, keytrinq, yeməxana, bufet, kafe, qəlyanaltı və s.) xidməti fəaliyyəti ilə məşğul olan müəssisələrdə əhaliyə realizasiya olunan yeyinti məhsullarının minimum keyfiyyətinin və təhlükəsizliyinin təmin edilməsi məqsədilə texniki rəqlamentlərin və qida təhlükəsizliyi sahəsində texniki normativ hüquqi aktların tələblərinin icra edilməsi yeyinti məhsulları sahəsində fəaliyyət göstərən bütün hüquqi və fiziki şəxslər üçün məcburidir.

İctimai iaşə xidməti müəssisələrində istehlakçıların zoonoz xəstəliklərə yoluxma riskinin qarşısının alınması məqsədilə yalnız baytarlıq (baytarlıq-sanitariya) ekspertizasından keçmiş, əhalinin sağlamlığı üçün təhlükəsizlik tələblərinə cavab verən və yoluxucu xəstəliklərə görə sağlam təsərrüfatlardan olan heyvan mənşəli məhsulların tədarükünə, saxlanmasına, emalına və satışına yol verilir.

Eyni zamanda ictimai iaşə müəssisələrinin sahibləri baytarlıq (baytarlıq-sanitariya) ekspertizasından keçməyən, üzərində ekspertizadan keçməsinə təsdiq edən möhür və ekspertiza arayışı olmayan heyvan mənşəli məhsulların (məsələn, iri və xırdabuynuzlu heyvanların, quşların əti və s.) alışına, satışına və istifadəsinə görə qanunla müəyyən edilmiş qaydada şəxsən məsuliyyət daşıyırlar.