



Į mokyklas sugrįžkime saugiai: COVID 19 ligos prevencijos priemonės

Prevencinių priemonių svarba

- Mokyklas **atidaryti lengva**, tačiau **išlaikyti jas atidarytas – sunku**.
- Norint išvengti mokyklų uždarymo – **būtina imtis tinkamų prevencijos priemonių** ⁽¹⁾.
- Tinkamų **prevencinių priemonių derinys** (vakcinacija ir testavimas, saugaus atstumo laikymasis, „burbulo“ principas, rankų higiena, patalpų vėdinimas, valymas, tam tikrais atvejais asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas) **padeda sumažinti COVID-19 ligos plitimo riziką** ^(2, 3).
- Nei viena prevencijos priemonė **nėra „auksinis standartas“**, būtina visas priemones taikyti **kompleksiškai** ^(1, 4).

Mokyklos bendruomenės svarba

- Klaidinga nuomonė – už prevencinių priemonių įgyvendinimą atsakinga tik ugdymo įstaiga ⁽¹⁾.
- Būtinas visos mokyklos bendruomenės (mokinių, tėvų, darbuotojų) įsitraukimas, tarpusavio bendradarbiavimas ir prevencinių priemonių laikymasis ^(1,2).
- Itin svarbūs iniciatyvūs ir pavyzdį rodantys lyderiai.
- Tik visų mokyklos bendruomenės narių pastangomis galima sumažinti COVID-19 ligos plitimo riziką ir pabaigti šiuos mokslo metus mokykloje.



Prevencijos priemonės

- Vakcinacija ir testavimas
- Organizacinės priemonės
- Patalpų vėdinimas
- Paviršių valymas
- Tinkama rankų higiena ir jai būtinų sąlygų sudarymas
- Asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas
- Informacijos teikimas mokyklos bendruomenės nariams

Fizinio ugdymo pamokų organizavimas bei veiklų lauke organizavimas

- Maksimaliai **išnaudoti galimybes** pamokas, grupines veiklas **organizuoti lauke**, lauko klasėse.
- **Apriboti vienu metu sporto salėje sportuojančių klasių skaičių.** Idealu – vienu metu sporto salėje ugdomi vienos klasės mokiniai.
- Numatyti, kad **persirengimo kambariais** naudotųsi tik **tos pačios klasės** (grupės) mokiniai. Esant reikalui – numatyti papildomas persirengimo patalpas.
- Esant galimybei, rekomenduojama nevykdyti **kontaktiniu būdu interaktyvių veiklų**, kurių metu **pagilėja, padažnėja kvėpavimas** (pvz., susijusių **su sportu**). O jei vykdoma, tarp mokinių turi būti užtikrinamas ne **mažesnis nei 2 metrų atstumas**.
- Mokyklos teritorijoje **numatyti erdves**, kuriose pertraukas galėtų **leisti skirtingų klasių** (grupių) mokiniai.



Patalpų vėdinimas

- **Tinkamas mokyklos patalpų vėdinimas** turi būti **užtikrinamas ir įprastomis sąlygomis**.
- Mokymo klasėse turi būti **užtikrinta natūralaus vėdinimo per atidaromus langus galimybė**. Mokymo klasės ir mokymo kabinetai, kuriuose neįrengta mechaninio vėdinimo sistema, **turi būti išvėdinami po kiekvienos pamokos**.
- Patalpos, kuriose organizuojamas mokinių ugdymas, vykdomos konsultacijos, organizuojami egzaminai, turi **būti išvėdinamos prieš atvykstant mokiniams ir kiekvienos pertraukos metu**.
- Jei organizuojant veiklą naudojamos **bendros patalpos**, po kiekvienos pamokos jos turi **būti išvėdinamos**.
- Po kiekvienos klasės (grupės) **valgymo salė** turi būti išvėdinama.



Paviršių valymas (1)

- COVID-19 ligos sukėlėjas **ant įvairių paviršių** laboratorijos sąlygomis **išlieka ilgai gyvybingas**: iki 1 d. ant medžio, iki 2 d. ant stiklo, iki 4 d. ant plastiko ir nerūdijančio plieno ^(1,2).
- Jei organizuojant veiklą naudojamos **bendros patalpos** (specializuoti kabinetai, salės ir pan.), **po kiekvienos pamokos jos turi išvalomos**.
- **Dažnai liečiami paviršiai** (durų rankenos, durų rėmai, stalų paviršiai, kėdžių atramos, laiptinės turėklai, elektros jungikliai ir kt.) **turi būti valomi** paviršiams valyti skirtu valikliu ne **rečiau kaip 2 kartus per dieną**.

Paviršių valymas (2)

- **Svarbus** ne tik patalpų paviršių, bet **ugdymo priemonių paviršių valymas**.
- Jei mokymo priemone, inventoriumi **naudojasi daugiau kaip vienas mokinys**, jos turi būti **išvalomos** ir **dezinfekuojamos** po kiekvieno panaudojimo. Dalijimasis ugdymo priemonėmis turi būti ribojamas.
- Mokiniai ir mokyklos darbuotojai turėtų turėti savo **individualias labai dažnai naudojamas ugdymo priemones** (rašiklius, pieštukus).
- Klasės „burbule“ naudojamomis **ugdymo priemonėmis** (knygos, žaidimai) **gali** tarpusavyje **dalintis** klasėje besimokantys mokiniai. Šios priemonės turėtų būti reguliariai valomos kaip ir kiti dažnai liečiami paviršiai.
- **Ugdymo priemonės**, kuriomis dalinasi skirtingų klasių vaikai (sporto, dailės, mokslo įranga) **prieš pasidalinimą turėtų būti valomos ir nenaudojamos 48 valandas** (72 valandas turėtų būti nenaudojama plastikinė įranga).

