

## Munkatársak karanténban?

### Megelőzés és a már karanténban lévők támogatása

Az ellátórendszerre jelentős terhet ró a folyamatosan emelkedő fertőzöttek száma. Az egészségügyi munkatársak egyre gyakrabban kerülnek szoros kontaktusba COVID-19 fertőzés gyanús, vagy igazoltan fertőzött személyekkel. A betegek mellett egyre több egészségügyi munkatárs, (becslések szerint, akár az egészségügyi dolgozók 20%-a) is megfertőződhet. Fertőződés gyanúja esetén elkülönítés szükséges, a karantén alól az egészségügyi ellátó személyzet tagjai sem kivételek. Minden esetben igaz – de a COVID-19 járvány idején kiemelten – hogy a humánerőforrás értékes és mással nem pótolható, fontos feltétele az egészségügyi ellátásnak. Nagy jelentősége van ezért annak, hogy munkatársainkról gondoskodjunk, és mielőbb újra soraink között tudhassuk őket. A megfigyelés céljából karanténba került, tüneteket nem produkáló munkatársakkal is célszerű folyamatosan tartani a kapcsolatot, éreztetni velük, hogy fontosak az intézmény számára. Segítsük elő, hogy hasznosan tölthessék idejüket a karanténban, és biztosítsuk azt, hogy a megfigyelés idejének letelte után mielőbb teljes értékű munkatársként tudjanak visszatérni az ellátásba.

Mit tehetsz annak érdekében, hogy munkatársaid karanténba kerülésének esélyét csökkentsd? Hogyan segítsd kollégáidat, ha karanténba kerülnek?

Ajánlások:

- *Gondoskodj a megelőzésről! Bővítsd munkatársaid ismereteit a karantén elkerülésének módjairól!*

A Nemzeti Népegészségügyi Központ (NNK) által kiadott eljárásrendben elérhetők az alapvető (standard) óvintézkedések, melyek követése ajánlott függetlenül attól, hogy a munkatársakkal kapcsolatba kerülő betegnél fennáll-e a fertőzés, vagy annak gyanúja. Ennek megfelelően rendelkezni kell a járványügyi helyzet által megkövetelt ismeretekkel, mint például a kézhigiénés előírások, a védőeszközök helyes használata, a védőeszközök levételének, gyűjtésének szigorú követelménye, a szakszerű és biztonságos injekciózás, a környezet és az eszközök fertőtlenítése, a beteg elhelyezésére vonatkozó ismeretek.

A témában elérhető további ajánlásaink: [Védőfelszerelések munkafolyamatokra gyakorolt hatása](#), [Egyéni védőfelszerelések rendelkezésre állása és alkalmazása](#), [Használt egyéni védőeszközök levétele, gyűjtése, a keletkezett veszélyes hulladék kezelése](#).



Ismerni kell az expozíciós kockázatokat (magas valamint alacsony expozíció), a szoros kontaktus meghatározás kritériumait, az egészségügyi dolgozókra vonatkozó járványügyi intézkedéseket és azokat be kell tartani. Ezek elsajátításához oktatásokat kell szervezni a munkatársak számára. Az alapvető óvintézkedésekre vonatkozó ismerethiány, a fáradtság, valamint a hanyagság mind-mind a megfertőződés és a karanténba kerülés kockázatát növeli. Az NNK megfogalmazása szerint „a védőeszköz használat bármilyen következtelensége, vagy az infekciókontroll óvintézkedések elégtelen betartása fel nem ismert expozíciót eredményezhet, ezért az egészségügyi dolgozónak folyamatos jelleggel kell önmegfigyelést végeznie az egészségügyi intézményellenőrzés mellett. A betegekkel való közvetlen érintkezést nem igénylő feladatokat ellátó és az aktív betegellátás helyiségeibe nem lépő, a rutin infekciókontroll óvintézkedéseket betartó egészségügyi dolgozók nincsenek kitéve a COVID-19 expozíció kockázatának (azaz nincs azonosítható kockázat)”.

- *Légy tisztában a karanténra vonatkozó jogszabályi előírásokkal!*

Az intézmény működésére vonatkozó jogszabályokat naprakészen követni kell. Ehhez ki kell jelölni egy felelős személyt, aki figyelemmel kíséri a megjelenő jogszabályokat, és tájékoztatja a menedzsmenetet az intézményt érintő változásokról. „Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény 66. §-ában foglaltaknak megfelelően kell meghatározni a járványügyi megfigyelés, szükség esetén a járványügyi zárlat (karantén) tartamát. Az otthonukban elkülönített kontaktok az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény 66. § (1) bekezdésében foglaltaknak megfelelően a járványügyi megfigyelés tartama alatt foglalkozásuk gyakorlásában, kapcsolattartási jogukban és mozgási szabadságukban korlátozhatók.” (EMMI, 2020) Az egészségügyi dolgozókra vonatkozóan az NNK járványügyi intézkedéseket fogalmazott meg, melyek tartalmazzák a különböző expozíciók esetén követendő eljárásokat és az elkülönítés szabályait. Irányadó még a 18/1998. (VI. 3.) NM rendelet a fertőző betegségek és a járványok megelőzése érdekében szükséges járványügyi intézkedésekről. Egyéb, a járványügyi veszélyhelyzettel kapcsolatos jogszabályok folyamatos követése is célszerű, melyhez nagy segítséget nyújt a netjogtár e célból összeállított, folyamatosan frissülő gyűjteménye: <https://net.jogtar.hu/veszelyhelyzet>.

