

WERSJA: 05.05.2020

COVID-19 I DZIAŁALNOŚĆ ZWIĄZANA Z NURKOWANIEM

10 ZALECEŃ DOTYCZĄCYCH
ZAPOBIEGANIA ZAGROŻENIOM I
ICH OGRANICZANIA

Przy wsparciu





Niniejszy dokument zawiera szereg przydatnych zaleceń dotyczących procedur zapobiegania i ograniczania ryzyka, które operatorzy nurkowi mogą rozważyć, gdy władze krajowe, regionalne lub lokalne oficjalnie zezwolą na ponowne otwarcie działalności nurkowej. Należy również uwzględnić dyrektywy wydane przez odpowiednie organy administracyjne (np. straż przybrzeżną).

ZAPAMIĘTAJ

Sytuacja epidemiologiczna i regulacyjna stale się zmienia. W związku z tym niniejszy dokument może podlegać zmianom i aktualizacjom.

INDEKS

1	JAKIE ŚRODKI NALEŻY PODJĄĆ W CELU ZAPEWNIENIA BEZPIECZEŃSTWA KLIENTÓW I PRACOWNIKÓW?	1
2	JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ PROCESAMI DEZYNFEKCJI?	4
3	JAKI JEST NAJLEPSZY SPOSÓB KONTROLOWANIA ZAKAŻEŃ WYPOŻYCZANEGO SPRZĘTU?	7
4	JAK POWINNO SIĘ PRZEPROWADZAĆ PŁUKANIE SPRZĘTU NURKOWEGO BĘDĄCEGO WŁASNOŚCIĄ KLIENTA?	9
5	JAKIE ŚRODKI OCHRONNE POWINNY BYĆ PODEJMOWANE NA ŁODZIACH NURKOWYCH I RIB-ACH?	10
6	JAK MOŻNA BEZPIECZNIE ZARZĄDZAĆ KONTROLĄ PARTNERSKĄ I DZIELENIEM SIĘ GAZEM?	12
7	JAK MOŻNA BEZPIECZNIE ZARZĄDZAĆ NAPEŁNIANIEM BUTLI?	13
8	PIERWSZA POMOC I REANIMACJA: JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ SYTUACJĄ KRYZYSOWĄ?	15
9	CZY WIRUS MOŻE PRZETRWAĆ W WODZIE?	17
10	JAKIE PROCEDURY OPERACYJNE I PLAN DZIAŁANIA W SYTUACJACH KRYZYSOWYCH OBOWIĄZUJĄ PODCZAS TEJ PANDEMII?	18



JAKIE ŚRODKI NALEŻY PODJĄĆ W CELU ZAPEWNIENIA BEZPIECZEŃSTWA KLIENTÓW I PRACOWNIKÓW?

- RECEPCJA
- ODLEGŁOŚĆ FIZYCZNA
- PRZEBIERALNIE
- HIGIENA OSOBISTA
- STOSOWANIE ŚRODKÓW OCHRONY OSOBISTEJ



JAKIE ŚRODKI NALEŻY PODJĄĆ W CELU ZAPEWNIENIA BEZPIECZEŃSTWA KLIENTÓW I PRACOWNIKÓW?

1.1 RECEPCJA

Należy przypomnieć klientom, aby nie wchodzili do Centrum Nurkowego, jeśli mają objawy związane z zakażeniem COVID-19. Ponadto zaleca się odmowę wstępu członkom rodziny lub przyjaciółom, którzy nie nurkują, a którzy towarzyszą nurkom, w celu ograniczenia zgromadzeń osób w centrum nurkowym. Personel przebywający na terenie obiektu powinien być ograniczony do osób absolutnie niezbędnych do wykonywania zadań. Środki zapobiegawcze podejmowane przez Centrum powinny być umieszczone na tablicach informacyjnych i wyraźnie widoczne. Dalsze informacje znajdują się w **Szablonie zawiadomienia publicznego** (Załącznik 1).

Zaleca się, aby przed wizytą w Centrum Nurkowym umożliwić klientom wypełnienie wszystkich formularzy rejestracyjnych online. Jeśli nie jest to możliwe, prosimy upewnić się, że przestrzegane są właściwe procedury higieny osobistej, przed wypełnieniem formularzy (maski, rękawice, chusteczki do dezynfekcji z alkoholem do wszystkich wspólnych przyborów do pisania, środki do dezynfekcji rąk). Jeśli chodzi o płatności, preferowane jest korzystanie z metod online (przelew bankowy, Paypal lub podobne) lub kart kredytowych, a nie z gotówki.

