

Завръщане на работа след поетапно отпадане на мерки за предотвратяване заразяването с COVID-19

На 27.02.2020 г. СЗО издаде препоръки за подготовка на работните места във връзка с пандемията от COVID-19 и опазване на здравето на работещите, които бяха преведени от НЦОЗА и разпространени в страната на 04.03.2020 г., няколко дни преди първите случаи на COVID-19 от 08.03.2020 г. На 13.03.2020 г. беше въведено извънредно положение за ограничаване на пандемията, което се отрази в различна степен на много предприятия и учреждения с промяна в организацията на труда, предприемане на различни превантивни дейности, включително преминаване към дистанционна работа, а в някои случаи и преустановяване на работа. Предстои преходен период след поетапно отпадане на някои ограничения във връзка с пандемията от COVID-19 и е важно предприятията да се подготвят за безопасно връщане на работещите и възобновяване на работа с адекватни мерки за предотвратяване на евентуално заразяване.

Целта е да предложим общи препоръки, отчитайки огромните разлики в организацията на работните места и труда в предприятията както по икономически сектори, така и в един отделен сектор, включително в предприятия с производство на един и същ продукт и еднаква големина. Разликите са големи и в офисите по отношение на организацията на работните пространства – от самостоятелни кабинети до отворени офиси с повече от 50 работещи, от пряк достъп от улицата до необходимост от ползване на асансьори във високи бизнес и административни сгради.

Тези препоръки не се отнасят за сектор здравеопазване. Препоръките са общи и за конкретните работни места трябва да се търси съдействие на службите по трудова медицина (СТМ) и специалистите по безопасност и здраве при работа.

Ако предприятието ви е затворено или работи дистанционно от известен период поради причини, свързани с COVID-19, е необходимо да направите план за възстановяване на работа, като се отчита здравето и безопасността на работещите. Първата стъпка е актуализиране на оценката на риска, като се ползва актуална информация за разпространението на COVID-19 в съответния район и се изготви план, който да включва:

- ✓ Адаптация в организацията на работното място и труда при спазване на основните принципи в ергономията, насочена към ограничаване на риска от заразяване с COVID-19, преди пълното възобновяване на работата и ако е необходимо, възобновяване на работата на етапи;
- ✓ Информирание на работниците за промените и предоставяне на обучение, ако е необходимо, преди да възобновят работа;
- ✓ Обсъждане на плана със специалист по трудова медицина от обслужващата СТМ и по безопасност и здраве при работа в предприятието.

Планът трябва да включва мерки за осигуряване на физическа дистанция по време на работа, лични предпазни средства (ЛПС), поддържане на хигиена и дезинфекция, информираност и обучение на работещите, грижа за работниците, които са изложени на висок риск и по-уязвимите групи работещи и др.

Спазване на физическа дистанция

При завръщане на работа е от изключително важно значение да се организира работата по начин, който позволява физическо дистанциране между хората, като например:

- ✓ Взаимодействието между работници, изпълнители, клиенти и посетители, когато това е възможно, да се извършва чрез телефонни обаждания, имейли или виртуални срещи, вместо срещи лице в лице;
- ✓ Организиране на работните места така, че да е налична физическа дистанция от 2 метра между работещите. Това може да е предизвикателство в някои производства, но също и в офиси. Възможно е в производства, кабинети или отворени офиси наличното пространство да не позволява спазване на такова разстояние. В такъв случай физическата дистанция трябва да се постигне чрез адаптация на работните места с технически мерки, като например поставяне на преградни плоскости (възможен вариант са прозрачни плексигласови прегради) и/или промяна в организацията на труда. Една възможност е част от работещите да продължат да работят дистанционно (например уязвими групи или колективът да се раздели на екипи, които да работят по график в офиса и дистанционно). Друг вариант е въвеждане на работни смени, за да се избегне голяма концентрация на работещи около производствените мощности и/или в офисите.
- ✓ Ползване на еднопосочни маршрути в офисите/сградите/стълбите, когато пространството го позволява, и ясно маркиране на зони в работните помещения, за да се намали излишното движение на хора.
- ✓ Насърчаване на работещите да ползват стълби вместо асансьор. Достъпът до работните места може да е предизвикателство за работещите във високи сгради и осигуряването на дистанция в асансьорите може да доведе до струпване на много чакащи в началото и в края на работния ден. Възможните мерки са гъвкаво работно време, работа на смени, започване на работния ден по график (например на 15 минути) и др.
- ✓ Осигуряване на дистанция при хранене в столовете на предприятията, включително да се препоръча на работещите да се хранят на работните си места, което е добра мярка.
- ✓ При невъзможност да се организира едновременно завръщане на определени колективи, това може да се организира поетапно, като част от работещите продължат да работят дистанционно.

