



GŁÓWNY INSPEKTOR SANITARNY

EP.NE.743.12.2020

Warszawa, dnia 01 kwietnia 2020

Pan
Adam Piotr Bodnar
Rzecznik Praw Obywatelskich

Aleja Solidarności 77
00 - 090 Warszawa

biurorzecznika@brpo.gov.pl

Szanowny Panie Ministrze,

w odpowiedzi na pismo znak: KMP.071.4.2020.PK z dnia 26.03.2020 r. dotyczące opracowania zaleceń związanych z przeciwdziałaniem rozprzestrzeniania się koronawirusa w miejscach detencji, uprzejmie informuję, iż podtrzymuję swoją odpowiedź.

Ponawiam informację, iż nie ma możliwości opracowania zunifikowanych wytycznych dla miejsc detencji, dla wszystkich instytucji, z uwagi na nawał pracy związanej z zadaniami, jakie spoczywają na Państwowej Inspekcji Sanitarnej w związku z pandemią SARS-CoV-2, jak też specyfikę podmiotów, która nie jest nam znana, a procedury działania, aby spełniły swoją rolę, muszą być dostosowane odrębnie.

Podmioty i instytucje zgłaszające się do Głównego Inspektora Sanitarnego, w ramach obywatelskiej i instytucjonalnej współpracy, przedstawiają do konsultacji opracowane przez siebie wytyczne, z uwzględnieniem specyfiki oraz informacji i zaleceń, które są zamieszczane na stronach internetowych Głównego Inspektoratu Sanitarnego i Ministerstwa Zdrowia. Taki schemat zapewnia (1) dostosowanie procedur działania do potrzeb instytucji, (2) eliminację merytorycznych błędów, które mogłyby mieć negatywny wpływ na bezpieczeństwo ludzi. Przykładem jest ścisła współpraca z Kierownictwem Służby Więziennej i Dyrektorem Biura Więziennej Służby Zdrowia i wypracowanie procedur przeciwepidemicznych w obszarze więziennictwa.

Jednocześnie przedstawiam podstawowe zasady bezpiecznego zachowania podczas epidemii koronawirusa, których stosowanie pozwoli zredukować ryzyko zakażenia:

1. Często myj ręce

Należy pamiętać o częstym myciu rąk wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%). Istnieje ryzyko przeniesienia wirusa z zanieczyszczonych powierzchni na ręce. Dlatego częste mycie rąk zmniejsza ryzyko zakażenia.

2. Podczas powitania unikaj uścisków i podawania dłoni

W ciągu dnia dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Powstrzymaj się od uścisków, całowania i podawania dłoni na powitanie.

3. Unikaj płatności gotówką, korzystaj z kart płatniczych

Na powierzchni banknotów i monet mogą znajdować się wirusy i bakterie. W miarę możliwości unikaj płatności gotówką. Korzystaj z kart płatniczych i bankowości elektronicznej.

4. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust

Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie wirusa z powierzchni na siebie.

5. Regularnie myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykowe

Powierzchnie dotykowe w tym biurka, lady i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze muszą być regularnie przecierane z użyciem wody z detergentu lub środka dezynfekcyjnego. Wszystkie miejsca, z których często korzystają ludzie powinny być starannie dezynfekowane.

6. Regularnie dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków

Na powierzchni telefonów komórkowych bardzo łatwo gromadzą się chorobotwórcze drobnoustroje. Regularnie przecieraj lub dezynfekuj swój telefon komórkowy (np.: wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkiem dezynfekującym). Nie kładź telefonu na stole i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków.

7. Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy

Należy zachować co najmniej 1-1,5 metra odległości z osobą, z którą rozmawiamy, twarzą w twarz, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.

8. Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu

Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%). Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków, w tym wirusów.

9. Odżywiaj się zdrowo i pamiętaj o nawodnieniu organizmu

Stosuj zrównoważoną dietę. Unikaj wysoko przetworzonej żywności. Pamiętaj o codziennym jedzeniu minimum 5 porcji warzyw i owoców. Odpowiednio nawadniaj organizm. Codziennie wypijaj ok. 2 litrów płynów (najlepiej wody). Doświadczenia z innych krajów wskazują, że nie ma potrzeby robienia zapasów żywności na wypadek rozprzestrzeniania się koronawirusa.

10. Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie

Niepokój to naturalny odruch w przypadku występowania nowego zagrożenia zdrowotnego. Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy opartych na dowodach naukowych, które publikowane są na stronach internetowych gis.gov.pl i gov.pl/koronawirus. Wiedza naukowa to najskuteczniejsze narzędzie w walce z koronawirusem.

Zalecenia te, jak szereg innych aktualnych informacji i rekomendacji, znajdują się na stronie internetowej Głównego Inspektoratu Sanitarnego www.gis.gov.pl

Z poważaniem

z up. Głównego Inspektora Sanitarnego
Izabela Kucharska
Zastępca Głównego Inspektora Sanitarnego

/dokument podpisany elektronicznie/