

COVID-19: NAZAJ NA DELOVNA MESTA

Prilagajanje delovnih mest in zaščita delavcev

Posodobitev december 2020



© Evropska unija, 2020

Kazalo

Uvodne obrazložitve in področje uporabe smernic	2
Uvod	2
Posodobite svojo oceno tveganja in ustrezno ukrepajte	3
Zmanjšanje izpostavljenosti bolezni COVID-19 pri delu	3
Nadaljevanje dela po izteku obdobja prepovedi	4
Spopadanje z visoko stopnjo odsotnosti	5
Upravljanje delavcev, ki delajo na domu	5
Vključite delavce	6
Poskrbite za delavce, ki so zboleli	6
Načrtujte in se učite za prihodnost	7
Bodite dobro obveščeni	7
Gospodarske panoge in poklici	8
Smernice v zvezi z boleznijo COVID-19	8

Uvodne obrazložitve in področje uporabe smernic

Namen teh nezavezujočih smernic je pomagati delodajalcem in delavcem, da ostanejo varni in zdravi v delovnem okolju, ki se je zaradi pandemije bolezni COVID-19 močno spremenilo. Smernice zajemajo nasvete o:

oceni tveganja in preventivnih ukrepih

- zmanjšanje izpostavljenosti bolezni COVID-19
- nadaljevanje dela po izteku obdobja zaprtja dejavnosti
- spopadanje z visoko stopnjo odsotnosti z dela
- vodenju delavcev, ki delajo na domu

vključevanju delavcev

skrbi za delavce, ki so zboleli

načrtovanju in učenju za prihodnost

dobri obveščenosti

posameznih gospodarskih panogah in poklicih

Smernice zajemajo primere splošnih ukrepov, ki lahko delodajalcem ob upoštevanju posameznih delovnih okoliščin pomagajo zagotoviti ustrezno varno in zdravo delovno okolje pri izvajanju ali ponovnem zagonu dejavnosti.

Dokument vsebuje povezave do ustreznih informacij agencije EU-OSHA in seznam virov različnih ponudnikov, ki so usmerjeni na različne gospodarske panoge in tudi na delovna mesta. Upoštevajte, da informacije v teh smernicah ne zajemajo zdravstvenega vidika; zanj so na voljo posebni nasveti (npr. [Evropskega centra za preprečevanje in obvladovanje bolezni](#), [Svetovne zdravstvene organizacije \(SZO\)](#), ameriškega [Centra za nadzor in preprečevanje bolezni](#)).

Za odgovore na vsa posebna vprašanja ali pomisleke, ki v tem dokumentu niso obravnavani, se obrnite na lokalne organe, kot so zdravstvene ustanove ali inšpektorat za delo.

Uvod

V času pandemije koronavirusne bolezni 2019 (COVID-2019) so države članice Evropske unije (EU) uvedle številne ukrepe za preprečevanje širjenja bolezni, vključno s tistimi, ki vplivajo na delovna mesta. V času te krize je področje dela močno prizadeto, zato morajo vsi deli družbe (vključno s podjetji, delodajalci in socialnimi partnerji) prevzeti pomembno vlogo pri zaščiti delavcev, njihovih družin in širše družbe.

Narava in obseg ukrepov segajo od omejitev gibanja in ukinitve nenujnih dejavnosti do omejevanja števila oseb na enem mestu, prepovedi določenih dejavnosti ter obveznosti upoštevanja določenih higienskih ukrepov. Njihova uporaba se lahko razlikuje glede na razvoj pandemije, sektor, poklic ali z zdravjem povezane značilnosti posameznika. Kot posledica teh ukrepov se od delavcev morda zahteva delo od doma, oziroma morajo ostati doma, če dela ne morejo izvajati na daljavo.

Ko se z ukrepi doseže zadostno zmanjšanje stopnje prenosa bolezni COVID-19, se smejo delovne dejavnosti nadaljevati. Pogosto to poteka stopenjsko, pri čemer se najprej dovoli delo, ki velja za nujno za varovanje zdravja in gospodarstvo.