1.2 ODLEGŁOŚĆ FIZYCZNA

WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) zaleca, aby ludzie zachowywali co najmniej **1 metr / 3 stopy** odległości od siebie. Dotyczy to również pomieszczeń Centrum Nurkowego, w tym sal lekcyjnych i szatni. W pomieszczeniach wspólnych przydatne może być zaznaczenie odpowiednich odległości na podłodze, np. za pomocą widocznej taśmy. Przy określaniu właściwej odległości należy wziąć pod uwagę wskazówki podane przez władze lokalne, które mogą się różnić (np. 2m/6ft w [Wielkiej Brytanii](#), [USA](#) i [Kanadzie](#); 1,5m/5ft w [Australii](#)).

Tam, gdzie to możliwe, należy korzystać z e-learningu lub nauczania zdalnego, aby skrócić czas spędzany w klasie twarzą w twarz.

1.3 PRZEBIERALNIE

Przebieralnie mogą być jednym z obszarów najbardziej narażonych na ryzyko zakażenia. Wszystkie rzeczy osobiste klientów, w tym ubrania, ręczniki i szlafroki, powinny być przechowywane w sposób uniemożliwiający kontakt ze wspólnymi powierzchniami. Jeżeli są przechowywane w szafkach, po każdym użyciu powinny być one poddane dezynfekcji. Klienci mogą być również zachęceni do przechowywania swoich przedmiotów w specjalnych pojemnikach (torby, pudełka, skrzynki itp.), przechowywanych na podłodze lub na ławkach, w odpowiednich odległościach od siebie. Jeśli Centrum Nurkowe zapewnia takie pojemniki, po każdym użyciu powinny one być odpowiednio oczyszczone.

1.4 HIGIENA OSOBISTA

Nowy koronawirus (SARS-CoV-2) to wirus układu oddechowego, który rozprzestrzenia się głównie poprzez kontakt z kropelkami zakażonych osób, na przykład podczas kichania, kaszlu lub wydychania nosa.

Właściwe środki higieny osobistej obejmują:

- ✓ Myj ręce często, przez co najmniej 20 sekund.
- ✓ Utrzymuj dystans fizyczny, unikaj bezpośredniego kontaktu z innymi osobami.
- ✓ Unikaj dotykania oczu, nosa i ust
- ✓ Stosuj higienę oddechową. Obejmuje to przykrywanie ust i nosa zgiętym łokciem lub chusteczką podczas kaszlu lub kichania.

Centra nurkowe powinny zapewnić produkty do dezynfekcji rąk lub odpowiednie udogodnienia do mycia rąk zgodnie z zaleceniami.

1.5 STOSOWANIE ŚRODKÓW OCHRONY OSOBISTEJ

MASKI

[WHO](#) zaleca, aby maski były stosowane tylko w przypadku kaszlu lub kichania, lub jeśli opiekujesz się osobą z COVID-19. Rozsądne jest jednak tylko wymaganie od wszystkich osób przebywających na terenie Centrum Nurkowego noszenia maski. Postępuj zgodnie z instrukcjami lokalnych władz, jak również w swoim własnym interesie. Noszenie masek ma szczególne znaczenie dla pracowników Centrum Nurkowego, którzy spędzają więcej czasu w kontakcie z klientami.

Jakie maski należy nosić? Istnieją trzy rodzaje odpowiednich masek ochronnych, a wybór zależy od ich zastosowania:

- ✓ **Maski medyczne** zmniejszają możliwość wydzielenia kropielek przez osobę zakażoną, ale nie chronią osoby je noszącej. Zapewniają pewien stopień ochrony tylko wtedy, gdy nosi je każda osoba w danym środowisku.
- ✓ **Maski filtrujące** FFP2, KN95 i FFP3 są skutecznym środkiem ochrony osobistej i, jeśli są prawidłowo zamontowane, chronią zarówno innych, jak i osobę noszącą, ponieważ blokują do 99% zainfekowanych cząsteczek.
- ✓ Uwaga: niektóre maski FFP2, KN95 i FFP3 mają z przodu **zawór**, który nie jest filtrem, a jedynie ułatwia wydech. Chronią one tylko użytkownika, ale nie chronią innych przed tym, co jest wydychane. Dlatego nie zaleca się ich stosowania w centrach nurkowych.

Przed założeniem maski, ręce powinny być umyte. Nie należy dotykać maski podczas jej noszenia. Po użyciu należy ją zdjąć z głowy i wyrzucić do zamkniętych pojemników.

Więcej informacji na ten temat znajduje się w infografice **Jak nosić, używać, usuwać i utylizować maskę ochronną** (Załącznik 2).