Хигиена на работното място

От изключително важно значение е подобряване на хигиената в предприятията и в контекста на COVID-19 са изключително важни следните мерки:

- ✓ Насърчаване на културата на редовно почистване работните места и общите части в сградите, включително редовно дезинфекциране на общите части и помещенията за почивка;
- ✓ Редовно почистване на повърхностите на бюра и работни станции, дръжки на врати, телефони, клавиатури и инструменти с дезинфектант, като ползването на индивидуални бюра, клавиатури, телефони и инструменти е за предпочитане;
- ✓ Осигуряване на дезинфектанти и миещи препарати и насърчаване на културата на миене на ръцете;
- ✓ Подобряване на вентилацията на работните места и увеличаване на достъпа на свеж въздух на работното място;
- ✓ Насърчаване на добра респираторна хигиена на работното място (например покриване на устата и носа с огънат лакът или тъкан при кашляне и кихане).

ЛПС

Предоставете маски, ръкавици и други необходими ЛПС за работещите безплатно.

Информираност и обучение на работещите

По време на пандемия е изключително важно работещите да бъдат информирани за всички мерки за предпазване от заразяване, както и за въведените правила в това отношение в предприятието, като например:

- ✓ Поддържане на редовна комуникация с работниците и осигуряване на актуална информация за ситуацията на работното място, в региона или страната;
- ✓ Предоставяне на обучение за правилното използване, поставяне и изхвърляне на ЛПС и поддържането им при възможност за многократно използване;
- ✓ Информиране на работниците за националните указания при наличие на симптоми на COVID-19 и изискване незабавно да информират техния непосредствен ръководител.

Грижа за изложените на висок риск и уязвимите групи

Пандемията от COVID-19 налага да се обърне специално внимание на работниците, които са изложени на висок риск и уязвимите групи:

- ✓ Работещи, на които трудовата дейност налага контакт с повече хора в сферата на търговия, транспорт, опазване на реда, социални дейности, образование и други, за които здравното наблюдение е добре да включва ежедневно проследяване на телесната температура и въпросник за симптоми.
- ✓ Уязвими групи работещи, включително възрастни хора и лица с хронични заболявания (включително хипертония, белодробни или сърдечни проблеми, диабет, злокачествени заболявания, и/или с данни за имunosупресия), бременни работнички и работници с близки членове на семейството, които са изложени на висок риск.
- ✓ Осигуряване на подкрепа за работници, които са с повишена тревожност или повишени нива на стрес. Това може да варира от подкрепа от мениджърите до програма за подпомагане на служителите или дейности от обслужващата служба по трудова медицина. Трябва да се има предвид, че някои работници може да са преживели травматични събития като тежко заболяване или смърт на роднина или приятел и/или да изпитват финансови затруднения и/или проблеми в личните си отношения.
- ✓ Работниците, които се връщат на работното място след период на изолация, независимо дали като индивидуална мярка, или като част от колективна изолация, е вероятно да имат притеснения относно риска от инфекция. Тези притеснения, особено ако е имало промени в работата, могат да доведат до стрес и проблеми с психичното здраве. Когато са налице мерки за физическо дистанциране, тези проблеми са по-малко вероятни. Осигурете на работниците информация за публично достъпни източници на подкрепа и съвети.
- ✓ Строг контрол на посетители и външни лица, въвеждане на изискване да носят маски и да извършат дезинфекция на ръцете преди влизане в предприятието.

Адекватното управление на процесите на връщане на работа и утвърждаването на работа от разстояние ще бъдат от критично значение за адаптиране на бизнеса към настъпващите промени при спазване на указанията на национално ниво. Необходимо е укрепване на капацитета за дейности по осигуряване на безопасност и здраве при работа за безопасно връщане на работещите на работа и недопускане на заразяване с COVID-19 на работното място.

Материалът е подготвен от Колабориращия център на СЗО по здраве при работа на НЦОЗА и се базира на материали на СЗО, МОТ и дискусии в рамките на колаборативните мрежи на СЗО.