Cepljenje bo sčasoma pripeljalo do rahljanja ukrepov, vendar še ni jasno, do katere mere in kdaj se bodo nadaljevale običajne delovne dejavnosti. Zelo verjetno je, da bodo nekateri ukrepi ostali v veljavi še nekaj časa oziroma bodo v določenem trenutku ponovno uvedeni, da se prepreči prihodnje povečanje stopnje okužb.

Kriza v povezavi z boleznijo COVID-19 ustvarja pritisk na delodajalce in delavce, saj so morali v zelo kratkem času uvesti nove postopke in prakse ali začasno ustaviti svoje delo in poslovne dejavnosti. V tem kontekstu varnost in zdravje pri delu ponuja praktično podporo pri nadaljevanju ali ohranjanju dela ter prispeva k zaustavitvi prenosa bolezni COVID-19.

Posodobite svojo oceno tveganja in ustrezno ukrepajte

Tako kot v običajnih delovnih razmerah sta opredelitev in [ocena tveganj](#) v fizičnem in psihosocialnem delovnem okolju tudi izhodišče za obvladovanje varnosti in zdravja pri delu v okviru ukrepov za preprečevanje bolezni COVID-19. Delodajalci morajo pregledati svojo oceno tveganja, kadar se spremeni delovni proces, in upoštevati vsa tveganja, tudi tista, ki vplivajo na duševno zdravje. Pri pregledu ocene tveganja je treba biti pozoren na morebitne nepravilnosti ali razmere, ki povzročajo težave, in na to, kako lahko te prispevajo k večji odpornosti organizacije v daljšem obdobju. Ne pozabite, da je treba v pregled ocene tveganja vključiti delavce in njihove predstavnike ter poklicati izvajalca ukrepov za preprečevanje tveganja ali zdravnika medicine dela, če ga imate. Za oceno dela si pridobite posodobljene informacije javnih organov o razmerah glede bolezni COVID-19 na vašem območju. Po posodobitvi ocene tveganja je treba pripraviti akcijski načrt z ustreznimi ukrepi. V nadaljevanju je navedenih nekaj primerov vprašanj v zvezi s pandemijo, ki jih je treba upoštevati pri pripravi takega akcijskega načrta.

Zmanjšanje izpostavljenosti bolezni COVID-19 pri delu

Izvajanje varnih delovnih praks za omejitev izpostavljenosti bolezni COVID-19 pri delu zahteva najprej oceno tveganj in nato izvajanje [hierarhije preventivnih ukrepov](#). To pomeni, da je treba uvesti nadzorne ukrepe, predvsem zato, da se odpravi tveganje, če to ni mogoče, pa čim bolj zmanjša izpostavljenost delavcev. Najprej začnite s kolektivnimi ukrepi in jih po potrebi dopolnite z individualnimi ukrepi, kot je osebna varovalna oprema. V nadaljevanju je navedenih nekaj primerov nadzornih ukrepov, vendar zaradi narave delovnih mest vsi ukrepi ne bodo primerni za vsa delovna mesta.