1.5 STOSOWANIE ŚRODKÓW OCHRONY OSOBISTEJ

RĘKAWICZKI

Rękawice jednorazowe (np. lateksowe) chronią tylko ręce osoby je noszącej podczas pracy z materiałami, sprzętem itp. Nie chronią one jednak innych osób i otaczającego środowiska przed zanieczyszczeniem.

Przed użyciem należy sprawdzić ich integralność. Podczas użytkowania należy je regularnie dezynfekować. Po użyciu należy je wyjąć i wyrzucić do zamkniętych pojemników, unikając kontaktu skóry z zewnętrzną częścią rękawic. Więcej szczegółów można znaleźć w praktycznym przewodniku infograficznym **dotyczącym prawidłowego używania rękawic jednorazowych** (Załącznik 3).

ZAPAMIĘTAJ

Rękawice jednorazowe często sugerują fałszywe poczucie bezpieczeństwa, a ludzie mają tendencję do zanieczyszczania znacznie większej ilości powierzchni i rzadziej wykonują czynności związane z higieną rąk, gdy je noszą. W związku z tym należy je regularnie wymieniać, a podczas ich noszenia oraz po ich zużyciu należy zapewnić odpowiednią higienę rąk.



JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ PROCESAMI DEZYNFEKCJI?

- POWIERZCHNIE
- SPRZĘT NURKOWY



JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ PROCESAMI DEZYNFEKCJI?

Badania innych koronawirusów wykazały, że ich zakaźność może być zmniejszona przez ciepło, promieniowanie UV i warunki alkaliczne lub kwaśne. Z tego powodu powierzchnie mogą być dezynfekowane przy użyciu domowych środków czyszczących.

2.1 POWIERZCHNIE

Nie jest jasne, jak długo wirus może przetrwać na powierzchni. Według [WHO](#), wstępne informacje sugerują, że może on przetrwać kilka godzin lub do kilku dni, w zależności od rodzaju powierzchni, temperatury lub wilgotności środowiska. Dlatego konieczne jest częste czyszczenie i dezynfekcja wszystkich powierzchni, szczególnie tych, które mogą być dotykane przez wiele osób: klamki drzwi i okien, włączniki światła, krany, klawiatury, itp. Praktyczne może być stworzenie listy wszystkich pomieszczeń i powierzchni, które mają być poddane dezynfekcji.

Wśród produktów przydatnych do eliminacji wirusa znajdują się zarówno środki dezynfekcyjne na bazie **alkoholu** o stężeniu alkoholu (etanol/alkohol etylowy) 70%, jak i produkty z **podchlorynem sodu** jako głównym czynnikiem (np. wybielacze). Zawartość procentowa podchlorynu sodu, który jest w stanie wyeliminować wirusa nie powodując podrażnienia układu oddechowego, wynosi **0.1%** dla większości powierzchni. W przypadku toalet (WC, prysznic, umywalki) może być stosowany wyższy procent: **0.5%**.

ZAPAMIĘTAJ

Szczególną ostrożność należy zachować przy stosowaniu środków dezynfekujących na bazie alkoholu, w tym hydroalkoholowych roztworów do rąk. Niewielki procent alkoholu, wysoce lotna i łatwopalna substancja, nawet w stosunkowo niskiej temperaturze, może spowodować pożar lub wybuch. Unikać bezpośredniego lub pośredniego kontaktu z urządzeniami, butlami i węzami napełnianymi stosowanymi do powietrza wzbogaconego tlenem. Tam, gdzie jest to możliwe, do mycia rąk lepiej używać zwykłego mydła i wody.

Należy również wziąć pod uwagę, że zarówno etanol/alkohol etylowy, jak i podchloryn sodu mogą uszkodzić powierzchnie i należy je przetestować przed użyciem dla każdego pojedynczego elementu lub powierzchni.

Pomieszczenia Centrum Nurkowego muszą być codziennie dezynfekowane. Obszary wspólne, takie jak szatnie, powinny być dezynfekowane za każdym razem, gdy są używane przez różne osoby.

Ogólne informacje na temat czyszczenia i dezynfekcji można znaleźć również w zasobach udostępnionych przez [WHO](#).

2.2 SPRZĘT NURKOWY

WPROWADZENIE

Nadal nie przeprowadzono szczegółowych testów dotyczących przetrwania wirusa SARS-CoV-2 na sprzęcie do nurkowania, zwłaszcza w przypadku, gdy ma on wgłębienia lub elementy gwintowane. W związku z tym konieczne jest, aby sprzęt do nurkowania był po użyciu dezynfekowany w celu neutralizacji wirusa. Niektóre produkty, takie jak czwartorzędowe związki amoniowe, są skuteczne i wysoce kompatybilne z typowymi materiałami sprzętu nurkowego (guma, neopren, tworzywa sztuczne, metal itp.), niezależnie od tego, jak trudne są do pozyskania lub szkodliwe dla środowiska morskiego. Inne produkty, takie jak wybielacze (podchloryn sodu), są łatwiejsze do znalezienia i tańsze, ale muszą być używane zgodnie z wytycznymi dla COVID-19. Istnieją również inne produkty (EW80, Virkon S itp.), powszechnie stosowane przez nurków, które okazały się skuteczne przeciwko wirusowi.

