Védőfelszerelések, védőeszközök használata

2020.11.05.

Kerüljük a kézfogást!

A maszkviselés lassan olyan természetes, mint a levegővétel. Viszont más elővigyázatos szokásokat is el kell sajátítanunk, hogy amennyire lehet, elkerüljük a koronavírusos fertőzést. Például **fokozottan kerülnünk kell a kézfogást**, hiszen a tenyerünk is melegágya a kórokozóknak.

Szinte automatikus reflex, hogy egy találkozáskor, bemutatkozáskor kezünket nyújtjuk a másik félnek. Bizalmi érintés ez, mely során jóindulatunkról biztosítjuk a velünk szemben állót. Ez az egyszerű köszöntés azonban veszélyes most, hiszen a viszonylag nyirkos tenyéren megtapadhat az esetlegesen hordozott koronavírus, és innen átterjedhet testünk más részére is, például arcunk megérintésével az szánkra, ahonnan már egyenes az út a szervezetbe.

A **kézfogás kiváltására született az ökölpacsi**, amely szimbolizálja a klasszikus köszöntést, mégis biztonságosabb. Ennek ellenére **nem árt ökölpacsi után is kezet mosni**, fertőtleníteni. Senki nem fogja rossz néven venni, ha egészségünket védve elutasítunk bárminemű érintkezést, és a teljes távolságtartás mellett döntünk. Közös célunk, hogy mielőbb legyőzzük a pandémiát.

2020.07.23.
Az arc eltakarása a vasúton is mindenkinek kötelező lett

Az arc eltakarása a vasúton továbbra is mindenki számára kötelező

A járványügyi készültségi időszak védelmi intézkedéseiről szóló Kormányrendelet továbbra is előírja, hogy mindenki köteles tömegközlekedési eszközön a száját és az orrot eltakaró eszközt (például orvosi maszk, sál, kendő) viselni. Erre hívta fel – többek között - a figyelmet dr. Müller Cecília országos tisztifőorvos levelében, melyet dr. Homolya Róbert MÁV Zrt., elnök-vezérigazgatónak küldött július 21-én. A kormányrendeletet követve – még május elején - a MÁV-START is kötelezést adott ki a szájmaszk használatára munkavállalói részére, erről hálózati szintű parancskönyvi rendelet született, az abban foglaltak valamennyi mozdonyvezető és vonatkísérő személyzet részére kötelezők.

A jelenlegi alacsony országos járványügyi kockázat ugyan lehetővé tette a korábbi korlátoló intézkedések feloldását, ezzel együtt azonban különösen hangsúlyossá vált az általános járványügyi szabályok betartása, mely nélkülözhetetlen a fertőzés terjedésének megakadályozásában.

A népegészségügyi hatóság kiemelten fontosnak tartja, hogy a helyi és távolsági közlekedésben részt vevő szolgáltatók is segítség a fertőzés terjedésének megakadályozását és megtegyék azokat a szükséges intézkedéseket, melyek a lakosság, az utazók és a közlekedésben dolgozók egészségét szolgálják.

A tisztifőorvos asszony hivatalos levélben kérte a MÁV Zrt. elnök-vezérigazgatójának segítségét a Kormányrendeletben előírt, mindenki számára kötelező védelmi intézkedések betartására.

MÁV Kommunikációs Igazgatóság

2020. 05. 07.

Május 4-től a tömegközlekedésben, így a vasúton is mindenkinek kötelező az arc eltakarása

Május 4-től, a védekezés második szakaszában a tömegközlekedésben, így a vasúton is mindenkinek kötelező az arc eltakarása (maszk, sál, kendő), és a másfél méteres védőtávolság betartása a fertőzésveszély csökkentése érdekében. A kormányrendeletet követve – többek között az általános védelmi intézkedések részeként elrendelte, hogy tömegközlekedési eszközön utazás közben szájat és orrot eltakaró eszközt kell viselni – **a MÁV-START is kötelezést adott ki a szájmaszk használatára munkavállalói részére, erről hálózati szintű parancskönyvi rendelet született, az abban foglaltak valamennyi mozdonyvezető és vonatkísérő személyzet részére kötelezők.**

"**Hordanunk kell tehát munkavégzés közben és akkor is, amikor mi magunk utasként használjuk a közlekedési eszközt éppen szolgálatba tartva**" - fogalmazott Kerékgyártó József, a MÁV-START vezérigazgatója a május 7-én, MÁV-START Hírlevélben is közzétett videóban. A videó itt [1] érhető el.

