



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo

MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health



INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova

UDHËZUES I PËRKOHSHËM

PËR

**APLIKIMIN E MASAVE PËR PARANDALIMIN
DHE LUFTIMIN E COVID-19 NË INSTITUCIONE
PUBLIKE DHE PRIVATE**

MAJ 2020



I. HYRJE

Ky udhëzues është përgatitur në bazë të njohurive ekzistuese në lidhje me sëmundjen e koronavirusit 2019 (COVID-19) dhe duke shfrytëzuar udhëzimet e institucioneve më të besueshme si OBSH dhe CDC. Duke qenë se COVID-19 është një sëmundje respiratore, që nuk mund të parashikohet sa do të zgjasë dhe që mund të përcillet nga një person tek tjetri, masat mbrojtëse për parandalimin e përhapjes së infeksionit do të bëhen të detyrueshme për një kohë të pacaktuar. Prandaj, Organizata Botërore e Shëndetësisë (OBSh) si dhe Qendra për kontrollin dhe parandalimin e sëmundjeve (CDC) kanë përgatitur udhëzues që janë në përditësim të vazhdueshëm, varësisht nga njohuritë e grumbulluara mbi sjelljen e virusit. Së këndejmi, edhe ky udhëzues në mënyrë periodike do të përditësohet dhe plotësohet.

Ky udhëzues i përkohshëm mund të ndihmojë parandalimin e ekspozimit në COVID-19 në vend të punës, në mjedise jo-mjekësore. Për të parandaluar stigmën dhe diskriminimin në vend të punës, përdorni vetëm udhëzuesin e përshkruar më poshtë gjatë përcaktimit të rrezikut të infektimit me COVID-19. Të mos përcaktohet rreziku duke u bazuar në racën apo vendin e prejardhjes dhe sigurohuni që të ruani konfidencialitetin e njerëzve me infeksion të konfirmuar me coronavirus.

Në janar të vitit 2020, Organizata Botërore e Shëndetësisë (OBSh) shpalli shpërthimin e sëmundjes së Coronavirusit të ri në Provincën Hubei, Kinë si një Emergjencë të Shëndetit Publik me rëndësi ndërkombëtare. OBSh deklaroi se ekziston një rrezik i lartë i përhapjes së sëmundjes së Coronavir-it të ri (COVID-19) në vendet e tjera të botës.

OBSh dhe autoritetet e shëndetit publik në të gjithë botën po ndërmarrin veprime për të kontrolluar shpërthimin e COVID-19. Sidoqoftë, suksesi afatgjatë nuk mund të merret si i garantuar. Të gjitha pjesët e shoqërisë tonë – përfshirë bizneset dhe punëdhënësit – duhet të luajnë rolet e tyre nëse duam të ndalojmë përhapjen e kësaj sëmundje.

VËREJTJE:

Ky udhëzues duhet të përdoret nga institucionet publike dhe private për të zhvilluar protokollet e veçanta specifike për natyrën e punës / veprimtarisë së tyre për zbatimin e masave për parandalimin dhe luftimin e përhapjes së COVID-19 në vendet e punës. Të dhënat ekzistuese dëshmojnë që ka ende shumë për të mësuar në lidhje me përcjelljen, rëndësinë dhe tiparet tjera të COVID-19 dhe hulumtimet janë në zhvillim e sipër. Për këtë arsye, ky udhëzues, varësisht nga situata epidemiologjike dhe të dhënat e reja shkencore, mund të përditësohet, plotësohet apo ndryshohet.



II. INFORMATA TË PËRGJITHSHME MBI PËRHAPJEN E COVID-19

a. SIMPTOMAT E COVID-19

Infeksioni me SARS-CoV-2, virusi që shkakton COVID-19, mund shkaktoj sëmundje duke filluar nga forma e lehtë në të rëndë dhe në disa raste, mund të jetë fatale. Simptomat zakonisht përfshijnë ethe, kollë dhe vështirësi në frymëmarrje. Sëmundja mund të manifestohet me simptoma tjera si ato të infeksionit gastrointestinal. Po ashtu, personi mund të jetë asimptomatik por të jetë i infektuar me COVID-19. Sipas OBSH dhe CDC, simptomat e COVID-19 mund të shfaqen prej 2 ditë deri në 14 ditë pas ekspozimit.

b. SI PËRHAPET COVID-19?

Për rastet e para të COVID-19 është menduar se kanë qenë të ekspozuar ndaj kafshëve të infektuara, por tashmë është vërtetuar se tek njerëzit infeksioni mund të përhapet nga personi në person, duke përfshirë:

- Kontakt i ngushtë i personave me njeri-tjetrin (më pak se 2 metra).
- Nëpërmjet spërklave kur një person i infektuar kollitet ose teshtin. Këto spërkla mund të futen në gojë ose hundë tek personat në afërsi dhe kontaminojnë sipërfaqet të cilat më pas mund të preken me duar dhe përmes duarve të futen në gojë ose hundë.

Është e mundur që një person të infektohet me COVID-19 duke prekur sipërfaqen ose objekt të kontaminuar me SARS-CoV-2 dhe më pas duke prekur gojën, hundën ose edhe sytë e tyre.