W Stanach Zjednoczonych, EPA (Environmental Protection Agency) dostarcza [listę](#) środków dezynfekcyjnych skutecznych przeciwko wirusowi SARS-CoV-2. W Europie ECDC (Europejskie Centrum ds. Zapobiegania i Kontroli Chorób) opublikowało pewne [wytyczne](#).

Niezależnie od wybranych składników aktywnych lub metody dezynfekcji, niezwykle ważne jest, aby skuteczność środka przeciwko nowemu koronawirusowi była udowodniona.

PODCHLORYN SODU

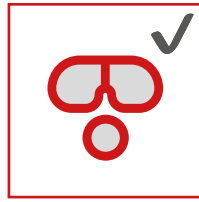
Powszechnie stosowany **wybielacz**, sprzedawany pod różnymi markami i ze zmiennym udziałem procentowym (5-10%) jego aktywnego składnika, **podchlorynu sodu**, jest jednym z produktów zdolnych do neutralizacji wirusa. Ważne jest, aby dokładnie przeczytać etykietę produktu, sprawdzić zawartość procentową składnika aktywnego i rozcieńczyć go w wodzie w odpowiedniej proporcji. Najnowsze badania naukowe (1) sugerują rozcieńczenie wybielacza **1:50** zawierającego **5%** podchlorynu sodu (stężenie **0,1%** lub **1 000 ppm** składnika aktywnego), przy całkowitym zanurzeniu przedmiotów na co najmniej **5 minut**.

Oto praktyczny przykład jak rozcieńczyć produkt w wodzie, aby otrzymać **5 litrów** roztworu zawierającego **0,1%** składnika aktywnego:

- ✓ 5% wybielacz na bazie podchlorynu sodu // 100 ml produktu na 4900 ml wody, lub
- ✓ 10% wybielacz na bazie podchlorynu sodu // 50 ml produktu na 4950 ml wody

Środki ostrożności:

- ✓ Przeprowadzaj operacje dezynfekcji w rękawicach, masce i środkach ochrony oczu.
- ✓ Mieszaj roztwory w dobrze wentylowanych pomieszczeniach.
- ✓ Przygotuj roztwory przy użyciu zimnej wody, ponieważ ciepła woda uszkadza składnik aktywny.
- ✓ Nigdy nie mieszaj wybielacza z innymi produktami lub chemikaliami.
- ✓ Unikaj rozprysków podczas czyszczenia.
- ✓ Spłukuj świeżą wodą i pozostaw do wyschnięcia przed użyciem.



JAKI JEST NAJLEPSZY SPOSÓB KONTROLOWANIA ZAKAŻEŃ WYPOŻYCZANEGO SPRZĘTU?

- REKOMENDACJE
- CZY USTNIKI DRUGIEGO STOPNIA
AUTOMATU POWINNY BYĆ
WYMIENIANE PO KAŻDYM UŻYCIU?



JAKI JEST NAJLEPSZY SPOSÓB KONTROLOWANIA ZAKAŻEŃ WYPOŻYCZANEGO SPRZĘTU?



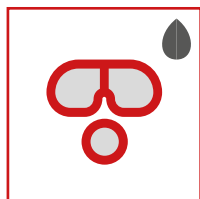
3.1 REKOMENDACJE

Wypożyczanie sprzętu powinno być traktowane ze szczególną ostrożnością, szczególnie biorąc pod uwagę odpowiedzialność właścicieli Centrum Nurkowego w przypadku ewentualnego zakażenia. Oto kilka zaleceń:

- ✓ Wypożyczony sprzęt należy dezynfekować zgodnie z zaleceniami, po każdym użyciu, zwracając szczególną uwagę na regulatory, BCD, fajki do nurkowania i maski.
- ✓ Wypożyczone maski muszą być dopasowane przez każdego nurka przed użyciem, co oznacza dezynfekcję po każdym przymierzeniu. Klienci mogą być zachęceni do przynoszenia co najmniej własnej maski.
- ✓ Obszary przeznaczone do zwrotu wypożyczonego sprzętu powinny być oddzielone od obszarów, gdzie przechowywany jest zdezynfekowany sprzęt.
- ✓ Klienci nie powinni mieć możliwości wejścia na teren, gdzie przechowywany jest zdezynfekowany sprzęt. Należy przenieść sprzęt do klientów.
- ✓ Wypożyczony sprzęt należy transportować w indywidualnych pojemnikach, oznaczonych imieniem klienta, i pamiętać o ich dezynfekcji po użyciu.
- ✓ Po zdezynfekowaniu, należy bezpiecznie posługiwać się sprzętem, np. przechowując maski, regulatory i fajki do nurkowania w zamkniętych workach, które należy zdjąć przed użyciem.
- ✓ Należy poinstruować klienta, aby nie dotykał wylotu zaworu butli lub wlotu regulatora podczas montażu i demontażu urządzenia do nurkowania.

