



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

Verzija P1

Zagreb, 24. travnja 2020.

Preporuke za sprečavanje infekcije u trgovinama koje započinju s radom u okviru postupnog ublažavanja restrikcija vezanih za COVID-19

Radi sprečavanja širenja infekcije u trgovinama, potrebno je osigurati fizički razmak među kupcima te između kupaca i radnika trgovine.

Potrebno je također omogućiti dezinfekciju ruku kupcima na ulasku u trgovinu te smanjiti bliski kontakt radnika koji rade u odvojenim smjenama.

Radi smanjenja fizičkog kontakta potrebno je:

1. Ograničiti broj kupaca koji istovremeno borave u trgovini.

15 kupaca na 100 m² neto. Maksimalni broj kupaca koji mogu istovremeno boraviti u trgovini ovisi o neto površini trgovine (površina koja je predviđena za kretanje kupaca, tj. bruto površina umanjena za površinu koju zauzimaju izlošci, police, blagajna, hladnjaci i ostala oprema trgovine). Najveći broj kupaca koji može istovremeno boraviti u trgovini je neto površina u četvornim metrima podijeljena sa 7. Ako je teško odrediti neto površinu, može se najveći broj kupaca koji istovremeno smiju biti u trgovini izračunati da se bruto površina podijeli s 10.

Ograničenje broja kupaca. Nakon što u trgovinu uđe maksimalno dozvoljen broj kupaca, daljnji ulasci su mogući tek kad netko od kupaca izađe, tj. na jednog koji izađe, jedan može ući.

Posebna pravila za trgovine tekstila. U trgovinama tekstila preporučuje se prodaja bez isprobavanja odjevnih predmeta. Epidemiološki se ne preporučuje isprobavanje odjevnih predmeta koji se oblače i svlače preko glave. Ako je nužno isprobati odjevne predmete, nekupljena roba mora se spremati na pet dana u za to predviđeni prostor prije ponovnog stavljanja u prodaju. Isto vrijedi i za odjevne predmete iz povrata.

Ograničen broj košarica i kolica. U trgovinama koje imaju košarice ili kolica, ograničenje broja kupaca koji ulaze u trgovinu može se postići na način da se na raspolaganje stavi onaj broj košarica ili kolica koji odgovara najvećem broju kupaca koji mogu istovremeno biti u trgovini te da se ulazak uvjetuje preuzimanjem slobodne košarice ili kolica.

2. Osigurati zaštitne maske i fizičku distancu za osoblje koje dolazi u kontakt licem u lice s kupcima

Maksimalna zaštita kupaca i prodajnog osoblja. To se odnosi na blagajnike, poslužitelje, osoblje koje objašnjava karakteristike proizvoda i slično. Osoblje treba prilikom interakcije s kupcem koristiti zaštitnu masku koja prekriva nos i usta. Treba im stalno biti na raspolaganju dezinfekcijsko sredstvo kojim će periodički dezinficirati ruke. Ako je moguće, prostorno osigurati razmak od minimalno dva metra između poslužitelja ili blagajnika i kupca prilikom izdavanja robe i plaćanja robe. Ako je moguće ugraditi zaštitnu pregradu na mjestu posluživanja i na blagajni, koja će fizički odvojiti blagajnika od kupca. Treba poticati bezkontaktno plaćanje kreditnim karticama.



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

3. Osigurati minimalni kontakt između djelatnika koji rade u različitim smjenama

Dvosmjenski rad. Ako je moguće, organizirati rad dvokratno, na način da između prve i druge smjene bude barem sat vremena razmaka, koji će se iskoristiti za čišćenje i dezinfekciju površina tijekom rutinskog čišćenja. Površine se dezinficiraju prebrisavanjem dezinficijensom na bazi alkohola.

4. Osigurati dezinfekcijsko sredstvo za ruke kupaca i obavijesti za kupce te kontinuirano provoditi dezinfekciju površina koje se često diraju

Dezinfekcija prostora. Na ulazu u trgovinu treba kupcima biti osiguran dispencer s dezinfekcijskim sredstvom za ruke i jasno istaknuta obavijest o obvezi dezinfekcije ruku pri ulasku. Također na ulazu treba biti jasno istaknuta obavijest o obvezi održavanja razmaka od minimalno dva metra među kupcima te između kupaca i osoblja. Kvače i rukohvate na vratima te površine, rukohvata i rubove vrata na hladnjacima i ostale površine za koje se uoči da ih kupci često dodiruju trebaju se kontinuirano prebrisavati dezinficijensom na bazi alkohola.

5. Osigurati nadzor nad zdravstvenim stanjem osoblja

Dnevno mjerenje tjelesne temperature. Osoblje treba prije dolaska na posao izmjeriti tjelesnu temperaturu. Ako je tjelesna temperatura viša od 37,2 °C, ako se osoba osjeća bolesno ili ima bilo koje znakove bolesti (odnosi se na sve simptome i znakove bolesti, ne samo na bolesti dišnih puteva), treba se javiti nadređenom i ne dolaziti na posao dok se telefonski ne javi liječniku obiteljske medicine ili hitnoj medicinskoj službi u slučajevima kad je izravno ugrožen život ili teško narušeno zdravlje.