Njerëzit janë më *kontagjioz* kur kanë simptoma (d.m.th., kanë ethe, kollë dhe frymëmarrje të vështirësuar), por përhapja mund të jetë e mundshme edhe nga personat e infektuar por pa simptoma, megjithatë kjo nuk është rruga kryesore e përhapjes së virusit.



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health



INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova

Kur dikush që është i infektuar COVID-19 kollitet ose me ekspirim lëshon spërklat dhe lëngjet e infektuara me virusin. Shumica e këtyre spërklave bien në sipërfaqet dhe objektet e afërta – të tilla si tavolina e punës, tryezat ose telefonat. Njerëzit mund të marrin COVID-19 duke prekur sipërfaqet ose objektet e ndotura – dhe më pas duke prekur sytë, hundën ose gojën. Nëse personat qëndrojnë në distancë më pak se dy metra në afërsi të personit tjetër që ka COVID-19 personat mund ta marrin COVID-19 duke i futur në organizëm atë përmes spërklave të hedhura jashtë gjatë kollitjes apo ekspirimit (nxjerrja jashtë e frymës gjatë frymëmarrjes). Me fjalë të tjera, COVID-19 përhapet në një mënyrë të ngjashme me gripin. Shumica e personave të infektuar me COVID-19 shfaqin simptoma të buta dhe ata shërohen. Sidoqoftë, disa vazhdojnë të shfaqin simptoma më të rënda dhe mund të kërkojnë kujdes spitalor. Rreziku i sëmundjes së rëndë rritet me moshën: njerëzit mbi 40 vjeç duket të jenë më të ndjeshëm se ata nën moshën 40 vjeç. Njerëzit me sistem imunitar të dobësuar dhe njerëzit me sëmundje të tjera kronike si diabeti, sëmundjet e zorrës dhe mushkërive janë gjithashtu më të ndjeshëm.

c. PËRGATITJA E VENDIT TË PUNËS PËR COVID 19

Të gjithë punonjësit duhet të shqyrtojnë mundësitë e tyre më të mira për të zvogëluar përhapjen e COVID-19 dhe për të ulur ndikimin e tij në vendin e tyre të punës. Këtu mund të përfshihen një apo më shumë nga aspektet vijuese:

- a. Zvogëlimi i transmetimit të sëmundjes në mesin e punonjësve;
- b. Ruajtja e procedurave standarde të shëndetëshme të operimit në procesin e punës dhe
- c. Ruajtja e mjedisit të shëndetshëm punues.

d. ZVOGËLIMI I PËRHAPJES NË MESIN E PUNONJËSVE

i. Në mënyrë aktive inkurajoni punonjësit e sëmurë që të qëndrojnë në shtëpi:

- Punonjësit që kanë simptoma (p.sh., temperaturë, kollitje apo vështirësi në frymëmarrje) duhet të njoftojnë punëdhënësin e tyre dhe të qëndrojnë në shtëpi.
- Punonjësit e sëmurë duhet të ndjekin udhëzimet dhe rekomandimet e Ministrisë së shëndetësisë, Institutit Kombëtar të Shëndetit Publik (www.kosova.health) dhe të mjekëve të tyre familjarë. Punonjësit nuk duhet të kthehen në punë deri sa të plotësohen kushtet/kriteret e ndërprerjes së izolimit shtëpiak, në konsultim me mjekun familjarë dhe institucionet gjegjëse shëndetësore;
- Punonjësit që janë mirë me shëndet, por kanë anëtarë të sëmurë të familjes me COVID 19 në shtëpi, duhet gjithashtu të njoftojnë punëdhënësin e tyre dhe të ndjekin udhëzimet dhe rekomandimet e Ministrisë së shëndetësisë, Institutit Kombëtar të Shëndetit Publik (www.kosova.health) dhe të mjekëve të tyre familjarë.



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo

MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova



ii. Identifikoni kur dhe si mund të ekspozohen punonjësit ndaj COVID-19 në punë:

Përgatituni që të zbatoni Masat themelore të parandalimit të infeksionit. Për shumicën e punëdhënësve, mbrojtja e punonjësve varet nga fuqizimi i masave themelore për parandalimin e infeksionit.

*Për të përcaktuar shkallën e rrezikut të cilit i ekspozohen punonjësit tuaj shikoni **Shtojcën 1**. Rekomandohet fuqishëm që të gjithë punonjësit të zbatojnë higjienën e mirë dhe praktikën e kontrollit të infeksionit, përfshirë:*