- Zaenkrat opravljajte samo nujno delo; morda lahko nekaj dela odložite na čas, ko bo tveganje manjše. Če je mogoče, opravljajte storitve na daljavo (telefon ali video) namesto osebno. Poskrbite, da bodo na delovnem mestu prisotni le delavci, ki so nujno potrebni za to delovno mesto, in da bo prisotnih čim manj drugih ljudi.
- Poskrbite za čim manj fizičnih stikov med delavci (npr. med sestanki ali odmori). Izolirajte delavce, ki lahko svoje naloge varno opravljajo sami in ne potrebujejo posebne opreme ali strojev, ki jih ni mogoče premikati. Če je le mogoče, poskrbite, na primer, da bodo delali sami v nadomestni pisarni, zbornici, menzi ali sejni sobi. Če je mogoče, prosite ranljive delavce, naj delajo na domu (starejši delavci in delavci s [kroničnimi obolenji](#) (vključno z visokim krvnim tlakom, težavami s pljuči ali srcem, sladkorno boleznijo, ali delavci, ki se [zdravijo zaradi raka ali so kako drugače imunsko ogroženi](#)) ter [noseče delavke](#)). Tudi delavci, katerih ožji družinski člani spadajo v skupine z visokim tveganjem, bodo morda morali opravljati delo na daljavo.
- Odpravite, če to ni mogoče, pa omejite fizične stike s strankami in med strankami. Na primer s spletnimi ali telefonskimi naročili, nestično dostavo ali nadzorovanim vstopom (pri čemer se izogibajte tudi gneči zunaj prostorov) ter ohranjanjem fizične razdalje v prostorih in zunaj njih.
- Pri dostavi blaga naj prevzem ali dostava potekata zunaj prostorov. Voznikom svetujte glede dobre higijene v kabini ter jim zagotovite ustrezno razkužilo za roke in robčke. Delavcem, ki opravljajo dostavo, je treba dovoliti uporabo prostorov, kot so stranišča, samopostrežne restavracije, garderobe in prhe, ob upoštevanju ustreznih previdnostnih ukrepov (kot sta zagotavljanje posamične uporabe in redno čiščenje).
- Med delavci namestite neprepustno pregrado, zlasti, če ne morejo ohranjati medsebojne razdalje dveh metrov. Pregrade so lahko izdelane namensko ali improvizirane z uporabo predmetov, kot so plastične plošče, predelne stene, premični predali ali skladiščne enote. Izogibati se je treba predmetom, ki niso trdni ali imajo odprtine, kot so lončnice ali vozički, ali povzročajo dodatno tveganje, na primer zaradi spotikanja ali padanja predmetov. Če pregrade ni mogoče uporabiti, je treba poskrbeti za dodaten prostor med delavci, na primer tako, da imajo na vsaki strani vsaj dve prazni mizi.
- Če se tesnemu stiku ni mogoče izogniti, naj traja manj kot 15 minut. Zmanjšajte število stikov med različnimi deli podjetja na začetku in koncu izmen. Razporedite čas odmorov za prehrano, da zmanjšate število ljudi, ki so skupaj v samopostrežni restavraciji, zbornici ali kuhinji. Poskrbite, da bodo delavci uporabljali kopalnice in garderobe posamično. Na glavna vrata namestite znak, ki kaže, kdaj je eno od stranišč v uporabi, da zagotovite posamični vstop. Pri organiziranju izmen upoštevajte čiščenje in razkuževanje.

- Na primernih mestih zagotovite milo in vodo ali primerno sredstvo za razkuževanje rok in delavcem svetujte, naj si pogosto umivajo roke. Pogosto čistite prostore, zlasti pulte, ročaje kljuk, orodja in druge površine, ki se jih ljudje pogosto dotikajo.
- Kjer je mogoče, zagotovite dobro zračenje, odpiranje oken in vrat, da omogočite dotok svežega zunanega zraka.
- Glede na določbe, ki veljajo na vašem območju, lahko pride v poštev uporaba kirurških ali higienskih obraznih mask na delovnem mestu in v vseh zaprtih, skupnih prostorih, kot so avtomobili, kombiji in javna prevozna sredstva. Te obrazne maske so mišljene kot higienski ukrep, ki preprečuje širjenje koronavirusa s kapljicami, ki jih izločimo s kašljanjem ali kihanjem in padejo na površine, ki se jih drugi dotikajo, ter z izdihanim aerosolom, ki ostaja v zraku, dokler ga drugi ne vdihnejo.
- Če ste kljub uporabi vseh izvedljivih varnostnih ukrepov ugotovili tveganje za okužbo, zagotovite vso potrebno osebno varovalno opremo. Delavce je treba usposobiti za pravilno uporabo osebne varovalne opreme in poskrbeti, da upoštevajo predpise in navodila, ki so na voljo za uporabo [obraznih mask](#) in [rokavic](#).
- Pri vhodu na delovno mesto in na druga vidna mesta namestite plakate, ki pozivajo bolne ljudi, naj ostanejo doma, prikazujejo bonton kašljanja in kihanja ter spodbujajo higieno rok.
- Olajšajte delavcem uporabo osebne prevoza namesto skupinskega, na primer tako, da jim zagotovite parkirišče za avtomobile ali prostor za varno shranjevanje koles, in jih spodbujajte k hoji na delo, če je to mogoče.
- Pripravite pravilnike o prilagodljivem letnem dopustu in delu na daljavo, da omejite prisotnost na delovnem mestu, kadar je to potrebno.
- Z ustreznimi ukrepi preprečite pretirano delovno obremenitev čistilnega osebja, na primer razporedite na te naloge dodatno osebje ali zaprosite delavce, naj ohranijo svoj delovni prostor čist. Delavce oskrbite s papirnatimi robčki in koši za odpadke s plastičnimi vrečkami, ki se lahko izpraznijo brez stika z vsebino.

