

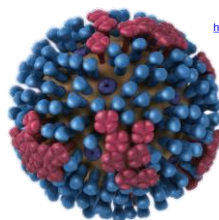
Serija letaka
Izobrazbom do zaštite zdravlja i sigurnosti na radu

MJERE ZAŠTITE OD ZARAZE VIRUSOM GRIPE



<https://www.sickjournal.com/sites/default/files/blog/how-get-rid-flu/how-get-rid-flu.jpg>

HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
SLUŽBA ZA MEDICINU RADA
Radoslava Cimermana 64a, 10020 Zagreb
tel.: 01 655 87 05
e-mail: medicina.rada@hzjz.hr
www.hzjz.hr



- akutna infekcija dišnog sustava, uzrokovana virusom gripe
- najčešći prijenos gripe je kapljični (virus se izlučuje kašljanjem, kihanjem i govorom)
- inkubacija iznosi 1-4 dana
- starije osobe i osobe s kroničnim bolestima podložnije su težim oblicima bolesti

Kako razlikovati simptome zaraze gripom od simptoma prehlade ili COVID-19?

SIMPTOMI	PREHLADA	GRIPA	COVID 19
povišena tjelesna temperatura	rijetko	često	da
kašalj	rijetko	da	suhi
kratak dah	rijetko	da	da
opća slabost	srednje	da	da
glavobolja	rijetko	da	ponekad
bolovi u mišićima	blagi	česti	da
kihanje	često	ponekad	ne
grlobolja	često	ponekad	ponekad
curenje iz nosa	srednje	ponekad	rijetko

- ažurirajte procjenu rizika
- izradite plan mjera
- informirajte i educirajte zaposlenike o načinu prijenosa, simptomima te mjerama za smanjenje rizika od zaraze gripom
- postavite edukacijske materijale na vidljivim mjestima na ulazu u gradilište
- potaknite zaposlenike da se cijepe protiv gripe
- osigurajte zaposlenicima dovoljnu količinu zaštitnih maski, sapuna za ruke, papirnatih ručnika i sredstava za dezinfekciju ruku
- osigurajte kante s poklopcem u kojima se nalazi vreća za bacanje iskorištenih jednokratnih maski



https://lh3.googleusercontent.com/proxy/bqulv9Rv062XW0bW3ygcEU7YDxQBpG1CT1dJ-WYyWtU-CWzSFSDvZG1VJAUJd-BxE_7czM_xQJdYIKWznqerolies53zeEQ



<https://zziz-vsz.hr/images/vijesti/2019/11/dolazi-vrijeme-gripe-sto-znamo-i-kako-se-zastiti66.jpg>



https://images-na.ssl-images-amazon.com/images/I/71cc-Q9h5nL_SL1500.jpg
<https://ro.pngfuel.com/png/298/77/paper-towel-dispenser-cloth-napkins-kitchen-paper-towel-paper-png-clip-art.png>
https://target.scene7.com/is/image/Target/GUEST_4be320fa-2780-4170-b9f2-7ab99109c0ca?wid=488&hei=488&fmt=jpeg

https://m.media-amazon.com/images/I/51-d7IM7L-AC_SR360_460.jpg
https://www.deccanherald.com/sites/dh/files/article_images/2020/03/29/Stock-871775168-1585485138.jpg



PREPORUKA ZA CJEPLJENJE RADNIKA PROTIV GRIPE

Zdravstveni radnici



https://www.travelnursing.com/uploadedImages/TravelNursing/Content/Resources/News_Features_And_More/doctor_nurse_with_patient_657.jpg

Osobe koje rade s djecom
(predškolske i školske ustanove, lječilišta, odmarališta, domovi)



<https://www.dv-razanac.hr/wp-content/uploads/2018/11/9bd579150ac97139fbccc-540x321.jpg>

Osobe koje rade u domovima za starije i nemoćne



https://maximus-life.hr/wp-content/uploads/Stock_000033971932Small-550x366.jpg

Vojnici



<https://image.dnevnik.hr/media/images/500x310/Jut2018/61528155-vojska.jpg>

Radnici u peradarnicima



<https://www.chinadaily.com.cn/china/images/attachment/jpg/site1/20140430/7427ea21079d14ca75ae01.jpg>

Laboratorijski djelatnici
(koji dolaze u dodir sa zaraženim materijalom)



<https://www.mipin.com/wp-content/uploads/2019/11/blood-test.jpg>

Zaposlenici pravnih i fizičkih osoba koje pružaju usluge smještaja osobama s mentalnim i intelektualnim oštećenjima



https://www.teachervision.com/sites/default/files/2019-11/TV_BlogImage110719.jpg

Policijski službenici



<https://www.varazdinske-vijesti.hr/crna-kronika/prevenција-policijski-službenici-u-oblaški-varazdinske-zupanije-20272/>

Veterinari



<https://glasistrenovine.hr/portali/fotografija/635312>

Radnici migranti



<https://www.maz.hr/wp-content/uploads/2016/12/migranti.jpg>

MJERE PREVENCIJE ZARAZE GRIPOM

Zamolite zaposlenike da ne dolaze na posao ako se ne osjećaju zdravo.



<https://hnp-blog.s3.amazonaws.com/2018/01/iStock-618523968.jpg>

Uputite zaposlenike koji na posao putuju javnim prijevozom da nose masku za lice (medicinsku ili platnenu) te drže socijalnu distancu.



<https://ip.index.hr/remote/indexnew.s3.index.hr/d925f63c-0c8f-497f-b3c9-08c64448cfae.jpg?width=765&height=479>

Educirajte zaposlenike da prilikom kihanja ili kašljanja prekriju usta i nos laktom ili papirnatom maramicom.



<https://media.istockphoto.com/photos/man-coughing-or-sneezing-into-arnelbow-picture-id93458674?k=6&m=93458674&s=170667a&w=0&h=KDYGCiEMFXTfIM6vEDSW2lBIAzf125ve1aWp1JK4Pi0=>

U sezoni gripe potrebno je izbjegavati okupljanja više ljudi u zatvorenom prostoru te dati prednost online sastancima.



https://thehill.com/sites/default/files/ca_zoommeeting_051420istock.jpg

Educirajte zaposlenike o potrebi čestog pranja ruku sapunom i vodom.



<https://www.lifesavvy.com/p/uploads/2020/02/07e7de97.jpg>

Educirajte zaposlenike da u slobodno vrijeme što više borave na svježem zraku, bave se tjelesnim aktivnostima, piju što više tekućine i pokušaju održati kontrolu nad stresom.



<https://www.northshore.org/globalassets/healthy-you/blog/2019/drink-water.jpg>

Cijepljenje protiv gripe je najbolji način kako smanjiti rizik od bolesti i komplikacija gripe.



<https://tvstr.hr/wp-content/uploads/2018/11/CIJEPLJENJE-PROTIV-GRIPE.jpg>

Idealno vrijeme za cijepljenje je prije početka sezone gripe, ali može se cijepiti i kada je sezona gripe već u tijeku.

HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Služba za medicinu rada

Radoslava Cimermana 64a, 10020 Zagreb

tel.: 01 655 87 05 | e-mail: : medicina.rada@hzjz.hr

www.hzjz.hr