- Promovoni pastrimin e shpeshtë dhe të kujdesshëm të duarve, duke përfshirë sigurimin e vendeve për pastrimin e duarve për punonjës, klientë dhe vizitorë. Nëse sapuni dhe uji rrjedhës nuk janë në dispozicion menjëherë, siguroni peshqirë/faculeta me bazë alkooli që përmbajnë të paktën 70% alkool;
- Obligoni punonjësit që të qëndrojnë në shtëpi nëse janë të sëmurë;
- Obligoni masat për parandalimin e përcjelljes së infeksionit përmes rrugëve të frymëmarrjes (maskat). Duhet mbuluar goja dhe hunda me parakrah ose faculetë gjatë kollitjes apo teshtitjes. Mos harroni që disa punonjës mund të jenë në rrezik më të madh për sëmundje serioze, siç janë të rriturit e moshuar dhe ata me gjendje mjekësore kronike. Merrni parasysh minimizimin e kontaktit sy-më-sy ndërmjet këtyre punonjësve apo caktoni detyrat e punës që iu mundësojnë atyre që të mbajnë distancën 1.5 – 2 m nga punonjësit tjerë, klientët dhe vizitorët, ose aplikoni punën nga distanca nëse është e mundur.
- Sigurojuni klientëve dhe publikut shporta faculetash dhe mbeturinash dhe eventualisht doreza njëpërdorimëshe;
- Punëdhënësit duhet të shqyrtojnë mundësinë e zhvillimit të rregulloreve dhe praktikave, siç janë oraret fleksibile (p.sh. puna nga shtëpia, ndërrimet e fuzionuara), për të rritur distancën fizike ndërmjet punonjësve dhe të tjerëve;
- Udhëzoni punonjësit që të mos përdorin telefonat, tavolinat, zyrat apo mjetet apo pajisjet e punës të punonjësve tjerë, kur është e mundur;
- **Zbatoni praktikën e rregullt të rendit shtëpiak, përfshirë pastrimin e rregullt dhe dezinfektimin e sipërfaqeve, pajisjeve dhe elementeve të tjera të mjedisit punës. Kimikatet për pastrim duhet të zgjidhen dhe përgatiten sipas udhëzimeve në Shtojcën 1 të këtij udhëzuesi.**



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova



iii. Ndani punonjësit e sëmurë:

- Punonjësit që duket se kanë simptoma (p.sh., temperaturë, kollitje apo vështirësi në frymëmarrje) kur arrijnë në punë apo sëmuren gjatë ditës, menjëherë duhet të ndahen nga punonjësit tjerë, klientët dhe vizitorët dhe duhet dërguar në shtëpi!
- Nëse një punonjës është konfirmuar të jetë i infektuar me COVID-19, punonjësit duhet të informojnë punonjësit tjerë për mundësinë e ekspozimit të tyre në COVID-19 në vendin e punës, por duhet të ruajnë konfidencialitetin sipas rregullave etike. Punëdhënësit duhet të udhëzojnë punonjësit se si të vazhdojnë punën duke u bazuar në udhëzimet e këtij udhëzuesi.

iv. Mësoni punonjësit se si mund të zvogëlojnë përhapjen e COVID-19:

- Punonjësit mund të ndërmarrin hapa për mbrojtur veten në punë dhe në shtëpi. Të moshuarit dhe njerëzit me sëmundje kronike janë në rrezik më të madh nga komplikimet.
- Ndiqni rregulloret dhe procedurat e punëdhënësit tuaj në lidhje me sëmundjet, pastrimin dhe dezinfektimin si dhe mbledhjet e punës dhe udhëtimet.
- Qëndroni në shtëpi nëse jeni të sëmurë, përveç kur duhet të merrni kujdesin mjekësorë. Mësoni se çfarë duhet të bëni nëse jeni të sëmurë.
- Informoni mbikëqyrësin tuaj, nëse keni anëtarë të familjes suaj të sëmurë me COVID 19 në shtëpi. Mësoni çfarë duhet të bëni nëse dikush në shtëpinë tuaj është i sëmurë.
- Pastroni duart shpesh me sapun dhe ujë, për të paktën 20 sekonda. Përdorni dezinfektues me së paku 70% alkool nëse sapuni dhe uji i rrjedhshëm nuk janë në dispozicion.
- Shmangni prekjen e syve, hundës dhe gojës me duar të papastërta.
- Mbuloni gojën dhe hundën me faculetë, shallë apo maskë, kur kolliteni apo teshtini ose përdorni brendësinë e bërlylit tuaj. Hidheni faculetën në mbeturina dhe menjëherë pastroni duart me ujë dhe sapun për të paktën 20 sekonda. Nëse nuk keni ujë dhe sapun, përdorni dezinfektues me së paku 70% alkool.
- Pastroni dhe dezinfektoni shpesh objektet dhe sipërfaqet e prekura siç janë tavolinat, tastierat, telefonat, përmakët dhe bravat e derve. Sipërfaqet e ndyra mund të pastrohen me sapun dhe ujë, para se të dezinfektohen. Për dezinfektim përdorni produktet nga Shtojca 1 e këtij udhëzuesi dhe janë të përshtatshëm për sipërfaqen gjegjëse.
- Shmangni përdorimin e telefonave, tavolinave, zyrave apo mjeteve dhe aparateve të tjera të punës, kurdo që është e mundur. Nëse është e domosdoshme pastroni dhe dezinfektoni para dhe pas përdorimit.
- Zbatoni distancimin fizik dhe social, duke shmangur organizimet me të afërm, miq etj brenda shtëpiake, grumbullimet e mëdha dhe ruajtjen e distancës (përafërsisht 1.5 – 2 metra) prej të tjerëve kur është e mundur.



v. Ruajtja e procedurave standarde të shëndetëshme të operimit në procesin e punës