Kérjük a kollégákat, hogy tartsák be a rendelkezést!

A járványügyi helyzetben szükséges egészségvédelmi eszközök és fertőtlenítőszerek beszerzése folyamatos a MÁV-csoportnál, és eddig több mint 800 ezer maszkot biztosítottak a vasutas munkavállalóknak.

Jelenleg naponta mintegy 3100 szerelvényt indítunk, így biztosítva a 30%-os kihasználtságot, hogy az utasok be tudják tartani az előírt másfél méteres védőtávolságot utazásaik során.

A forgalomban lévő összes jármű fertőtlenítése naponta megtörténik, ez több mint 1200 kocsit jelent. A pályaudvarokat, üzemi területeket is vírusellenes takarítószerekkel takarítják, a legforgalmasabb állomásokon az utasoknak ingyenes kézfertőtlenítést biztosít a vasútvállalat.

MÁV Zrt. Kommunikációs Igazgatóság

2020.04.02.

Vasútegészségügyi NK Kft. tájékoztató

A Vasútegészségügyi NK Kft. összefoglalta az egészségügyi szempontból lényeges védőintézkedéseket és a védőeszközök használatával kapcsolatos álláspontot a SARS-CoV-2 (koronavírus) fertőzés kockázatának csökkentése érdekében.

Védőintézkedések és védőeszközök használata a SARS-CoV-2 fertőzés kockázatának csökkentése érdekében.

A fertőzéssel szemben az alapvető higéniás szabályok betartása a legfontosabb (katt ide) Szájmaszk használata

- A Nemzeti Népegészségügyi Központ javaslata alapján **pormaszk használata** csak megalapozottan gyanús, illetve igazolt COVID-19 betegségben szenvedők ellátásában résztvevő egészségügyi dolgozók részére indokolt.
- **Sebészeti szájmaszk viselése** légúti tüneteket produkáló személyek számára javasolt. Egészséges emberek nem a sebészeti szájmaszk viselésével tudnak megfelelően védekezni a megbetegedés ellen, hanem a gyakori és szakszerű kézhigiénével: kézmosással és alkoholos bedörzsöléssel, a köhögési etikett betartásával, valamint a zsúfoltság kerülésével, lásd alább.
- **Az arcon a védőeszköz viselése zavaró:**
  - viselője többször nyúl indokolatlanul az arcához, megigazítja a maszkot
  - így a maszk külső felszínéhez nyúl, amivel a fertőzés kockázatát nemhogy csökkenti, hanem növeli: érinti orrát, szemét, arcbőrét.
  - erre Müller Cecília országos tisztifőorvos asszony az elmúlt napokban külön felhívta a figyelmet.
- **A dolgozók biztonságérzetének növelése érdekében részükre többször használatos textil szájmaszkot is lehet biztosítani**. Ezek a maszkok nem minősülnek védőfelszerelésnek, nincsenek bevizsgálva, a józan paraszti ésszel átgondolva mechanikai gátat képeznek a cseppfertőzéssel terjedő kórokozókkal szemben. A megfelelő használatukról a dolgozókat szükséges kioktatni, valamint fel kell hívni a figyelmüket arra, hogy a használatok között megfelelő fertőtlenítésük elengedhetetlen. A vírusok, egyéb kórokozók elleni védelem biztosítása érdekében **magas hőfokon szükséges mosni, majd vasalni ezeket a szájmaszkokat, újra felhasználásig zártan tárolni**.

Gumikesztyű használat

- A megfelelő szerrel, megfelelő módon, megfelelő behatási ideig történő kézfertőtlenítés hatásos a szennyezett kézzel történő fertőződés kockázatának csökkentésében.
- **A kesztyűviselés gyakorlatilag nem jelent előnyt**, mert:
- a fertőzés egyébként sem nem képes az emberi bőrön átjutva fertőzést okozni, tehát igazán nincs is értelme használatának
- hamis biztonságérzetet kelthet a viselőjében
- A nem megfelelően használt kesztyű pedig fokozhatja a fertőzésveszély kockázatát. Így például hosszas munkavégzés során kesztyűs kezünkkel érintjük meg arcunkat, szájunkat, szemünket, anélkül, hogy a kesztyűt tisztítanánk, fertőtlenítenénk, ami ugyanolyan veszélyes, mintha ezt csupasz kézzel tennénk meg.