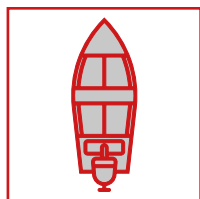
3.2 CZY USTNIKI DRUGIEGO STOPNIA AUTOMATU POWINNY BYĆ WYMIENIANE PO KAŻDYM UŻYCIU?

Chociaż klienci postrzegają wymianę ustników jako synonim szczególnej troski i dobrej obsługi, to jednak ich wymiana może nie wystarczyć, by zapobiec zarażeniu. Zainfekowany użytkownik nie tylko zanieczyszcza ustnik, ale całą jednostkę drugiego stopnia. Dlatego konieczna jest dezynfekcja regulatorów opisana powyżej, nawet w przypadku wymiany ustnika.



JAK POWINNO SIĘ PRZEPROWADZAĆ PŁUKANIE SPRZĘTU NURKOWEGO BĘDĄCEGO WŁASNOŚCIĄ KLIENTA?

Nie zaleca się używania wspólnych wanierek do płukania sprzętu po nurkowaniu. Jeśli Centrum Nurkowe nie posiada odpowiednich urządzeń pozwalających na indywidualne płukanie bieżącą wodą, sprzęt będący własnością klienta powinien zostać wypłukany w innym miejscu. Jeśli Centrum Nurkowe zapewnia klientom miejsce do suszenia sprzętu, należy zapewnić wystarczające odstępy między zestawami. Należy zawsze przypominać klientom o konieczności dezynfekcji sprzętu tak szybko jak to możliwe po jego użyciu.



JAKIE ŚRODKI OCHRONNE POWINNY BYĆ PODEJMOWANE NA ŁODZIACH NURKOWYCH I RIB-ACH?



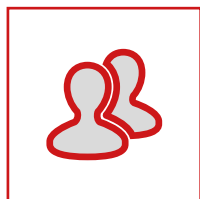
JAKIE ŚRODKI OCHRONNE POWINNY BYĆ PODEJMOWANE NA ŁODZIACH NURKOWYCH I RIB-ACH?



Podczas korzystania z łodzi nurkowej należy zachować szczególną ostrożność: w miejscach, w których ludzie mają bliższy kontakt ze sobą, ryzyko zakażenia znacznie wzrasta. Należy zawsze stosować się do wskazówek podanych przez właściwe organy.

Oto kilka ogólnych zaleceń:

- ✓ Upewnij się, że fizyczna odległość (patrz punkt #1 powyżej) jest przestrzegana również na pokładzie.
- ✓ Unikaj zabierania na pokład wszelkich niepotrzebnych przedmiotów, które nie są niezbędne ze względów bezpieczeństwa lub w związku z aktywnością pod wodą.
- ✓ Załaduj już zmontowany sprzęt na pokład.
- ✓ Personel obsługujący wyposażenie i sprzęt powinien mieć na sobie rękawice i maski ochronne.
- ✓ Upewnij się, że maski, fajki do nurkowania i drugie stopnie wstępnie zmontowanego sprzętu są zabezpieczone, np. zabezpieczając je workami, które można usunąć dopiero przed użyciem.
- ✓ Nie używaj wiader do płukania masek: wypłucz je w otwartej wodzie. Odradza się używanie śliny do odmgławiania masek: najlepiej używać produktów do odmgławiania.
- ✓ Nawet przy przestrzeganiu zasad odległości, podczas ruchu łodzi i pod wpływem wiatru, krople mogą przebyć dłuższą drogę. Dlatego zaleca się, aby wszyscy pasażerowie nosili maski ochronne. Należy przypomnieć im, aby nie dotykali sprzętu innych osób.
- ✓ Upewnij się, że masz na pokładzie odpowiednie środki higieny rąk.
- ✓ Upewnij się, że zasady zachowania dystansu są przestrzegane również przy wchodzeniu i wychodzeniu nurków z wody. Przestrzeganie odległości na powierzchni może być trudne w obecności prądu: użycie lin prądowych lub lin przymocowanych do boi pływającej, o rozstawie oznaczonym taśmą lub kolorowymi pasami może pomóc w utrzymaniu odpowiednich odległości.