- **Identifikoni një koordinator** të vendit të punës që do të jetë përgjegjës për çështjet në lidhje me COVID-19 dhe ndikimin e tyre në vendin e punës.
- Sigurohuni që rregulloret e pushimeve mjekësore janë fleksibile dhe konsistente me udhëzimet e shëndetit publik në përputhje me dispozitat ligjore në fuqi.
- Zbatoni rregullore fleksibile, që i lejojnë punonjësit që të qëndrojnë në shtëpi për t'u kujdesur për anëtarët e sëmurë të familjeve, apo të kujdesen për fëmijët, për shkak të mbylljes së shkollave dhe kopshteve të fëmijëve. Fleksibilitetet shtesë mund të përfshijnë dhënien e ditëve shtesë të pushimit mjekësor, si dhe lejin e shkëmbimit/dhurimit të pushimeve mjekësore njëri tjetrit.
- Punëdhënësit që aktualisht nuk ofrojnë pushime mjekësore për disa apo të gjithë punonjësit e tyre mund të dëshirojnë të draftojnë rregullore jo-ndëshkuese të "pushimit mjekësorë emergjent".
- Punëdhënësit, në bazë të dispozitave ligjore në fuqi, nuk duhet të kërkojnë rezultatin pozitiv të testit për COVID-19, apo vërtetim nga mjeku për punonjësit e sëmurë për të vërtetuar sëmundjen e tyre.
- **Vlerësoni funksionet tuaja esenciale** dhe varësinë që kanë të tjerët dhe bashkësia nga shërbimet apo produktet tuaja.
- Përgatituni që të ndryshoni praktikat tuaja të punës, nëse nevojitet që të ruani funksionet kritike (p.sh., identifikoni furnizuesit alternativ, priorizoni klientët ekzistues, apo pezulloni përkohësisht disa nga funksionet tuaja, nëse është e nevojshme).
- Identifikoni zinxhirin alternativ të furnizimit për të mirat materiale dhe shërbimet kritike. Disa të mira dhe shërbime mund të kërkohen më shumë, apo mund të mos jenë në dispozicion.

KUFIZIME TË VEÇANTA

1. Numri maksimal i lejuar i klientëve është 1 person në 8 m²;
2. Pronarët e lokaleve janë të obliguara të publikojnë numrin maksimal të lejuar të personave para hyrjes së lokaleve;
3. Pronarët e lokaleve janë të detyruar që të zbatojnë masat e parandalimit dhe luftimit të përhapjes së infeksionit sipas këtij udhëzuesi;



vi. Shqyrtoni krijimin e rregulloreve dhe praktikave për distancimin social.

Distancimi social duhet të zbatohet maksimalisht dhe pa alternativë. Distancimi social nënkupton shmangien e grumbullimeve të mëdha dhe ruajtjen e distancës (së paku 1.5 metra) nga të tjerët, kurdo që është e mundur (p.sh., dhomat e pushimit apo të takimeve). Strategjitë që mund të përdorë biznesi përfshijnë:

- Zbatimin e vendeve fleksibile të punës (p.sh., puna nga shtëpia);
- Zbatimin e orarit fleksibil të punës (p.sh. oraret e ngjitura);
- Rritjen e hapësirës fizike ndërmjet të punësuarve në vendin e punës;
- Rritjen e hapësirës fizike ndërmjet punonjësve dhe klientëve (p.sh, vozitja nëpër ('drive through'), ndarjen e racioneve);
- Mbajtjen e mbledhjeve dhe opsioneve fleksibile të udhëtimeve (p.sh., mbledhje virtuale, shtyrja e mbledhjeve apo ngjarjeve joesenciale);
- Zvogëlimin e funksioneve (vetëm ato esenciale);
- Ofrimin e shërbimeve në distancë (p.sh. telefon, video apo ueb-aplikacione);
- Dorëzimin e produkteve përmes postës apo shërbimeve postare.

vii. Ruajtja e mjedisit të shëndetshëm punues

Shqyrtoni përmirësimin e kontrolleve të inxhinjeringut duke përdorur ndërtimin e sistemeve të ventilimit. Ky mund të përfshijë disa apo të gjitha aktivitetet vijuese:

- Rritni shkallët e ventilimit.
- Rritni përqindjen e ajrit të jashtëm që qarkullon në sistemin e brendshëm.



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova



1. Mbështetni ilustrimet udhëzuese për higjienë të duarve për punonjës, klientë dhe vizitorë të vendit të punës:

- Siguroni faculeta / paloma dhe shporta mbeturinash pa kontakt.
- Siguroni sapun dhe ujë në vendin e punës. Nëse sapuni dhe uji nuk janë në dispozicion përdorni dezinfektues duarsh me bazë alkooli që është së paku me 70% alkool. Nëse duart janë dukshëm të përlyera, sapuni dhe uji duhet të zgjidhen para dezinfektuesve. Sigurohuni që të keni sasi adekuate në dispozicion.
- Vendosni dezinfektuesit e duarve në shumë vende për të inkurajuar higjienën e duarve.
- Vendosni posterët që inkurajojnë higjienën e duarve, për të ndihmuar ndërprerjen e përhapjes, në hyrje të vendit të punës dhe në pjesët tjera të vendit të punës, ku ka gjasë që të shihen.
- Promovoni përdorimin e metodave tjera të përshëndetjes pa kontakt (pa shtrëngim duarsh).
- Udhëzoni punonjësit që të rilexojnë udhëzimet për kollitje dhe teshtitje dhe pastrim duarsh për më shumë informata.