Dodatne informacije o pripravi delovnega mesta na bolezen COVID-19, vključno s tem, kaj storiti, če je bila s to boleznijo okužena oseba prisotna na delovnem mestu, ter nasveti o potovanjih in sestankih, so na voljo v dokumentu [COVID-19: navodila za delovna mesta](#). Informacije so na voljo za „[obmejne in napotene delavce](#)“ (osebe, ki delajo v eni državi in se redno vračajo v državo, v kateri prebivajo).

Nadaljevanje dela po izteku obdobja prepovedi

Če je vaše delovno mesto zaradi razlogov, povezanih s koronavirusno boleznijo nekaj časa zaprto, si izdelajte načrt za nadaljevanje dela, v katerem boste upoštevali vidike varnosti in zdravja. V načrtu morate upoštevati spodaj navedene okoliščine.

- Posodobite [oceno tveganja](#), kot je opisano zgoraj, in si oglejte dokument [COVID-19: navodila za delovna mesta](#).
- Preden ponovno zaženete delo v celoti in preden se na delovno mesto vrnejo vsi delavci, prilagodite zasnovo delovnega mesta in zagotovite organizacijo dela, ki bo zmanjšala širjenje bolezni. Razmislite o ponovnem zagonu dela po fazah, da lahko opravite prilagoditve. Preden delavci nadaljujejo delo, jih obvestite o spremembah in jim po potrebi zagotovite nove postopke in usposabljanje.
- Obrnite se na zdravstveno službo medicine dela ter na svojega svetovalca za varnost in zdravje pri delu, če ga lahko dosežete, ter se z njima pogovorite o svojem načrtu.
- Posebno pozornost namenite delavcem, ki so izpostavljeni visokemu tveganju, in bodite pripravljeni zaščiti najranljivejše, ki zajemajo starejše delavce in delavce s [kroničnimi obolenji](#) (vključno z visokim krvnim tlakom, težavami s pljuči ali srcem, sladkorno boleznijo, ali delavce, ki se [zdravijo zaradi raka ali kakšne druge imunosupresije](#)) ter [noseče delavke](#). Pozornost namenite tudi delavcem, katerih ožji družinski člani spadajo v skupine z visokim tveganjem.
- Razmislite o zagotavljanju podpore delavcem, ki morda trpijo zaradi tesnobe ali stresa. Podpora bi lahko zajemala pogostejša vprašanja vodstva delavcem o tem, kako se počutijo, spodbujanje izmenjav ali druženja med sodelavci, spremembe organizacije dela in delovnih nalog, program

pomoči zaposlenim ali storitve osebnostnega treninga, pa tudi nudenje stikov z zdravstveno službo medicine dela. Zavedajte se, da so delavci morda doživeli travmatične dogodke, kot je huda bolezen ali smrt sorodnika ali prijatelja, ali pa se srečujejo s finančnimi težavami ali težavami v osebnih odnosih.