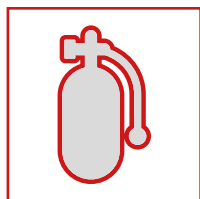
JAK MOŻNA BEZPIECZNIE ZARZĄDZAĆ KONTROLĄ PARTNERSKĄ I DZIELENIEM SIĘ GAZEM?

Należy przestrzegać zasad dotyczących odległości również w odniesieniu do następujących czynności:

- Buddy Checks: należy przypominać nurkom, aby nie dotykali sprzętu innych nurków, zwłaszcza tych części, które mają bliski kontakt z twarzą i ustami nurka. Należy przeprowadzić wizualną kontrolę partnera, z autodemstracją i słownym potwierdzeniem.
- Dzielenie się gazem: zarówno w sytuacjach awaryjnych jak i podczas wykonywania ćwiczeń, zaleca się korzystanie z alternatywnego źródła gazu i unikanie oddawania regulatora, z którego nurek oddycha.

ZAPAMIĘTAJ

Wytyczne agencji szkoleniowych ds. nurkowania w tym zakresie mogą się różnić. Upewnij się, że znasz i przestrzegasz najnowszych wytycznych wydanych przez Twoją agencję szkoleniową.



JAK MOŻNA BEZPIECZNIE ZARZĄDZAĆ NAPEŁNIANIEM BUTLI?

- SPREŻARKI GAZU I PROCEDURY NAPEŁNIANIA
- MIEJSCA NAPEŁNIANIA BUTLI



JAK MOŻNA BEZPIECZNIE ZARZĄDZAĆ NAPEŁNIANIEM BUTLI?



7.1 SPREŻARKI GAZU I PROCEDURY NAPEŁNIANIA

Teoretycznie wirus mógłby dostać się do sprężarki przez wlot powietrza, ponieważ filtr wlotowy nie jest w stanie zablokować mniejszych kropeł. Filtry powietrza do oddychania po sprężaniu również nie dadzą pewności, że małe cząstki zostaną wychwycone. Dlatego ważne jest, aby wlot do kompresora znajdował się w bezpiecznym miejscu, aby uniknąć jakiegokolwiek zanieczyszczenia. Wykazano, że wirus jest wrażliwy na wysokie temperatury. W czasie pracy sprężarka może wytworzyć temperaturę gazu przekraczającą 120°C, a ponadto w szczytowym momencie sprężania osiągnęte są bardzo wysokie temperatury, znacznie przekraczające próg odporności wirusa (2).

Jest zatem mało prawdopodobne, aby wirus mógł pozostać aktywny po przejściu przez sprężarkę. Ryzyko istnieje jednak w przypadku obsługi zaworów butli i węży do napełniania, ze względu na możliwość zarażenia przez zainfekowane podmioty. Dlatego ważne jest, aby wszystkie osoby zajmujące się napełnianiem butli przestrzegały prawidłowych procedur higienicznych i zawsze nosiły zalecany sprzęt ochrony osobistej (maski, rękawice).

7.2 MIEJSCA NAPEŁNIANIA BUTLI

Procedury higieny osobistej i fizycznej odległości powinny być również przestrzegane w miejscach napełniania butli. W bezpośrednim sąsiedztwie kompresorów, stanowiska napełniania i miejsca składowania napełnionych butli powinny znajdować się tylko osoby upoważnione.

ZAPAMIĘTAJ

Szczególne ostrożności należy zachować przy stosowaniu środków dezynfekujących na bazie alkoholu, w tym hydroalkoholowych roztworów do rąk. Niewielki procent alkoholu, wysoce lotny i łatwopalny, może spowodować pożar lub wybuch. Należy unikać bezpośredniego lub pośredniego kontaktu z urządzeniami, butlami i węzami do napełniania, używanymi do powietrza wzbogaconego tlenem. Tam, gdzie jest to możliwe, do mycia rąk lepiej używać zwykłego mydła i wody.



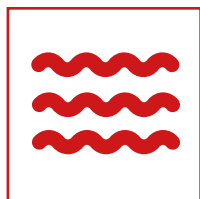
PIERWSZA POMOC I REANIMACJA: JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ SYTUACJĄ KRYZYSOWĄ?



PIERWSZA POMOC I REANIMACJA: JAK NALEŻY ZARZĄDZAĆ SYTUACJĄ KRYZYSOWĄ?