- *Készülj fel arra, hogy munkatársaid közül akár többen is karanténba kerülhetnek!*

A karanténba kerülés nem tervezetten történik, hirtelen, akár nagy létszámot is érinthet. Éppen ezért célszerű előre felkészülni arra az eshetőségre, hogy gyors intézkedéssel kell gondoskodni a személyzet helyettesítéséről, pótlásáról, a beosztások átszervezéséről.



Ebben nyújt segítséget a munkatársakkal való kapcsolattartást segítő, kiépített, jól működő kommunikációs csatorna, mellyel a [Sürgős információk közlése](#) és a [Napi szintű hiteles tájékoztatás](#) című ajánlásaink is foglalkoznak.

- *Tájékoztasd munkatársaidat arról, milyen esetekben kerülhetnek karanténba, és ott milyen szabályok vonatkoznak rájuk!*

Jelen témában is hangsúlyos szerepe van az oktatásnak, a megfelelő kommunikációnak. Munkatársainknak tisztában kell lenniük a COVID-19 járvánnyal kapcsolatos infekciókontroll követelményekkel, előírásokkal. Az aktuálisan érvényes szabályok szerint a magas kockázatú expozíciónak kitett dolgozót további munkavégzése alól fel kell menteni, és 14 napos járványügyi megfigyelés alá kell vonni. A munkatársaknak egyaránt ismerniük kell a karantén elkerülésének módjait, valamint azt is, ha az elkülönítésre sor kerül, mi vár rájuk. Jelentősen csökkenti bizonytalanság érzésüket, ha tudják, hogy karantén esetén pontosan hova kerülnek, milyen előírások vonatkoznak rájuk ez idő alatt, mire számítsanak, mikor oldható fel a karantén, illetve hogyan történik majd az intézettel való folyamatos kapcsolattartás. Az alacsony expozíciónak kitett munkatársak esetében nincs szükség karantén elrendelésére, náluk elegendő az önmegfigyelés, és a szájmaszk kötelező használata.

- *Gondoskodj intézményen belüli elhelyezésről!*

Érdemes azoknak az egészségügyi dolgozóknak és önkénteseknek az intézményen belüli elhelyezéséről gondoskodni, akiknek nincs szükségük egészségügyi ellátásra, viszont nem áll módjukban házikaranténba vonulni. Ennek érdekében az intézmény vezetősége időben jelölje ki azokat a helyiségeket (lehetőség szerint jól szellőző, komfortos, egyágyas kórtermekben), ahol a személyzet tagjai elhelyezhetők. A menedzsmentnek már a tervezés során gondolnia kell arra, hogy ezekben a helyiségekben is szükség lesz a járványügyi előírások szerinti takarításra, fertőtlenítésre. Ezt időben meg kell szervezni és biztosítani a megvalósításához szükséges tárgyi és személyi feltételeket.

- *Jelölj ki egy személyt a karanténba került munkatársakkal való kapcsolattartásra!*

Munkatársaink iránti megbecsülésünket is tükrözi, ha rendszeresen érdeklődünk a karanténban (akár házi-, akár intézményi karanténban) lévő munkatársak állapota és szükségletei felől, nyomon követjük sorsukat. Emellett a tervezés szempontjából kiemelt jelentőségű, ha a menedzsmentnek pontos információi vannak a munkából kiesett kollégák állapotáról, a munkába való visszahelyezés várható időpontjáról.



Ezt támogathatja egy orvos, pszichológus vagy HR kolléga, aki tartja a kapcsolatot az érintett munkatársakkal. A kiválasztásánál a legfontosabb szempont a felkészültsége mellett, hogy reálisan fel tudja mérni a fizikai állapoton túl az esetleges pszichés érintettséget, válaszolni tudjon a felmerülő kérdésekre, tudjon segítséget nyújtani és enyhíteni az aggodalmakon, ha arra van szükség.