- Delavci, ki se po obdobju izolacije, naj gre za individualni ukrep ali skupinsko izolacijo, vračajo na delovno mesto, bodo verjetno zaskrbljeni, zlasti glede nevarnosti okužbe. Te skrbi (zlasti če je prišlo do sprememb na delovnem mestu) lahko povzročijo stres in težave v duševnem zdravju. Pri izvajanju ukrepov za ohranjanje fizične razdalje pa te težave niso le verjetnejše, temveč za njihovo obvladovanje tudi niso na voljo običajni mehanizmi, kot sta osebni prostor ali pogovor o težavah z drugimi (glejte [Vrnitev na delo po bolniški odsotnosti zaradi težav v duševnem zdravju](#)). Zagotovite delavcem informacije o javno dostopnih virih podpore in nasvetih. Na spletišču [Mental Health Europe](#) so na voljo informacije o tem, kako skrbeti za svoje duševno zdravje in se spopadati z grožnjo pandemije COVID-19.
- Delavci so morda zaskrbljeni zaradi večje možnosti okužbe na delovnem mestu in se morda ne želijo vrniti. Pomembno je razumeti njihove pomisleke, jim zagotoviti informacije o sprejetih ukrepih in podpori, ki jim je na voljo.

Spopadanje z visoko stopnjo odsotnosti

Glede na razširjenost okužbe v svojem lokalnem okolju in veljavne protokole so morda zaradi koronavirusne bolezni odsotni številni vaši delavci. Če je delavec doma v izolaciji zaradi previdnosti, bo morda lahko delo nadaljeval na daljavo (glejte v nadaljevanju), če pa to ni tako, delavec nekaj časa ne bo mogel delati.

Delavci s potrjeno okužbo z boleznijo COVID-19 bodo morda odsotni in ne bodo mogli delati bistveno dalj časa, tisti, ki resno zbolijo, pa bodo morda po ozdravitvi od okužbe potrebovali še nekaj časa za rehabilitacijo. Nekateri delavci so morda odsotni tudi, ker morajo skrbeti za sorodnika.

- Odsotnost znatnega števila delavcev, četudi le začasna, lahko povzroči breme za nadaljevanje dejavnosti. Razpoložljivi delavci bi morali biti prilagodljivi, vendar je pomembno, da se ne znajdejo v položaju, ki bi ogrozil njihovo varnost in zdravje. Morebitna dodatna obremenitev naj bo čim manjša in poskrbite, da ne traja predolgo. Vodje proizvodnje imajo pomembno vlogo pri spremljanju razmer in zagotavljanju, da posamezni delavci niso [preobremenjeni](#). Spoštujte pravila in dogovore o delovnem času in času počitku ter omogočite delavcem, da se „izklopijo“, ko niso na delu.
- Pri prilagajanju dela za spopadanje z zmanjšanim obsegom delavcev, na primer z uvajanjem novih metod in postopkov ter spreminjanjem vlog in odgovornosti, razmislite, ali uslužbenci potrebuje dodatno usposabljanje in podporo, ter poskrbite, da bodo vsi delavci usposobljeni za izvajanje naloge, ki jo morajo opraviti.
- Delavce navzkrižno usposobite za opravljanje ključnih funkcij, tako da lahko delovno mesto deluje, tudi če so ključni delavci odsotni.
- Če ste odvisni od pogodbenih delavcev, jih morate seznaniti s tveganji na delovnem mestu in jim po potrebi zagotoviti usposabljanje.

Upravljanje delavcev, ki delajo na domu

V okviru ukrepov za ohranjanje fizične razdalje, sprejetih v večini držav članic, se delavcem priporoča ali od njih zahteva, naj delajo na domu, če to dopušča narava njihovega dela. Številni teh delavcev so morda prvič „delavci na daljavo“ in njihovo delovno okolje je v primerjavi z delovnim mestom verjetno v mnogih pogledih pomanjkljivo. Obseg možnih prilagoditev domačega okolja se bo razlikoval glede na osebne okoliščine delavca ter čas in sredstva, ki so na voljo za prilagoditve.

