

**WYTYCZNE DOTYCZĄCE POSTĘPOWANIA W CELU ZAPOBIEGANIA,
PRZECIWDZIAŁANIA I ZWALCZANIA EPIDEMII COVID-19 ORAZ INNYCH
CHORÓB ZAKAŹNYCH, MAJĄCE NA CELU OCHRONĘ ZDROWIA I ŻYCIA
PRACOWNIKÓW, STUDENTÓW ORAZ DOKTORANTÓW
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO**

§ 1

Zapobieganie zakażeniom – wytyczne higieniczne:

Wszystkim członkom wspólnoty Uniwersytetu Warszawskiego zaleca się przedsięwzięcie środków bezpieczeństwa zapobiegających zakażeniu, polegających w szczególności na:

- 1) częstym myciu rąk – zwłaszcza po każdej wizycie w toalecie, przed jedzeniem i po jedzeniu, po kontakcie z żywnością;
- 2) stosowaniu prawidłowej techniki mycia rąk, polegającej na myciu rąk mydłem pod bieżącą, ciepłą wodą przez 20–30 sekund, rozprowadzając mydło dokładnie po powierzchniach dłoni i palców;
- 3) używaniu do czyszczenia rąk, w przypadku braku dostępu do bieżącej wody, chusteczek nasączonych środkami czystości na bazie alkoholu;
- 4) zasłanianiu, podczas kichania oraz kasłania, ust i nosa chusteczką higieniczną lub łokciem;
- 5) wyrzucaniu do kosza chusteczki higienicznej niezwłocznie po jej użyciu;
- 6) unikaniu dotykania rękami śluzówek oczu, nosa i ust;
- 7) w miarę możliwości wietrzeniu pomieszczenia, w którym się przebywa; zalecany czas: 10 minut co godzinę;
- 8) dołożeniu wszelkich starań, aby stanowiska pracy były czyste i zdezynfekowane, zarówno w trakcie dnia pracy, jak i po jego zakończeniu;
- 9) pozostaniu w domu i w razie potrzeby zgłoszeniu się do lekarza, w przypadku pojawienia się objawów w postaci kaszlu, bólu gardła, bólu mięśni, bólu głowy, dreszczy osłabienia lub biegunki.

§ 2

**Przeciwdziałanie zakażeniom – przestrzeganie zasad higieny w miejscu pracy
oraz odbywania zajęć dydaktycznych**

W celu zminimalizowania możliwości zarażenia się przez pracowników, studentów oraz doktorantów Uniwersytetu Warszawskiego wirusem SARS-CoV-2 zaleca się wdrożenie i ścisłe przestrzeganie zasad higieny w Uniwersytecie Warszawskim, w tym w szczególności:

- 1) zapewnienie dezynfekcji miejsc przebywania osób, w tym często dotykanych powierzchni, w szczególności takich jak klamki, blaty robocze, biurka, klawiatury, umywalki, toalety, dozowniki mydła itp.;
- 2) zapewnienie codziennego sprzątania z użyciem detergentów podłóg, stołów, krzeseł, szafek w pomieszczeniach socjalnych itp.;
- 3) w miarę możliwości, zapewnienie regularnego wietrzenia pomieszczeń: okresowo w ciągu dnia pracy; zalecany czas: 10 minut co godzinę;
- 4) w miarę możliwości, rozstawienie stanowisk pracy w taki sposób, aby zapewnić zachowanie między nimi odległości, co najmniej 1,5 m;
- 5) określenie zasad korzystania z ciągów komunikacyjnych, takich jak schody, czy korytarze, w szczególności w drodze wprowadzenia ruchu jednokierunkowego tam, gdzie jest to możliwe;

- 6) zapewnienie, aby korespondencja, przesyłki pocztowe lub dostarczone przez kurierów były pozostawiane, w miarę możliwości, na 2-3 godziny w osobnych pojemnikach przed ich otwarciem.

§ 3

Zasady postępowania w przypadku wystąpienia u któregokolwiek z pracowników, studentów lub doktorantów Uniwersytetu Warszawskiego objawów choroby COVID-19

Określa się zasady postępowania w razie wystąpienia przypadku zakażenia lub ryzyka zakażenia wirusem SARS-CoV-2:

- 1) w przypadku zaobserwowania choćby jednego z objawów charakterystycznych dla choroby COVID-19 należy pozostać w domu i skontaktować się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną, oddziałem zakaźnym, a w razie pogarszania się stanu zdrowia zadzwonić pod nr 999 lub 112 w celu poinformowania o tym fakcie i możliwości zarażenia wirusem SARS-CoV-2;
- 2) w przypadku możliwości zarażenia się wirusem SARS-CoV-2 poza terenem Uniwersytetu Warszawskiego poprzez bliski kontakt z osobą zakażoną, zaleca się zgłoszenie tego faktu bezpośredniemu przełożonemu telefonicznie, w dziekanacie, akademiku lub drogą mailową;
- 3) w przypadku zachorowania wywołanego wirusem SARS-CoV-2 lub objęcia kwarantanną osoba zakażona powinna niezwłocznie powiadomić telefonicznie lub mailowo bezpośredniego przełożonego, dziekanat, administrację akademika,
- 4) rekomenduje się ustalenie listy osób przebywających w tym samym czasie w pomieszczeniach Uniwersytetu Warszawskiego, w których przebywała osoba podejrzana o zakażenie.

§ 4

Bliski kontakt z osobą zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2

Bliski kontakt z osobą zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2 rozumiany jest jako:

- 1) przebywanie w bezpośredniej bliskości (twarzą w twarz) z osobą chorą, w odległości mniejszej niż 2 m przez ponad 15 minut;
- 2) bezpośredni kontakt fizyczny z osobą zakażoną wirusem SARS-CoV-2 (np. podanie ręki);
- 3) bezpośredni kontakt bez środków ochronnych z wydzielinami osoby chorej na COVID-19 (np. dotykanie zużytej chusteczki higienicznej, narażenie na kaszel osoby chorej itp.);
- 4) przebywanie w tym samym pomieszczeniu, co chory na COVID-19, przez co najmniej 15 minut, np. podczas zajęć dydaktycznych;
- 5) kontakt na pokładzie samolotu lub innych środków transportu zbiorowego obejmujący osoby zajmujące dwa miejsca (w każdym kierunku) sąsiadujące z osobą z COVID-19, osoby towarzyszące w podróży lub sprawujące opiekę nad osobą z COVID-19, członków załogi obsługujących sekcję, w której znajduje się chory.