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

Verzija P1

Zagreb, 24. travnja 2020.

Preporuke i upute o broju i zadržavanju ljudi u zatvorenim prostorima prema njihovoj kvadraturi u okviru postupnog ublažavanja restrikcija vezanih za bolest COVID-19

Što kraći boravak u skupinama u zatvorenom. Boravak više ljudi u zatvorenim prostorima potrebno je maksimalno skratiti koliko je god moguće.

Fizička distanca od 2 m u svim smjerovima. Broj ljudi u zatvorenim prostorima potrebno je ograničiti na način da se između osoba može održavati fizičku udaljenost od 2 metra u svim smjerovima. Za neke zatvorene prostore broj osoba definiran je posebnim uputama.

Maske za lice. U prostorima gdje boravi više ljudi preporučuje se nositi maske za lice.

Prozračivanje, čišćenje i dezinficiranje. Prostor je potrebno redovito provjetravati. Ako se zatvoreni prostor koristi za organizaciju sastanaka tada je potrebno između sastanaka napraviti dovoljno dugu stanku u kojoj se prostor može prozračiti, očistiti i dezinficirati, a površine koje se često dodiruju rukama treba redovito prebrstavati dezinfekcijskim sredstvom.

Dezinfekcija ruku. U zatvorenim prostorima mora biti dostupan dispencer s dezinfekcijskim sredstvom za ruke i jasno istaknuta obavijest o obvezi dezinfekcije ruku. Također na ulazu treba biti jasno istaknuta obavijest o obvezi održavanja razmaka od minimalno dva metra među osobama.



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

Verzija P1

Zagreb, 24. travnja 2020.

Preporuke za korištenje maski za lice, medicinskih i zaštitnih maski

Prijašnje preporuke nastale temeljem informacija i uputa kojima se raspolagalo, govore su da samo osobe s akutnim respiratornim infekcijama trebaju nositi masku koja pokriva nos i usta korisnika.

Međutim, nošenje jednokratnih maski na javnim mjestima na kojima se ne može održavati sigurnosna udaljenost, npr. javni prijevoz, trgovine prehrambenih proizvoda ili čak na radnom mjestu, moglo bi pomoći smanjenju širenja virusa SARS-CoV-2. Maske mogu podići svijest o fizičkoj udaljenosti i zdravstveno osviještenom ponašanju.

Tablica 1. Prikaz vrsta maski i njihovih svojstava

Vrsta maske/Svojstva	1. Maske za lice	2. Medicinske maske	3. Filtrirajuće polumaske s ventilom i bez ventila
Kratica/sinonim	maske domaće izrade; maske kućne izrade; pomoćne maske za lice	kirurške maske	FFP2/FFP3 maske N95/ N99 i N100
Namjena	Osobna zaštita	Zaštita drugih	Zaštita na radu
Medicinski proizvod odnosno zaštitna oprema	Ne	Da	Da
Testirano i certificirano / Licenca	Ne	Da, Europski standard EN 14683:2019-6 Certifikat CE ¹	Da, Europski standard EN 149:2001-10 Certifikat CE ¹
Učinkovitost	Nošenjem se može usporiti strujanje daha ili prijenos respiratornih kapljica, maske mogu pojačati svijest o potrebi za fizičkim distanciranjem kao i o pažljivijem ophođenju prema sebi i drugima radi zaštite zdravlja	Zaštita drugih od respiratornih kapljica osobe koja nosi masku	Zaštita osobe koja nosi masku od čvrstih i tekućih čestica aerosola u zdravstvenim ustanovama

¹Radi suzbijanja epidemije bolesti COVID-19 mogu se koristiti i kirurške i FFP-maske koje nemaju oznaku "CE".



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

1. Maske za lice

Maske za lice su, u najširem smislu, maske koje se izrađuju od komercijalno dostupnih dvoslojnih pamučnih materijala gušćeg tkanja i nose se u svakodnevnom životu. Za optimalnu učinkovitost dvoslojnu pamučnu tekstilnu masku za lice, koja ima ulogu tekstilne barijere, treba pravilno nositi (tj. staviti je da čvrsto prianja na nos i usta), mijenjati je ako je mokra i ne dirati je dok se nosi.

Upute za proizvođače

Na deklaraciji se mora navesti sirovinski sastav i upute za održavanje, a pri opisu ili reklamiranju maske voditi računa o tome da se ne stvori dojam da je riječ o medicinskom proizvodu ili zaštitnoj opremi. Preporučuje se izrada maski za lice od dvoslojnih pamučnih tekstila gušćeg tkanja.

