

# Správajme sa zodpovedne

#KoronaTeMerel

www.koronatemerel.sk



## OCHRANNÉ POMÔCKY A POSTUP ICH POUŽITIA

### Respirátor alebo rúško

Najdôležitejšou ochrannú pomôcku predstavuje respirátor, ktorý pokrýva ústa a nos alebo ochranné rúško. Ideálny je špeciálny respirátor FFP3, ak nie je k dispozícii, majú byť použité štandardné bavlnené rúška.

### UPOZORNENIE:

Bavlnené rúška sú viacnásobne použiteľné. Pre ich opätovné použitie je potrebné použiť jeden z nasledujúcich postupov:

- vyprať ich v pračke na 90 stupňov,
- vyžehliť z oboch strán žehličkou
- zaliať vriacou vodou a nechať zaliate aspoň 30 sekúnd

Presný návod ako správne používať rúšku je k dispozícii v samostatnom dokumente s názvom: Ako si správne nasadiť rúško.

**(z hľadiska funkčnosti a čo najlepšej ochrany je dôležité, aby sa muži oholili!)**

### Rukavice

Jednorazové rukavice vyrobené z ľahkého nitrilu, vinylu. Jednorazové rukavice musia byť odstránené okamžite po použití a bezpečne zlikvidované.

### Ochranné oblečenie

Jednorazový vonkajší odev - nepremokavý ochranný plášť alebo kombinéza, nepremokavá zástera alebo chirurgický plášť s dlhými manžetovými rukávami. Po použití musia byť hneď bezpečne odstránené.

K ochrannému oblečeniu je možné priradiť aj jednorazové ochranné topánky alebo gumové alebo polyuretánové čižmy, ktoré sa dajú čistiť a dezinfikovať.

### Ochranné okuliare

Slúžia na zabránenie kontaktu vírusu so sliznicou očí. Aby splnili svoj účel, musia mať dobré priliehanie na oči.

### Dezinfekcia

K osobným ochranným pomôckam patria dezinfekčné mydlá a gély.

### UPOZORNENIE:

**Dezinfekcia a likvidácie ochranných pomôcok sa realizuje výhradne v otvorených priestoroch, najlepšie pred domom/bytom a pod, aby sa predišlo kontaminácie vnútorných priestorov zavlečením vírusu na ochranných pomôckach!**



EURÓPSKA ÚNIA  
Európsky sociálny fond



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE



MINISTERSTVO  
VNÚTRA  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

www.esf.gov.sk  
www.minv.sk

# Správajme sa zodpovedne

#KoronaTeMerel

[www.koronatemerel.sk](http://www.koronatemerel.sk)



## POSTUP PO VYKONANÍ PRÁCE

1. Odstrániť rukavice
2. Odstrániť plášť  
- následne vložiť do igelitového vreca určeného na likvidáciu ochranných pomôcok!
3. Umyť ruky
4. Odstrániť ochranu očí
5. Odstrániť masku / respirátor (bavlnené rúško dať na 90 stupňov vyprať alebo vyvariť/zaliať vriacou vodou a aspoň 30 sekúnd nechať zaliatať)
6. Znovu umyť ruky s nasledujúcim postupom:
  - a) zložiť prstene, ak sú na rukách
  - b) teplá tečúca voda
  - c) tuhé, alebo lepšie tekuté mydlo alebo detergent s dezinfekčnou zložkou
  - d) umývanie rúk má prebiehať aspoň 30 sekúnd správnou technikou t.j. nesmie sa vynechať žiadna časť rúk (nevynechať dlane v oblasti palca, nechty, medziprstové plochy a chrbát ruky pozdĺž ukazováka)
  - e) oplach teplou tečúcou vodou
  - f) osušenie čistým textilným, alebo lepšie jednorazovým uterákom

### UPOZORNENIE:

**Po odstránení osobných ochranných pomôcok je dôležité dôkladné umytie rúk!**

**Počas likvidácie ochranných pomôcok sa v žiadnom prípade nedotýkajte tváre a očí!**

Zdroj informácií: Úrad verejného zdravotníctva SR



**EURÓPSKA ÚNIA**  
Európsky sociálny fond



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE



MINISTERSTVO  
VNÚTRA  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

[www.esf.gov.sk](http://www.esf.gov.sk)  
[www.minv.sk](http://www.minv.sk)