Oto kilka użytecznych zaleceń dotyczących sposobu interwencji, przy jednoczesnej ochronie zarówno ofiary, jak i ratownika przed potencjalnymi infekcjami:

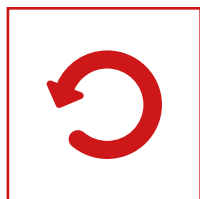
- ✓ Upewnij się, że ratownik, ofiara i wszystkie inne osoby na miejscu zdarzenia są bezpieczne.
- ✓ Upewnij się, że cały sprzęt ochrony osobistej jest noszony i że używane są bariery ochronne.
- ✓ Oceniaj świadomość, potrząsając lub stymulując ofiarę bez zbliżania się do twarzy.
- ✓ Ustal, czy ofiara oddycha, obserwując po prostu ruchy klatki piersiowej.
- ✓ Twarz ratownika nie powinna zbliżyć się do twarzy ofiary.
- ✓ Jeśli ofiara jest nieprzytomna i nie oddycha, zaalarmuj Pogotowie Ratunkowe opisując sytuację i rozpocznij uciskanie klatki piersiowej bez oddechów ratownika/wentylacji.
- ✓ Użyj Automatycznego Defibrylatora Zewnętrznego (AED), jeśli jest dostępny. Kontynuuj akcję ratunkową, aż ofiara wznowi normalne oddychanie, ratownik będzie zbyt wyczerpany lub przybędzie Pogotowie Ratunkowe.
- ✓ Po zakończeniu działań ratowniczych lub przekazaniu ofiary do Pogotowia Ratunkowego, należy odpowiednio zdjąć środki ochrony osobistej i zutylizować je zgodnie z lokalnymi instrukcjami. Dokładnie umyj ręce. Urządzenia medyczne używane na ofierze powinny być dezynfekowane po użyciu, jeśli to możliwe, lub utylizowane zgodnie z właściwymi procedurami.



CZY WIRUS MOŻE PRZETRWAĆ W WODZIE?

Badania nadal trwają i nie jest jasne, jak długo wirus SARS-CoV-2 może przetrwać w wodzie. Badania nad wirusem SARS-CoV-1 (epidemia z 2003 r.) wykazały, że pozostawał on zakaźny przez długi czas na powierzchni wody (jeziora, rzeki, tereny podmokłe, itp.). Wydaje się, że woda morska nie jest w stanie neutralizować wirusa. W prawidłowo chlorowanych lub bromowanych basenach i jacuzzi CDC (Center for Disease Control) określa, że SARS-CoV-2 zostanie unieszkodliwiony po pewnym czasie (3).

Zgodnie z aktualnymi dowodami zaleca się zatem, aby zachować ostrożność zarówno w wodzie, jak i poza nią. Obejmuje to przestrzeganie zasad dotyczących odległości oraz właściwe mycie i dezynfekcję sprzętu.



JAKIE PROCEDURY OPERACYJNE I PLAN DZIAŁANIA W SYTUACJACH KRYZYSOWYCH OBOWIĄZUJĄ PODCZAS TEJ PANDEMII?

The Dive Centre should update its Standard Operating Procedures, taking into account the recommendations provided in this document, together with other national rules and regulations. In particular, Emergency Action Plans for suspected infection, infected staff or customers and crew, as applicable, should include specific instructions to maintain infection control and commence with immediate isolation of suspected infected persons.



ŹRÓDŁA

- 1
 - Use of disinfectants: alcohol and bleach. Infection Prevention and Control of Epidemic- and Pandemic-Prone Acute Respiratory Infections in Health Care [Internet]. Dostępne na: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK214356/>
 - Kampf G, Todt D, Pfaender S, Steinmann E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. Journal of Hospital Infection. 2020Mar;104(3):246–51.
 - Lai MYY, Cheng PKC, Lim WWL. Survival of Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus. Clinical Infectious Diseases [Internet]. 2005Oct1;41(7):e67–e71. Dostępne na: <https://academic-oup-com.proxyiub.uits.iu.edu/cid/article/41/7/e67/310340>
- 2
 - Chan KH, Peiris JSM, Lam SY, Poon LLM, Yuen KY, Seto WH. The Effects of Temperature and Relative Humidity on the Viability of the SARS Coronavirus. Advances in Virology. 2011Oct1;2011:1–7.
 - First data on stability and resistance of SARS coronavirus compiled by members of WHO laboratory network [Internet]. World Health Organization. World Health Organization; 2015 [cited 2020Mar27]. Dostępne na: https://www.who.int/csr/sars/survival_2003_05_04/en/
 - Duan SM, Zhao XS, Wen RF, Huang JJ, Pi GH, Zhang SX, et al. Stability of SARS coronavirus in human specimens and environment and its sensitivity to heating and UV irradiation. Biomedical and Environmental Sciences [Internet]. 2003Sep;16:246–55. Dostępne na: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14631830>
- 3
 - Casanova L, Rutala WA, Weber DJ, Sobsey MD. Survival of surrogate coronaviruses in water. Water Research. 2009;43(7):1893–8.
 - Municipal Water and COVID-19 [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. Centers for Disease Control and Prevention; 2020 [cited 2020Mar26]. Dostępne na: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>



