Doporučení Ministerstva zdravotnictví

1. RESPIRAČNÍ INFEKCE

Školy a školská zařízení (dále jen „škola“) představují prostředí s intenzivním každodenním kontaktem většího počtu osob, a proto zde může docházet k rychlejšímu šíření infekčních onemocnění. Dodržování základních hygienických pravidel, včasné rozpoznání příznaků onemocnění a informovanost dětí, žáků, zaměstnanců i rodičů významně přispívají k ochraně zdraví a k omezení dalšího šíření nákazy.

Respirační nákazy, mezi které patří například chřipka, covid-19, respirační syncytiální virus a další virová či bakteriální onemocnění dýchacích cest, se šíří především vzdušnou cestou prostřednictvím kapének uvolňovaných při kašli, kýchání nebo mluvení. K přenosu však může docházet také prostřednictvím kontaminovaných rukou a předmětů.

V období podzimu a zimy bývá výskyt těchto onemocnění pravidelně vyšší. Z tohoto důvodu je vhodné ve školách důsledně uplatňovat preventivní opatření podporující zdravé a bezpečné prostředí.

Doporučená preventivní opatření

1. Pravidelné větrání učeben a dalších vnitřních prostor

Zajistěte dostatečné větrání v prostorách školy. To představuje jedno z nejúčinnějších opatření ke snížení koncentrace virů, bakterií a dalších mikroorganismů ve vnitřním prostředí. Doporučuje se větrat opakovaně, krátkodobě a intenzivně o přestávkách, popřípadě i během vyučovacích hodin. Zvláštní význam má větrání zejména v období zvýšeného výskytu respiračních onemocnění.

V případě využívání nuceného větrání nebo vzduchotechnických systémů je vhodné pravidelně kontrolovat jejich funkčnost, dostatečný výkon a zajišťovat jejich řádnou údržbu včetně čištění a sanitace.

2. Důsledná hygiena rukou

Pravidelné mytí rukou mýdlem a vodou patří mezi základní a dlouhodobě osvědčená preventivní opatření proti šíření infekčních onemocnění. K přenosu původců nákaz často dochází prostřednictvím rukou, které přicházejí do kontaktu s kontaminovanými povrchy a následně s očima, nosem nebo ústy.

Je proto vhodné průběžně připomínat dětem a žákům správný postup mytí rukou a zajistit dostatečnou dostupnost mýdla, tekoucí vody a jednorázových ručníků. V případech, kdy není možné využít vodu a mýdlo, je vhodné umožnit hygienu rukou prostřednictvím dezinfekčních prostředků na bázi alkoholu.

3. Ohleduplnost při onemocnění

Významnou součástí prevence je spolupráce školy s rodiči. Doporučujeme upozornit rodiče, aby děti s projevy akutního onemocnění, jako jsou rýma, kašel, bolest v krku, horečka nebo zvýšená teplota, ponechali do odeznění příznaků v domácím prostředí. Obdobný přístup doporučujeme také u zaměstnanců škol.

Včasné omezení kontaktu nemocných osob s kolektivem představuje jedno z nejúčinnějších opatření ke snížení rizika dalšího šíření nákazy a napomáhá zachování plynulého chodu školy.

4. Pravidelný úklid a dezinfekce často dotýkaných povrchů

Pozornost doporučujeme věnovat zejména povrchům a předmětům, kterých se děti, žáci i zaměstnanci dotýkají opakovaně během dne. Jedná se zejména o kliky, zábradlí, lavice, vypínače, klávesnice, hračky a další učební pomůcky.

Pravidelný úklid a dezinfekce mohou významně přispět ke snížení rizika nepřímého přenosu infekčních agens.

5. Podpora správné respirační hygieny

Děti a žáky je vhodné průběžně vést k dodržování zásad respirační hygieny. Při kašli nebo kýchání by si měli zakrývat nos a ústa jednorázovým kapesníkem, který následně vyhodí do odpadkového koše. Pokud kapesník není k dispozici, doporučuje se použít ohbí lokte.

Současně je vhodné připomínat nutnost následné hygieny rukou.

6. Podpora zdravého životního stylu

Odolnost organismu vůči infekčním onemocněním může podpořit také zdravý životní styl. Důležitou roli hraje pestrá a vyvážená strava, dostatek ovoce a zeleniny, pravidelný pohyb, dostatečný pitný režim a kvalitní spánek, které podporují správné fungování imunitního systému.

Školy mohou tyto principy podporovat prostřednictvím vzdělávacích aktivit a osvětových programů zaměřených na podporu zdraví.

7. Doporučení pro školní jídelny

Školní jídelny představují místo, kde dochází ke kontaktu většího počtu osob a současně k manipulaci s potravinami, proto je vhodné věnovat zvýšenou pozornost dodržování hygienických pravidel.

Doporučujeme zejména:

- důsledně dbát na hygienu rukou zaměstnanců školní jídelny i strávníků před konzumací pokrmů,
- zajistit dostatečnou dostupnost mýdla, tekoucí vody a jednorázových ručníků v blízkosti stravovacích prostor,
- pravidelně čistit a dezinfikovat stoly, výdejní plochy, madla, kliky, tácy a další často dotýkané povrchy,
- podporovat organizaci stravování způsobem, který omezuje nadměrné shromažďování osob ve výdejních a stravovacích prostorách,
- pravidelně větrat prostory jídelen a výdejen stravy, případně zajistit řádnou funkčnost a údržbu vzduchotechnických zařízení,
- vést děti a žáky k hygienickým návykům při stolování, zejména k mytí rukou před jídlem a používání jednorázových kapesníků při kašli nebo kýchání.