2. Kryeni pastrim dhe dezinfektim rutinor të mjedisit:

- Pastroni dhe dezinfektoni në mënyrë rutinore, të gjitha sipërfaqet që preken shpesh në vendin e punës, siç janë tavolinat e punës, tastierat, telefonat, parmakët dhe dorezave të dyerve.
 - Nëse sipërfaqet janë të ndyra, ato duhet të pastrohen me përdorimin e detergjentit apo sapunit dhe ujit para se të dezinfektohen.
 - Për dezinfektim, shumica e dezinfektuesve shtëpiak duhet të jenë efektiv. Përmbajuni udhëzimeve të prodhuesve për të gjitha produktet e dezinfektimit (p.sh, përqendrimin, metodën e aplikimit dhe kohën e efektit, etj.).
- Dekurajoni punonjësit prej përdorimit të telefonave, tavolinave, zyrave apo mjeteve, pajisjeve dhe aparaturave tjera të punës të punonjësve tjerë kur është e mundur. Nëse përdorimi i tyre është i pashmangshëm pastroni dhe dezinfektoni para se t'i përdorni.
- Siguroni lecka/faculeta për një përdorim ashtu që sipërfaqet e përdorura më së shpeshti (p.sh., dorezat e dyerve, tastierat, pilotët e TV aparateve, tavolinat dhe mjetet e pajisjet tjera të punës) mund të pastrohen nga punonjësit para secilit përdorim.
- ***Pastroni dhe dezinfektoni hapësirat e punës në shitoret e mëdha çdo 1.5 orë. Karrocet bartëse dhe shportat për artikuj edhe më shpesh sipas nevojës;***

KRYENI PASTRIMIN DHE DEZINFEKTIMIN E FUQISHËM TË HAPËSIRËS PAS QËNDRIMIT APO KALIMIT TË PERSONIT TË DYSHIMTË/KONFIRMUAR ME COVID 19 ATY:



3. Rregullat për udhëtimet zyrtare të punonjësve

Gjërat që duhet konsideruar kur udhëtoni ju dhe punonjësit tuaj:

a. Para se të udhëtoni

Sigurohuni që organizata dhe punonjësit e saj të kenë informacionin më të fundit për zonat ku COVID-19 është përhapur. Ju mund t'i gjeni këto të dhëna në vegzën:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

- Bazuar në informacionin më të fundit, organizata juaj duhet të vlerësojë përfitimet dhe rreziqet në lidhje me planet e ardhshme të udhëtimit.
- Shmangni dërgimin e punonjësve që mund të jenë më të rrezikuar nga gjendjet serioze (si p.sh.: punonjësit më të moshuar dhe ata me sëmundje të diabetit, veshkave, sëmundje të zemrës, të mushkërive etj.) në zonat ku COVID-19 po përhapet.
- Sigurohuni që të gjithë personat që udhëtojnë në vendet që raportojnë COVID-19 të informohen nga një staf i kualifikuar profesional (p.sh. shërbimet shëndetësore të personelit, ofrues të kujdesit shëndetësor ose personel lokal i shëndetësisë publike).
- Punonjësit që do të udhëtojnë, të furnizohen me dezinfektues me bazë alkooli në shishe të vogla (nën 100 ml) për dezinfektim duarsh.

b. Gjatë udhëtimit

- Inkurajoni punonjësit të lajnë duart rregullisht dhe të qëndrojnë të paktën një metër larg nga njerëzit që kolliten ose teshtijnë.
- Sigurohuni që punonjësit të dinë se çfarë të bëjnë dhe me kënd të kontaktojnë nëse ndjehen të sëmurë gjatë udhëtimit.
- Sigurohuni që punonjësit tuaj të respektojnë udhëzimet e autoriteteve lokale të vendit ku ata do të udhëtojnë. Nëse, për shembull, atyre u thuhet nga autoritetet lokale të mos shkojnë në një vend të caktuar, ata duhet të pajtohen me këtë. Punonjësit tuaj duhet të respektojnë çdo kufizim lokal mbi udhëtimin, lëvizjet apo tubimet e mëdha.



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health



INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova

c. Kthimi nga udhëtimi

- Punonjësit që janë kthyer nga një zonë ku COVID-19 po përhapet duhet të monitorohen për 14 ditë (karantinë apo vetëizolim sipas indikacioneve të vendosura nga ekspertët e fushës) pas kthimit dhe të masin vazhdimisht temperaturën.
- Nëse zhvillojnë madje një kollë të butë ose ethe të shkallës së ulët (d.m.th. një temperaturë prej 37.3 C ose më shumë) ata duhet të shmangin kontaktin e ngushtë (së paku 1.5 metra) me njerëz të tjerë, përfshirë anëtarët e familjes. Ata gjithashtu duhet të telefonojnë ofruesit e kujdesit shëndetësor ose departamentin lokal të shëndetit publik, duke u dhënë detaje rreth udhëtimit të tyre dhe simptomave të fundit dhe të marrin instruksionet për veprimet e nevojshme.