DIVERS ALERT NETWORK EUROPE



Continental Operations Office

Contrada Padune 11 • 64026 Roseto degli Abruzzi • Italy
Tel. +39 085 893 0333 • Fax +39 085 893 0050
mail@daneurope.org • www.daneurope.org

Registered address and Headquarters

DAN Building, Sir Ugo Mifsud Street • Ta' Xbiex XBX 1431 • Malta

TA INICJATYWA JEST WSPIERANA PRZEZ



c/o International Aquanautic Club GmbH & Co. KG
Frintroper Str. 18 - 45355 Essen
www.rstc-eu.org

CZŁONKOWIE RSTC





COVID-19 Ś

RODKI ZAPOBIEGAWCZE

1. Publiczny dostęp do Centrum Nurkowego jest ograniczony tylko do klientów nurkujących. Osoby towarzyszące rodzinie lub przyjaciółom nie mają prawa wstępu do Centrum Nurkowego.

2. Nie wchodź na teren Centrum Nurkowego, jeśli masz którykolwiek z poniższych objawów, które mogą być związane z zakażeniem COVID-19:

- ✓ Gorączka
- ✓ Kaszel
- ✓ Zmęczenie lub ból mięśni
- ✓ Trudności w oddychaniu
- ✓ Ból gardła
- ✓ Infekcje płuc
- ✓ Bóle głowy
- ✓ Utrata smaku
- ✓ Biegunka

3. Jeżeli podróżowałeś/aś w ciągu ostatnich dwóch tygodni lub jeżeli miałeś/aś kontakt z osobami dotkniętymi lub potencjalnie dotkniętymi przez COVID-19, przed udaniem się do Centrum Nurkowego skontaktuj się z władzami sanitarnymi lub lekarzem prowadzącym.

4. Aby uniknąć tłoku w centrum nurkowym, wstęp jest uzależniony od zachowania przynajmniej 1-metrowej odległości od siebie nawzajem.

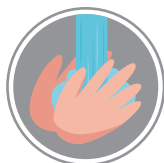
5. Wejście na teren Centrum Nurkowego może być ograniczone do określonej liczby osób w danym momencie.

JAK ZAKŁADAĆ, UŻYWAĆ, ZDEJMOWAĆ I UTYLIZOWAĆ MASKĘ OCHRONNĄ



1

Przed założeniem maski **należy umyć ręce środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu lub mydłem i wodą.**



2

Zakryj maską usta i nos oraz **upewnij się, że między twarzą a maską nie ma żadnych szczelin.**



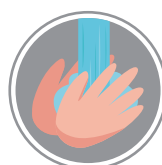
3

Unikaj dotykania maski podczas jej używania; jeśli to zrobisz, umyj ręce środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu lub używając mydła i wody.



4

Aby zdjąć maskę: **zdejmij ją od tyłu** (nie dotykaj przedniej części maski); **natychmiast wyrzuć do zamkniętego pojemnika;** oczyść ręce środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu lub używając mydła i wody.



WYTYCZNE DOTYCZĄCE JEDNORAZOWYCH RĘKAWICZEK OCHRONNYCH



PRZED ZAŁOŻENIEM RĘKAWICZEK OCHRONNYCH

1

Zdejmij wszelką biżuterię i upewnij się, że paznokcie nie uszkodzą rękawic.



2

Oczyścić ręce środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu lub mydłem i wodą.



3

Wybierz odpowiedni dla siebie rozmiar rękawic.



4

W przypadku uszkodzenia lub zabrudzenia rękawiczek należy je wymienić.



JAK BEZPIECZNIE ZDJAĆ RĘKAWICZKI

1

Uszczypnij i przytrzymaj zewnętrzną część rękawicy w pobliżu nadgarstka.



2

Obrócić rękawicę na dół, odwrócić ją na zewnątrz i przytrzymaj ręką w rękawicze.



3

Ręką bez rękawicy wsuń dwa palce pod nadgarstek pozostałej rękawicy i ściągnij na dół.



4

Przekręć rękawicę na zewnątrz, zostawiając pierwszą rękawicę w drugiej.



5

Wyrzucić rękawice do zamkniętego pojemnika.



6

Oczyść ręce środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu lub mydłem i wodą.