8. Význam očkování

Nad rámec uvedených opatření je vhodné připomenout zaměstnancům školy význam očkování jako jednoho z nejúčinnějších nástrojů prevence infekčních onemocnění. V případě respiračních nákaz se jedná zejména o očkování proti chřipce a onemocnění covid-19.

Očkování pomáhá snižovat riziko závažného průběhu onemocnění, hospitalizace a vzniku komplikací. Očkování proti onemocnění covid-19 je hrazeno všem zájemcům a očkování proti chřipce je hrazeno vybraným skupinám osob se zvýšeným rizikem závažného průběhu onemocnění. Jedná se například o osoby ve věku 65 let a více, se závažným chronickým onemocněním (diabetes, onemocnění srdce a cév, dýchacích cest nebo ledvin) nebo se závažnou poruchou imunity.

Doporučení upravující postup škol v době zvýšené nemocnosti akutními respiračními infekcemi a chřipkou.

Při zvýšeném výskytu akutních respiračních infekcí a chřipky mezi dětmi, žáky a zaměstnanci škol a školských zařízení, kde probíhá výuka, je vhodné průběžně sledovat nemocnost a vyhodnocovat její trend. Za významný ukazatel pro rozhodování vedení školy o případném uzavření školy lze považovat absenci přibližně 30 % a více dětí a žáků, zejména pokud jí předchází vzrůstající vývoj nemocnosti.

V případě, že vedení školy vyhodnotí situaci dle výše uvedených skutečností, požádá místně příslušnou krajskou hygienickou stanici o informaci o aktuální epidemiologické situaci v daném kraji. Krajská hygienická stanice, jako místně příslušný orgán ochrany veřejného zdraví, poskytne vedení školy odbornou konzultaci.

Rozhodnutí o uzavření školy z důvodu zvýšené nemocnosti mezi dětmi a žáky je pouze v kompetenci ředitele školy. V případech, kdy ředitel rozhodne o uzavření školy, doba pobytu dětí a žáků mimo školní kolektiv by neměla být kratší než 7 dní.

Při náhle vzniklém výrazném zvýšení nemocnosti akutními respiračními infekcemi a chřipkou Ministerstvo zdravotnictví školám zejména doporučuje informovat místně příslušnou krajskou hygienickou stanici a dodržovat obecná doporučení pro respirační infekce.

2. VIROVÁ HEPATITIDA A

A. Základní informace

Virová hepatitida A (dále také jako „VHA“), označovaná také jako „infekční žloutenka“, je vysoce nakažlivé virové onemocnění postihující játra, které se přenáší především prostřednictvím kontaminovaných rukou, předmětů, potravin nebo vody.

Ve školním prostředí má proto zásadní význam především hygiena rukou a dodržování hygienických zásad při přípravě a podávání stravy.

B. Příznaky onemocnění

Onemocnění se může projevovat:

- zvýšenou únavou,
- nechutenstvím,
- nevolností a zvracením,
- bolestmi břicha,
- zvýšenou teplotou,
- tmavou močí,
- světlou stolicí,
- zežloutnutím kůže a očního bělma.

U dětí může onemocnění probíhat i bez výraznějších příznaků.

C. Doporučená preventivní opatření

- Důsledně dbát na mytí rukou tekoucí vodou a mýdlem, zejména po použití toalety a před jídlem.
- Zajistit dostatečné množství mýdla, jednorázových ručníků a dalších hygienických potřeb.
- V případech, kdy není možné využít vodu a mýdlo, je nutné umožnit hygienu rukou prostřednictvím dezinfekčních prostředků na bázi alkoholu.
- Provádět pravidelný úklid a dezinfekci hygienických zařízení, splachovadel, umyvadel včetně vodovodních baterií, klik, zábradlí, a dalších často dotýkaných povrchů
- Důsledně dodržovat hygienické zásady při manipulaci s potravinami a jejich podávání.
- Průběžně připomínat dětem a žákům zásady osobní hygieny a správného mytí rukou.

V souvislosti s prevencí virové hepatitidy A je také nezbytné důsledně dodržovat hygienické zásady při přípravě, manipulaci a výdeji stravy. Zvláštní pozornost je třeba věnovat hygieně rukou zaměstnanců jídelny, pravidelné sanitaci pracovních ploch a důslednému dodržování provozních a sanitačních řádů školní jídelny. Vzhledem k tomu, že se virová hepatitida A přenáší fekálně-orální cestou, představuje správná hygiena rukou jedno z nejúčinnějších preventivních opatření.

V případě potvrzeného výskytu VHA ve škole je nezbytné bezodkladně spolupracovat s místně příslušnou krajskou hygienickou stanicí, která stanoví potřebná protiepidemická opatření a případně doporučí postexpoziční očkování nebo další opatření u osob v epidemiologicky významném kontaktu.

Významnou součástí prevence je rovněž očkování proti virové hepatitidě A, které představuje účinnou ochranu před onemocněním. S ohledem na stále probíhající zvýšený výskyt VHA proto doporučujeme školám, aby o možnostech ochrany prostřednictvím očkování informovaly také rodiče dětí, například prostřednictvím třídních schůzek, školních informačních systémů nebo webových stránek školy. Očkování proti VHA se standardně provádí ve dvoudávkovém schématu. U dětí, které již v minulosti obdržely první dávku očkovací látky proti VHA, doporučujeme ověřit rodiči dokončení očkování a v případě potřeby kontaktovat registrujícího praktického lékaře pro děti a dorost za účelem aplikace druhé dávky. Dokončení očkovacího schématu zajišťuje dlouhodobou až celoživotní ochranu proti onemocnění virovou hepatitidou A.