Nasveti za varnost in zdravje pri delu na domu so na voljo [tukaj](#); večinoma so namenjeni tistim, ki redno ali dolgoročno delajo na daljavo. V nadaljevanju je nekaj predlogov za zmanjšanje tveganj za delavce, ki ne morejo ustrezno prilagoditi svojega domačega delovnega okolja.

- Opravite oceno tveganja, v katero vključite delavce, ki delajo na daljavo, in njihove predstavnike.
- Omogočite delavcem, da začasno vzamejo domov opremo z delovnega mesta (če je ne morejo odnesti sami, razmislite o ureditvi dostave). Med to opremo so lahko na primer predmeti, kot so računalnik, monitor, tipkovnica, miška, tiskalnik, stol, stojalo za noge ali svetilka. Vodite evidenco o tem, kdo vzame opremo, da se izognete zmeda, ko se ponovno zažene normalno delo.
- Delavcem, ki delajo na daljavo, zagotovite [navodila za postavitve delovne postaje doma](#), ki v čim večjem obsegu obsega ergonomijo, na primer primerno držo in pogosto gibanje.
- Spodbujajte delavce, naj si vzamejo redne odmore (približno vsakih 30 minut), da vstanejo, se sprehodijo in pretegnejo.
- Omogočite delavcem, ki delajo na daljavo, podporo pri uporabi IT-opreme in programske opreme. Orodja za videokonferenčne klice so lahko bistvenega pomena za delo, čeprav morda povzročajo težave delavcem, ki jih niso vajeni.
- Zagotovite dobro komunikacijo na vseh ravneh in vanjo vključite osebe, ki delajo na domu. Komunikacija vsebuje strateške informacije, ki jih zagotavlja najvišje vodstvo, naloge vodij proizvodnje, pri čemer ne pozabite pomena običajnih družabnih stikov med sodelavci. Komunikacije vodstva lahko potekajo na rednih spletnih sestankih, družabni stiki pa se lahko spodbujajo s spletnimi klepeti ali srečanji pri „virtualni kavi“.
- Ne podcenjujte tveganja pri delavcih, ki se počutijo izolirani in pod pritiskom, kar lahko v odsotnosti podpore povzroči težave v duševnem zdravju. Pomembni so učinkovito komuniciranje, podpora vodje in sodelavcev ter ohranjanje neformalnih stikov s sodelavci. Razmislite o rednih spletnih sestankih osebja ali skupin; če se je začelo postopno vračanje na delo, pa uvedite kroženje zaposlenih, ki so lahko prisotni na delovnem mestu.
- Upoštevajte, da ima lahko vaš zaposleni partnerja, ki tudi dela na daljavo, ali otroke, ki morda potrebujejo varstvo, ker niso v šoli ali pa se morajo povezati na daljavo, da bi nadaljevali šolsko delo. Drugi morajo morda skrbeti za starejše ali kronično bolne ljudi in tiste, ki so v karanteni. V teh okoliščinah morajo biti vodstveni delavci prilagodljivi glede delovnega časa in produktivnost svojih delavcev, delavcem pa morajo sporočiti tudi, da razumejo stanje in so prilagodljivi.
- Pomagajte delavcem pri postavljanju zdravih meja med delom in prostim časom, tako da jim jasno sporočite, kdaj naj bi delali in bili na voljo.

Vključite delavce

Sodelovanje delavcev in njihovih predstavnikov pri upravljanju varnosti in zdravja pri delu je ključ do uspeha in zakonska obveznost. To velja tudi za ukrepe v zvezi z novo koronavirusno boleznijo, ki se izvajajo na delovnih mestih, v času hitrega razvoja dogodkov, visoke stopnje negotovosti in tesnobe med delavci in prebivalstvom na splošno.