- *Gondoskodj arról, hogy a karanténba került munkatársak naprakészen tudjanak informálódni a COVID-19 fertőzöttek ellátásával kapcsolatos aktualitásokról!*

A tünetmentes, megfigyelés céljából karanténba került munkatársak számára lehetővé kell tenni, hogy követni tudják az intézményen belül kialakult helyzetet, a szakmai útmutatásokban bekövetkezett változásokat, ezzel is elősegítve, hogy ne szakadjanak el a napi rutintól, és könnyebb legyen a munkába való visszahelyezésük. El kell juttatni számukra a karantén ideje alatt is a közzétett protokoll változtatásokat, a kötelező jelleggel elrendelt képzések szakmai anyagait. A munkába való visszatéréskor így naprakész ismeretekkel rendelkeznek az osztály/intézmény működési rendjéről, ellátási protokolljairól. Fel kell hívni a munkatársak figyelmét arra, hogy további szabad szellemi kapacitások lekötését szolgálhatja a különböző, akkreditált, pontszerző online tanfolyamok elvégzése. Amennyiben a karanténban lévő kollégák kedvet éreznek ahhoz, hogy a COVID-19 járvánnyal kapcsolatos szakirodalmakat tanulmányozzanak, monitorozzanak, azokból kivonatokat készítve, támogatni tudják az intézményi betegellátást.

- *Gondoskodj munkatársaid lelki egészségének megőrzéséről!*

Jó üzenet mindenki számára, ha a munkatársak látják a menedzsment odafigyelését, törődését. Ez részben biztonságot nyújt, másrészt pedig segítséget jelent a munkahely iránti lojalitás megőrzésében. Nem mindegy hogy a megfigyelés alatt lévő munkatársak a karantén végeztével mikor, és milyen motiváltsággal tudnak visszatérni a munkába.

Adjunk lehetőséget a karanténba került munkatársaknak az ingyenesen elérhető lelkisegély vonalak elérésére, pszichológussal való konzultációra, valamint intézeti elhelyezés esetén a családdal való kapcsolattartásra. Javasolt egy segítő csoport kialakítása az intézményben rendelkezésre álló pszichológusi csapatból mindazon munkatársak támogatására, akik részt vesznek a COVID-19 fertőzött betegek ellátásában.

A munkatársak kiégésének megelőzésével kapcsolatban lásd a [Lelki terhelés csökkentése krízishelyzetben](#) című ajánlásunkat.



Felhasznált irodalom:

A 2020. évben azonosított új koronavírus (SARS-CoV-2) okozta fertőzések (COVID-19) megelőzésének és terápiájának kézikönyve.

A 2020. évben azonosított új koronavírus (SARS-CoV-2) okozta fertőzések (COVID-19) megelőzésének és terápiájának kézikönyve. Magyar Koronavírus Kézikönyv. Emberi Erőforrások Minisztériuma (2020).

Nemzeti Népegészségügyi Központ. Eljárásrend a 2020. évben azonosított új koronavírussal kapcsolatban - 2020.04.01.

Nemzeti Népegészségügyi Központ. Infekciókontroll óvó-védő rendszabályok betegellátás során 6. sz. melléklet



## Ellenőrző lista

### a munkatársak karanténba kerülésével kapcsolatos menedzsmenti intézkedésekhez

A munkatársak oktatása megtörtént arra vonatkozóan, hogy hogyan tudják megelőzni a karanténba kerülést:  - a járványügyi helyzet követelményei  - infektókontroll szabályai  - expozíciós kockázatra vonatkozó ismeretek  - elkülönítés szabályai	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
A menedzsment és a munkatársak számára ismertek a karanténra vonatkozó jogszabályi előírások.	<input type="checkbox"/>
Az intézmény vezetősége felkészült arra, ha egy vagy akár több munkatárs karanténba kerül:  - kommunikációs csatornák kiépítésre kerültek  - HR pótlási terv készült  - vészhelyzeti forgatókönyv készült arra vonatkozóan, hogy ha egy osztályt le kell zárni, melyik szervezet/szervezeti egység veszi át a betegek ellátását	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>
Információt kaptak a munkatársak arról, hogy milyen esetekben kell karanténba vonulniuk.	<input type="checkbox"/>
Amennyiben a házi karanténba vonulás nem megoldható a munkatársak számára, az intézményen belüli elhelyezés lehetőség szerint biztosított.	<input type="checkbox"/>
Meghatározásra kerültek az alapelvek azzal kapcsolatban, hogy kinek a feladata gondoskodni az intézmény oldaláról a karanténban lévő munkatárssal való kapcsolattartásról.	<input type="checkbox"/>
Átgondolásra került, milyen módon és kinek a közreműködésével biztosítható a karanténban lévő munkatársak számára a COVID-19 fertőzöttek intézményi ellátásával kapcsolatos ismeretek naprakész átadása.	<input type="checkbox"/>
Átgondolásra került, milyen módon és kinek a közreműködésével biztosítható a karanténban lévő munkatárs lelki egészségének megőrzése.	<input type="checkbox"/>