MASAT PARAPRAKE TË THJESHTA DHE PLANIFIKIMI NË VENDET TUAJA TË PUNËS, MUND TË BËJNË NJË NDRYSHIM TË MADH NË MBROJTJEN E PUNONJËSVE TUAJ NGA PËRHAPJA E COVID-19!



SHTOJCA 1

MËNYRA TË THJESHTAPËR TË PARANDALUAR PËRHAPJEN E COVID-19 NË VENDIN E PUNËS

Masat me kosto të ulët ndihmojnë në parandalimin e përhapjes së infeksioneve në vendin e punës si ftohja, gripi dhe infeksionet gastrointestinale, kështu do t'i mbron klientët tuaj, kontraktorët dhe punonjësit.

Punëdhënësit duhet t'i ndërmarrin këto masa menjëherë, edhe nëse nuk ka raste COVID-19 të konfirmuara në institucionin tuaj. Këto masa mund të ulin mungesat në punë për shkak të sëmundjes dhe të parandalojnë ose ngadalësojnë përhapjen e COVID-19:

a. RREGULLAT PËR DEZINFEKTIM TË MJEDISIT DHE MATERIALEVE

Për shkak të mundësisë për mbijetesë të virusit në mjedis për disa ditë, lokalet dhe zonat të cilat janë potencialisht të kontaminuara me SARS-CoV-2 duhet të pastrohen para ripërdorimit të tyre duke përdorur produkte që përmbajnë preparate antimikrobike që ne dimë se janë efektive kundër koronavirusëve. Edhe pse ka mungesë të provave specifike për efektivitetin e tyre kundër SARS-CoV-2, pastrimi me ujë dhe me detergjentë dhe produkte të zakonshme dezinfektuese shtëpiake duhet të jenë të mjaftueshme për pastrimin dhe parandalimin.

DEZINFEKTIMI ME PREPARATE TË KLORIT/ ZBARDHUES / SHKATËRRON MIKROBET.

- Të përdoren tretjet e dezinfektantit klorik: 0.05% ose 0.5%.
- Tretja 0.5% shkatërron shpejt mikroorganizmat, ndërsa tretja 0.05% i shkatërron ato brenda 30 minutave.

b. PËRGATITJA E TRETJES DEZINFEKTUES

PREPARATI	TRETJA 1:10 (0.5%)	TRETJA 1:100 (0.05%)
Kalcium Hipoklorid 70% (granulat ose pluhur)	• Dyshemetë, mjedisi • Tualetet • Rroba të ndotura	• Duart, lëkura dhe mbathjet • Termometrat • Rrobat në lavanderi • Pjatat, enët e kuzhinës.
Sa?	1 lugë gjelle në 2 litra ujë	1 lugë gjelle në 20 litra ujë

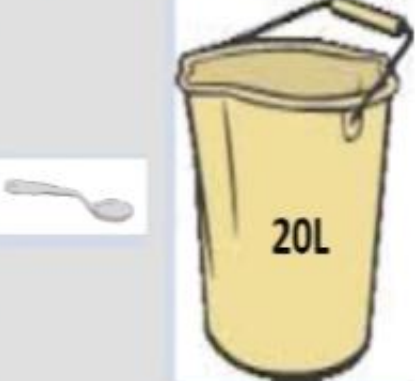


REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo

MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

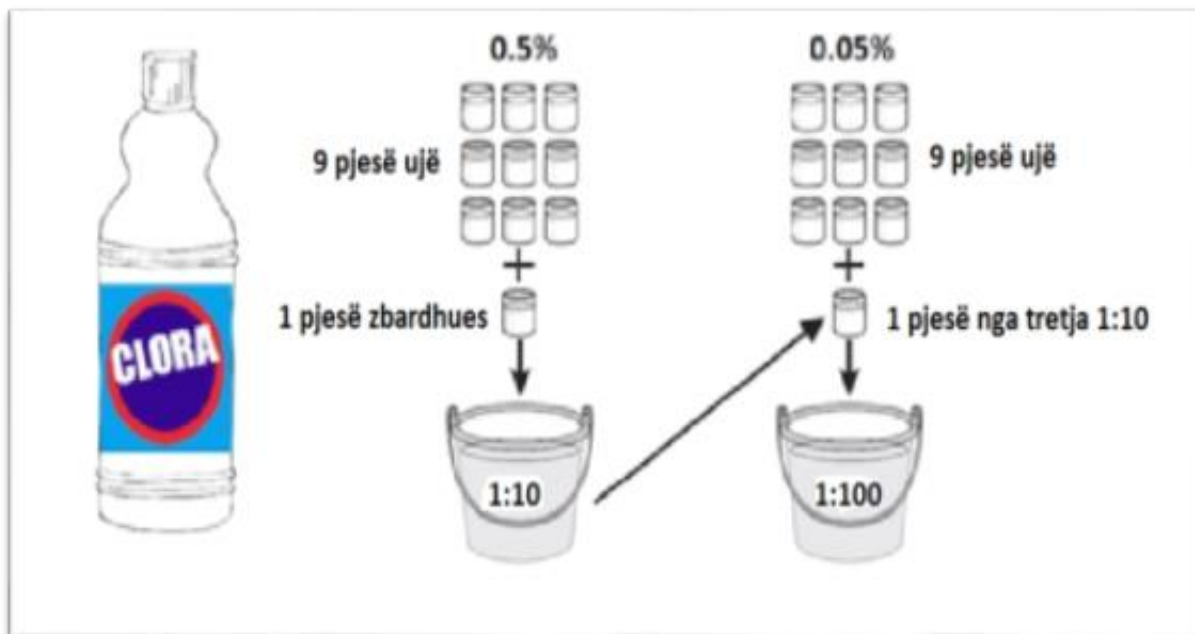
INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova



	Tretja 1:10 (0.5%)	Tretja 1:100 (0.05%)
	• Rroba të ndotura • Toaletet • Lëngjet, trupore, ekskretet, te vjellurat • Dyshemetë, mjedisi	• Duart, lëkura dhe mbathjet • Termometrat • Rrobet në lavanderi • Pjatat, enët e kuzhinës
Kalcium Hipoklorid 70% (granulat ose pluhur)	1 lugë gjelle në 2 litra ujë	1 lugë gjelle në 20 litra ujë
		

OSE:

PËRGATITJA E TRETJES KLORIKE PËR DEZINFETIM NGA ZBARDHUESI (PREPARAT KLORIK 5%)





c. SA SHPESH DUHET TË BËHET PASTRIMI DHE DEZINFEKTIMI?

Tri herë në ditë (në mëngjes, drekë dhe në mbrëmje) bëhet dezinfektimi i:

- Sipërfaqeve (tavolinat, karriget dhe gjësendet tjera) dhe ambientit të punës:
- Mensa e punëtorëve
- Mjetet e transportit (autobusët dhe kombibusët)

Si të dezinfektohet ?

- Pastroni me mjete pune për pastrim (lecka, letër pastrim) pa prekur direkt me duar këto sipërfaqe!
- Përdorni doreza gjatë pastrimit!
- Këto lecka-letra hedhen në thasë për mbeturina

d. PERSONAT QË KRYEJNË PASTRIMIN

Personat që kryejnë pastrimin dhe dezinfektimin duhet të kenë njohuri me procedurat dhe preparatet dhe në raste të dyshimta pastrimi duhet të bëhet duke përdorur pajisjet e duhura mbrojtëse personale: dorëza për një përdorim, rroba mbrojtëse rezistente ndaj ujit, syze mbrojtëse dhe respiratorë FFP2.

Pajisjet personale për pastrim duhet të trajtohet si një material potencial infektues dhe të hidhet apo asgjësohet në vende të sigurt për material infektiv.

Nëse dyshemetë, sipërfaqet dhe materialet nga tekstili (tepih, perde ose të ngjashme) nuk mund të përballojnë preparatet e klorit, konsultoni instruksionet e prodhuesit për zgjedhjen e ndonjë alternative të përshtatshme, e shoqëruar ose e kombinuar me pastrim me detergjent.

Të gjitha zonat që preken shpesh, siç janë muret dhe dritaret, guaca dhe sipërfaqet tjera të tualetit duhet gjithashtu të pastrohen me kujdes. Të gjitha tekstilet (p.sh. mbulesat shtrati, perdet, etj.) duhet të lahen duke përdorur një cikël me ujë të nxehtë (90 ° C) dhe duke shtuar detergjent për larje. Nëse një cikël me ujë të nxehtë nuk mund të përdoret për shkak të karakteristikave të tekstilit, kimikate specifike duhet të shtohen kur lani tekstilet (p.sh. produkt zbardhues ose detergjent që përmbajnë hipoklorit të natriumit ose produkte dekontaminimi të prodhuara posaçërisht për t'u përdorur në tekstile).

Kur përdorni produkte kimike për pastrim është e rëndësishme të mbani vendin të ajrosur mirë (p.sh. duke hapur dritaret), në mënyrë që të mbron shëndetin e personelit të pastrimit.

PREPARATET KIMIKE DUHET NË ASNJË MËNYRË TË BIEN NË KONTAKT ME USHQIMIN.