Pomembno je, da se s svojimi delavci in/ali njihovimi predstavniki ter delavskimi zaupniki za varnost in zdravje pri delu pravočasno posvetujete o načrtovanih spremembah in o tem, kako bodo začasni postopki delovali v praksi. Sodelovanje z delavci pri ocenjevanju tveganj in pripravi odzivov nanje je pomemben del dobre prakse na področju varnosti in zdravja. Delavski zaupniki ter odbori za varnost in zdravje imajo edinstveno možnost, da pomagajo pri oblikovanju preventivnih ukrepov in zagotovijo uspešno izvajanje takih ukrepov.

Razmislite tudi o tem, kako boste agencijskim delavcem in zunanjim izvajalcem zagotovili dostop do istih informacij, kot so na voljo zaposlenim.

Poskrbite za delavce, ki so zboleli

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije so [najpogostejši simptomi bolezni COVID-19](#) povišana telesna temperatura, utrujenost in suh kašelj. Nekateri ljudje se okužijo, vendar ne kažejo nobenih simptomov in se ne počutijo slabo. Večina ljudi (približno 80 %) preboli bolezen brez posebnega zdravljenja. Majhen delež ljudi zaradi bolezni COVID-19 resno zboli in pojavijo se jim težave z dihanjem.

K razvoju hude bolezni so bolj nagnjeni starejši ljudje in ljudje z osnovnimi zdravstvenimi težavami, kot so visok krvni tlak, težave s srcem ali sladkorno boleznijo.

Za osebe, ki so resno zbolele, je lahko potrebna posebna pozornost, tudi potem ko so opredeljene kot sposobne za delo. Nekateri znaki kažejo, da lahko bolniki s koronavirusom po napadu bolezni trpijo zaradi zmanjšane zmogljivosti pljuč. Za delavce v takšnem položaju bo morda treba prilagoditi delo in morda potrebujejo prosti čas za fizioterapijo. Delavci, ki so se morali zdraviti na oddelkih intenzivne nege, se lahko srečujejo s posebnimi izzivi. O načinu in času vrnitve na delo bi morala svetovati delavčev zdravnik in zdravstvena služba medicine dela, če sta na voljo:

- **Mišična oslabelost** – Mišična oslabelost je toliko hujša, kolikor dlje se je bolnik zdravil na intenzivni negi. Ljudje z zmanjšano mišično sposobnostjo tožijo tudi, da imajo težave z dihanjem. Drug pogost, vendar redkeje prepoznan pojav je sindrom po intenzivni negi (Post Intensive Care Syndrome – PICS). Ta se pokaže pri približno od 30 % do 50 % ljudi, sprejetih na intenzivno nego, in je primerljiv s posttravmatsko stresno motnjo.
- **Težave s spominom in koncentracijo** – Te težave se pogosto razvijejo šele čez čas. Ko nekdo začne delati, se te težave ne prepoznajo vedno. Simptomi, ki so vidni pri delu, so težave s spominom in koncentracijo, težave pri zadovoljivem opravljanju nalog in slabša sposobnost reševanja težav. Če veste, da je bil nekdo na oddelku za intenzivno nego, morate biti pozorni na te znake. Dobre smernice so zelo pomembne, saj nekateri delavci težko ponovno dosežejo prejšnjo raven uspešnosti.
- **Dolgotrajnost vrnitve na delo** – Podatki kažejo, da lahko težave nastanejo pri četrtini oziroma tretjini ljudi, ki so se zdravili na oddelku za intenzivno nego, ne glede na starost. Približno polovica bolnikov potrebuje leto dni, da nadaljuje z delom, do tretjina bolnikov pa se morda ne bo nikoli vrnila.

Zdravniki medicine dela in zdravstvene službe lahko najbolje svetujejo o tem, kako je treba skrbeti za obolele delavce in kakšne prilagoditve bi bilo morda treba narediti pri njihovem delu. Če nimate zdravstvene službe medicine dela, je pomembno, da se teh vprašanj lotite z občutkom ter spoštujete zasebnost delavcev in zaupnost.

Zavedajte se tveganja, da se lahko delavci, ki so zboleli za koronavirusno boleznijo, počutijo stigmatizirane in diskriminirane.