Upute za rukovanje maskama za lice

Najbolja zaštita od potencijalnog prenošenja virusa i dalje je održavanje fizičke udaljenosti od drugih osoba, koje potencijalno nose virus. Bez obzira na to, fizička barijera koja nastaje pravilnim nošenjem maske za lice može pružiti određenu zaštitu protiv većih kapljica, u kojima se može nalaziti virus, i spriječiti dodir sluznice usta/nosa s onečišćenim rukama. Takve maske mogu, kao i drugi tekstilni predmeti, usporiti strujanje izdahnutog zraka ili prijenos respiratornih kapljica i pojačati svijest o potrebi za fizičkom udaljenošću kao i o pažljivijem ophođenju prema sebi i drugima u vidu zaštite zdravlja. Na taj se način može pridonijeti smanjenju daljnjeg širenja virusa SARS-CoV-2, a u tom su kontekstu za izradu maski za lice prikladniji pamučni dvoslojni tekstili gustog tkanja.

Osobe koje žele nositi masku za lice trebaju se strogo pridržavati sljedećih pravila:

- Maske se moraju koristiti samo u osobne svrhe.
- Nepohodno je i dalje se pridržavati svih propisanih higijenskih mjera, naznačenih u preporukama HZJZ-a.
- Čak i tijekom nošenja maske za lice potrebno je prema preporuci SZO-a održavati razmak između osoba od 2 m.
- Pri stavljanju maske treba voditi računa o tome da se uz lice stavlja uvijek unutarnja strana maske.
- Jednu masku nosi samo jedna osoba, nošene maske ne smiju se dijeliti s drugima.
- Prije prve uporabe maske je poželjno oprati ili barem izglacati glačalom podešenim na temperaturu za glačanje pamučnih/lanenih materijala.
- Prije i nakon stavljanja maske ruke je potrebno temeljito oprati sapunom.



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

- Maska treba pokriti usta, nos i dio lica, a na rubu mora što tješnje pristajati kako bi se što je više moguće smanjio protok zraka izvan maske.
- Kod prve uporabe trebalo bi provjeriti propušta li maska dovoljno zraka kako bi što je manje moguće sprečavala normalno disanje.
- Navlaženu masku potrebno je skinuti i zamijeniti novom, suhom.
- Na vanjskoj strani maske potencijalno se može naći virus. Kako bi se spriječila kontaminacija ruku, treba izbjegavati dodirivanje vanjske strane maske.
- Nakon skidanja masku treba odložiti u vrećicu ili slično i dobro je zatvoriti ili je odmah oprati. Kako bi se spriječila pojava plijesni, nije preporučljivo masku dugo čuvati zatvorenu nakon nošenja.
- Maske bi se nakon jednog nošenja trebale u idealnim uvjetima oprati na 95 stupnjeva, a najmanje na 60 i temeljito posušiti.
- Ako postoje upute proizvođača, obvezno ih se i u cijelosti treba pridržavati.

2. Medicinske maske (kirurške maske)

Medicinske/kirurške maske prvenstveno se koriste za zaštitu drugih osoba od izlaganja potencijalno zaraznim kapljicama one osobe koja nosi masku. Njihova je primjena jednokratna. Odgovarajuća maska također u određenoj mjeri štiti korisnika maske kada je čvrsto pričvršćena. Koriste se prvenstveno u medicinske svrhe i služe za sprječavanje širenja kapljica iz izdahnutog zraka na pacijenta ili drugu osobu te mogu zaštititi područje usta i nosa od direktnog utjecaja većih kapljica druge osobe kao i od prijenosa patogena izravnim dodiranjem s rukama. Nesterilne medicinske maske obično su medicinski proizvodi razreda rizika u skladu s europskom direktivom o medicinskim proizvodima (93/42 / EEC) i posebno moraju biti u skladu s normom EN 14683: 2019-6. Nakon postupka ocjenjivanja sukladnosti, dodjeljuje im se oznaka "CE" čime se mogu stavljati na europsko tržište.

3. Filtrirajuće polumaske s ventilom i bez ventila (FFP2 i FFP3)

Filtrirajuće polumaske (FFP) ubrajaju se u osobnu zaštitnu opremu (OZO) u kontekstu zaštite na radu i namijenjene su zaštiti od čestica, kapljica i aerosola u zdravstvenim ustanovama. Njihova primjena je jednokratna. Dizajn filtrirajućih maski je različit. Postoje maske bez ventila za izdah i maske s ventilom za izdah. Maske bez ventila filtriraju udisani zrak i izdisani zrak i zato osiguravaju i samozaštitu i vanjsku zaštitu. Maske s ventilima filtriraju samo udahnuti zrak i stoga osiguravaju samozaštitu.

Kako bi se FFP-maske u Europi plasirale na tržište, one se moraju podvrgnuti postupku ocjene sukladnosti u skladu s europskom uredbom EU2016/425, nakon čega dobivaju oznaku "CE". Usto maske moraju ispunjavati zahtjeve europskog standarda EN 149: 2001-10.

Odstupajući od navedenog u iznimnim slučajevima FFP-maske također se mogu smatrati kao medicinski proizvodi ako nemaju ventil za izdah (tj. zrak se filtrira tijekom udisaja i izdisaja). Takve maske nose se u situacijama kada se zna da se pruža neposredna zdravstvena skrb zaraženoj osobi,



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

pri zahvatima u kojima se generira aerosol jer zaustavljaju 95% i više, odnosno 98% i više čestica, ovisno o jačini filtracije.