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo

MINISTRIA E SHËNDETËSISË

Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova

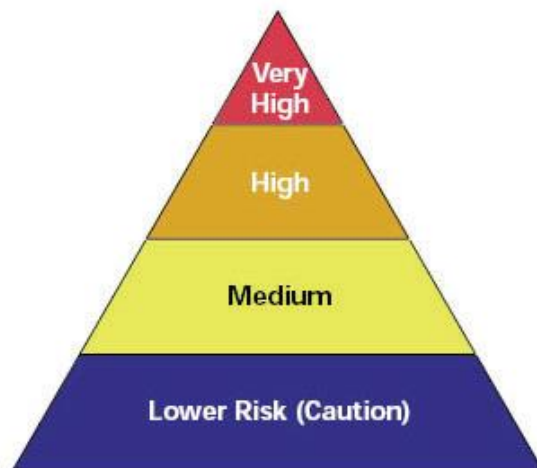


SHTOJCA 2

KLASIFIKIMI I EKSPOZIMIT TË PUNËTORËVE NË SARS-COV-2

Për t'i ndihmuar punëdhënësit të përcaktojnë masat paraprake të përshtatshme, OSHA (Organizata për sigurinë dhe shëndetin në punë) ka ndarë detyrat e punës në katër nivele të ekspozimit ndaj rrezikut: rrezik shumë të lartë, të lartë, të mesëm dhe më të ulët. Niveli i rrezikut varet pjesërisht nga lloji i vendit të punës, nevoja për kontakt brenda 2 metrash me personat që janë, ose dyshohen si të infektuar me SARS-CoV-2. Piramida e Riskut Profesional tregon katër nivelet e rrezikut të ekspozimit në formën e një piramide për të përfaqësuar shpërndarjen e mundshme të rrezikut.

Piramida e Riskut Profesional për COVID-19



Burimi: Occupational Safety and Health Administration (OSHA)



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health



INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova

a. RREZIK SHUMË I LARTË I EKSPOZIMIT

Punë me rrezik shumë të lartë të ekspozimit janë ato me potencial të lartë ekspozimi ndaj burimeve të njohura ose të dyshuara të COVID-19 gjatë procedurave specifike mjekësore, *post mortem* ose laboratorike. Punëtorët e kësaj kategorie përfshijnë:

- Punonjësit e kujdesit shëndetësor (p.sh. mjekë, infermierë, dentistë, infermierë të urgjencës) që kryejnë procedura si: intubim, bronkoskopi, disa procedura dentare, ose mbledhja e mostrave invazive në pacientë e dyshuar ose të sëmurë me COVID-19.
- Punonjësit shëndetësor dhe laboratorik që mbledhin ose marrin mostra nga pacientë të njohur ose të dyshuar me COVID-19.
- Punëtorët shëndetësor në morg që kryejnë autopsi tek trupat e njerëzve që dihet se kanë, ose dyshohet se kanë, COVID-19 në kohën e vdekjes së tyre.

b. RREZIK I LARTË I EKSPOZIMIT

Punët me rrezik të lartë ekspozimi janë punët me potencial të lartë për ekspozimin ndaj burimeve të njohura ose të dyshuara të COVID-19:

- Ofrimi i shërbimit shëndetësor dhe personeli mbështetës (p.sh., mjekë, infermierë dhe stafi tjetër i spitalit që duhet të hyjnë në dhomat e pacientëve) të ekspozuar ndaj pacientëve të njohur ose të dyshuar COVID-19. (*Shënim: kur punëtorë të tillë kryejnë procedura të gjenerimit të aerosolit, niveli i rrezikut të ekspozimit të tyre bëhet shumë i lartë.*)
- Punonjësit e transportit mjekësor (p.sh., operatorët e automjeteve të ambulancës) që lëvizin pacientë të njohur ose të dyshuar COVID-19 në automjete të mbyllura.
- Punonjësit e morgut të përfshirë në përgatitjen për varrosjen e trupave të personave që dihet se kanë pasur COVID-19 në kohën e vdekjes së tyre.

c. RREZIK MESATAR I EKSPOZIMIT

Punët me rrezik mesatar përfshijnë punët që kërkojnë kontakt të shpeshtë dhe / ose të afërt (d.m.th., brenda 2 metrave) me persona asimptomatik me SARS-CoV-2. Në zonat pa transmetim të vazhdueshëm në komunitet, punëtorët në këtë grup rreziku mund të kenë kontakt të shpeshtë me udhëtarët të cilët mund të kthehen nga vendet ndërkombëtare me transmetim të përhapur SARS-CoV-2. Në zonat ku ka një transmetim të vazhdueshëm në komunitet, punëtorët në këtë kategori mund të kenë kontakte me publikun e gjerë (p.sh. shkollat, marketet e mëdha ushqimore etj).



REPUBLIKA E KOSOVËS
Republika Kosova • Republic of Kosovo
MINISTRIA E SHËNDETËSISË
Ministarstvo Zdravstva • Ministry of Health

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS
Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova • National Institute Public Health of Kosova



d. RREZIK I ULËT I EKSPOZIMIT (KUJDES)

Punët me rrezikshmëri më të ulët (kujdes) të ekspozimit janë ato që nuk kërkojnë kontakt me personat që dihet të jenë, ose dyshohet se janë të infektuar me SARS-CoV-2 dhe as kontakte të shpeshta të ngushta (d.m.th., brenda 2 metrave) me publikun e gjerë. Punëtorët e kësaj kategorie kanë kontakte minimale profesionale me publikun dhe bashkëpunëtorët e tjerë.

INFORMACIONET E FUNDIT MUND T'Ë GJENI NË VEGZAT E MËPOSHTME:

MINISTRIA E SHËNDETËSISË ([HTTPS://MSH.RKS-GOV.NET](https://msh.rks-gov.net))

INSTITUTI KOMBËTAR I SHËNDETËSISË PUBLIKE TË KOSOVËS ([HTTP://WWW.NIPH-RKS.ORG](http://www.niph-rks.org))