Az alapvető higéniai szabályok, amelyek betartása elengedhetetlen a COVID-19 megbetegedés elleni védekezésben (katt ide) Gyakori kézmosás és fertőtlenítés
A COVID-19 vírusfertőzéssel szembeni megelőzés legfontosabb pillére **a megfelelő hatékony kézmosás és -fertőtlenítés.** A Nemzeti Népegészségügyi Központ tájékoztatása szerint a folyó meleg vízzel és folyékony szappannal történő kézmosás hatékony védelmet nyújt a koronavírus fertőzéssel szemben. **A kézmosás ideje legalább 60 másodpercig tartson**, betartva a kézmosás hat lépését. A kézmosás után egyszerhasználatos, eldobható papírkéztörlő használata szükséges. A csaptelep elzárását a kéztörlésre használt papírkéztörlővel célszerű elvégezni, ezzel is kivédve a felülszennyeződés lehetőségét. A hatékony kézmosás után nincs szükség a kéz alkoholos kézfertőtlenítővel történő bedörzsölésére.

Amikor azonban nincs lehetőség meleg folyóvízzel és folyékony szappannal történő kézmosásra, **abban az esetben kell használni az alkoholos kézfertőtlenítőket**, melyek víz nélkül is kifejtik a kéz felületén fertőtlenítő hatásukat. A szennyeződést azonban nem távolítják el a kéz felületéről, így szennyezett kézen már nem tudja teljes hatékonysággal

támogatni a védekezést. **A kéz bedörzsölés hat lépését meg kell tartani**.

Arc, száj, orr, szem érintésének kerülése
Különös gondot kell fordítani arra, hogy piszkos kézzel ne érintsük a szájunkat, orrunkat, szemünket. Érintés előtt kézfertőtlenítést kell végezni minden esetben.

Köhögési etikett betartása
Köhögni, tüsszenteni papírzsebkendőbe kell, a használt zsebkendőt hulladéktárolóba kell helyezni, többször felhasználni, zsebbe tenni nem szabad. Utána kézfertőtlenítést vagy kézmosást kell végezni. Ha zsebkendő nem áll hirtelen rendelkezésre, akkor könyökhajlatba kell tüsszenteni, köhögni.
Megelőzés szempontjából zárt helyen a rendszeres szellőztetés nagyon fontost
A szellőztetéssel, a benti levegőben lévő kórokozók koncentrációja csökken, így a fertőzés kialakulásának esélyét csökkenteni tudjuk. Javasolt félóránként 5 percet szellőztetni.

Kerülni kell az érintkezést olyanokkal, akik köhögnek, tüsszögnek, lázasak
Kerülni kell az érintkezést olyanokkal, akik köhögnek, tüsszögnek, lázasak – legyen bármilyen okból a betegsége (influenza, bakteriális fertőzés)

Amennyiben betegek vagyunk, maradjunk házi karanténban
Tartsunk távolságot másoktól! Tartózkodjunk a másokkal történő szoros fizikai érintkezéstől. Lehetőleg használjunk külön WC-t és mosdót, külön étkészletet és törülközőt.

Csoportszintű tájékoztató

A védőfelszerelések, védőeszközök fertőtlenítő szerek, testhőmérők felhasználásnak, alkalmazásának előírásaira elkészült a csoportszintű tájékoztató a Vasútegészségügyi Kht. a MÁV Szolgáltató Központ Környezetvédelem és Munkavédelem közös gondozásában. **A tájékoztató anyag tartalmazza többek között a pandémiás helyzet alatt alkalmazandó higiénés eljárásrendet**, a fertőtlenítő kézmosás- és kézbedörzsölés menetét, a zsebkendők, gumikesztyűk biztonságos használatát, a szájmaszkok megfelelő használatát, a köhögési etikettet, ill. a lázas betegekre vonatkozó szabályokat.

Tájékoztató védőfelszerelések helyes használatáról [2]

Forrás:https://www.mavcsoport.hu/vedofelszerelesek-vedoeszkozok-hasznalata

Hivatkozások
[1] https://www.mavcsoport.hu/mav-start/vezerigazgatoi-uzenet [2] http://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/upload/page/tajekoztato_vedofelszerelesek_helyes_hasznalatarol.pdf