Tinkama rankų higiena ir jai būtinų sąlygų sudarymas (1)

- **COVID-19 gali plisti per užterštus paviršius** (sveikas asmuo palietęs užterštus paviršius vėliau nešvariomis rankomis pasitrynęs akis, burną ar nosį gali užsikrėsti) ⁽¹⁾.
- **Rankų higiena** – tai dažnas ir tinkamas **rankų plovimas vandeniu su muilu** arba **rankų valymas alkoholio turinčiomis priemonėmis** (tirpalais, geliais, servetėlėmis ar kitomis priemonėmis) ⁽²⁾.
- Mokyklose patartina pirmenybę teikti tam, kad būtų **sudarytos sąlygos mokiniams nusiplauti rankas vandeniu su muilu**, o ne jas dezinfekuoti ⁽²⁾.
- Rekomenduojama naudoti **skystą muilą be antimikrobinių priedų, neutralaus pH**, dozatoriuose ⁽²⁾.
- **Neplauti rankų karštu vandeniu** (karštas vanduo nuriebalina odą, skatina jos pabrinkimą, išsausėjimą) ⁽²⁾.

Asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas (1)

- **Virusas plinta per orą kartu su kvėpavimo takų sekreto lašeliais**, kurie į aplinką patenka žmogui kosint, čiaudint, kalbant ar dainuojant ⁽¹⁾.
- Su sergančiu asmeniu artimai (mažesniu 2 metrų atstumu) kontaktuojantys žmonės gali užsikrėsti infekuotiems lašeliams patekus į jų nosį, burną ar akis ⁽¹⁾.
- Saugaus atstumo laikymasis – efektyviausia priemonė siekiant sumažinti COVID-19 perdavimo riziką ⁽²⁾.
- **Kuomet neįmanoma išlaikyti atstumo – rekomenduojama dėvėti kaukes** ⁽²⁾.
- **Kaukės sudaro barjerą užkrėstiems lašeliams iš kvėpavimo takų patekti į aplinką** ⁽³⁾.

Asmeninių apsaugos priemonių dėvėjimas (2)

- **Visi vyresni nei 6 metų asmenys mokykloje turi dėvėti** nosį ir burną dengiančias **apsaugos priemones** (veido kaukes, respiratorius ar kitas priemones) (toliau – kaukės).
- Dėvimos kaukės turi priglusti prie veido ir visiškai dengti nosį ir burną.
- **Kaukių gali nedėvėti:**
 1. Pagal pradinio ugdymo programą **ugdomi vaikai būdami mokykloje ar jos teritorijoje.**
 2. **Neįgalumą turintys asmenys**, kurie dėl savo sveikatos būklės **kaukių dėvėti negali ar jų dėvėjimas gali pakenkti asmens sveikatos būklei** (šiems asmenims rekomenduojama nešioti veido skydelį).
 3. **Sportuojantys asmenys.**



Kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas

- Čiaudint ir kosint būtina popierine servetėle arba alkūne užsidengti nosį ir burną.
- Popierinę servetėlę kuo skubiau išmesti į šiukšlių dėžę.
- Plauti rankas su vandeniu ir muilu arba jas dezinfekuoti.
- **Mokykloje turi būti pakankamas servetėlių bei šiukšlių dėžių kiekis.**



Kelionės į / iš mokyklos organizavimas

- Privaloma užtikrinti tarp asmenų **ne mažesnę kaip vieno metro atstumą.**
- Transporto vairuotojus atskirti pertvaromis nuo keleivių arba išlaikyti ne mažesnę kaip 2 metrų atstumą.
- Vairuotojai ir keleiviai, išskyrus vaikus iki 6 metų amžiaus bei neįgaliuosius, viešajame transporte **privalo dėvėti nosį ir burną dengiančias kaukes.**
- Autobuse **turi būti įrengtos** keleiviams gerai matomoje ir naudoti patogioje vietoje **rankų dezinfekavimo priemonės.**
- Transporto priemonėse turi būti reguliariai **valomi ir dezinfekuojami dažnai liečiami paviršiai** (rankenos, turėklai ir pan.) (ne rečiau kaip kartą per dieną).
- Kiekvienoje transporto priemonėje privalo būti aiškiai matoma **informacija apie prevencines COVID-19 ligos priemones.**

Apibendrinimas

- Mokyklų uždarymas - paskutinė COVID-19 ligos plitimo prevencijos priemonė.
- Nei viena priemonė nėra 100 %. Prevencijos priemonės turi būti taikomos kompleksiškai.
- Svarbu laikytis ne tik privalomų, bet ir rekomenduojamų prevencijos priemonių.
- Prevencijos priemonės bus efektyvios tik tada jeigu jų laikysis visa mokyklos bendruomenė.