Načrtujte in se učite za prihodnost

Čeprav bo cepljenje proti bolezni COVID-19 sčasoma povzročilo konec pandemije, je pomembno pripraviti ali posodobiti krizne načrte za zaprtje in zagon dogajanja v prihodnosti, kot je opisano v dokumentu [COVID-19: navodila za delovna mesta](#). Tudi mala podjetja lahko izdelajo kontrolni seznam, ki jim bo v pomoč pri pripravah, če se takšni dogodki pojavijo v prihodnosti.

Podjetja, ki so prvič uporabljala delo na daljavo, ga lahko sprejmejo kot sodobno dolgoročno delovno prakso. Izkušnje, pridobljene med pandemijo COVID-19, lahko prispevajo k razvoju politike in postopkov za delo na daljavo ali k pregledu obstoječih.

Bodite dobro obveščeni

Informacij, povezanih s koronavirusno boleznijo, je lahko veliko, zato je morda težko razlikovati med zanesljivimi in točnimi informacijami ter nejasnimi in zavajajočimi. Vedno preverite, ali je izvirni ponudnik vira informacij uveljavljen in usposobljen. Uradni viri informacij o bolezni COVID-19 so:

- [Svetovna zdravstvena organizacija](#)
- [Evropski center za preprečevanje in obvladovanje bolezni](#)
- [Evropska komisija](#)
- [Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu](#)

Ko se bo pandemična kriza zaradi cepljenja umirila in se bodo protikoronavirusni ukrepi začeli rahljati, se bodo lahko objavile informacije, značilne za posamezne panoge, skupnosti ali skupine, in jih bo mogoče pogosto posodabljati. V vaši državi bodo imela ustrezne informacije ministrstva za zdravje in delo in bodo morda zagotovila povezave do bolj specializiranih virov.

Gospodarske panoge in poklici

Ljudje na delovnih mestih, ki imajo fizične stike z mnogimi drugimi, so v največji nevarnosti za okužbo z boleznijo COVID-19. Poleg delavcev v zdravstvu, stanovanjski oskrbi in oskrbi na domu so najpomembnejši delavci z večjim tveganjem na primer delavci, vključeni v oskrbo s hrano in prodajo na drobno, zbiranje odpadkov, komunalne službe, policijo in varnost ter javni prevoz.

Na enak način, kot so nekatere države omejile delo v nekaterih panogah prej kot v drugih (običajno so najprej začasno ustavile izobraževanje, dejavnosti za prosti čas in razvedrilo, industrijo in gradbeništvo pa na koncu) lahko tudi vrnitev na delo po rahljanju ukrepov poteka postopoma, vendar v obratnem vrstnem redu. Smernice v zvezi s pandemijo COVID-19 za posamezne panoge so na voljo v več državah, izbor pa je naveden v nadaljevanju. Dodatni primeri so na voljo na spletiščih [EU-OSHA](#), vašega [nacionalnega organa ali zavoda za varnost in zdravje pri delu](#).

Smernice v zvezi z boleznijo COVID-19

Gradbeništvo	Construction
Trgovina na drobno	Retail
Hrana	Food
Prevoz	Transport
Vzdrževanje in storitve za gospodinjstva	Maintenance and domestic services
Prosti čas in razvedrilo	Leisure and entertainment
Izobraževanje	Education
Frizerske storitve	Hairdressing
Zdravstvene storitve in storitve oskrbe	Health and care services
Policijska dejavnost in zapori	Policing and prisons
Drugo	Others
Nacionalne zbirke podatkov (neizčrpn seznam)	National compilations (non-exhaustive)

Ta dokument je bil posodobljen 23. decembra 2020. Ustrezni [Članek v spletni enciklopediji OSHwiki](#) na to temo redno pregledujemo in posodabljam vire po posameznih panogah.

Avtor(-ji): William Cockburn, Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu (EU-OSHA)

© Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu, 2020

Reprodukcija je dovoljena z navedbo vira.