

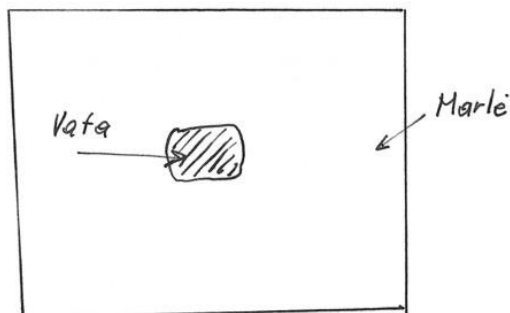
12 PRIEDAS**VEIKSMAI UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ ATVEJU**

1. Susirgimai infekcinėmis ligomis, kitos ekstremalios sveikatai situacijos gali kilti dėl šių priežasčių:
 - 1.1. užteršimas, panaudojant biologinį ginklą (karo, terorizmo atveju);
 - 1.2. užteršimas, naudojant biologines medžiagas specialioms tikslams (naftos teršalų naikinimas, kova su augalų ligomis bei kenkėjais ir kt.);
 - 1.3. užteršimas, kilus užkrečiamųjų ligų epidemijoms, taip pat epizootijoms, epifitotijoms.
2. Ekstremali sveikatai situacija, kai nesulaikomai plinta užkrečiama liga, vadinama epidemija. Lietuvos medikai užkrečiamąsias (infekcines) ligas skirsto į 5 grupes:
 - 2.1. užkrečiamosios kraujo ir invazinės ligos (riketsiozės, dėmėtoji šiltinė, geltonoji karštligė, grįžtamoji šiltinė, maliarija ir kt.);
 - 2.2. zoonotropozės (ligos, kurių užkrato šaltinis - įvairūs gyvūnai. Tai maras, juodligė, pasiutligė, leptospirozė, pseudotuberkuliozė ir kt.);
 - 2.3. kūno dangų ligos (stabligė, rožė, sepsis ir kt.);
 - 2.4. kvėpavimo takų ligos (gripas, difterija, raupai, poliomielitas);
 - 2.5. užkrečiamosios žarnyno ir parazitinės ligos (vidurių šiltinė, paratifas, salmoneliozė, botulizmas, cholera, dizenterija, trichineliozė ir kt.).
3. Kaip elgtis pavojingos ar ypač pavojingos užkrečiamosios ligos (epidemijos ar pandemijos) metu kilus pavojui užsikrėsti pavojinga ar ypač pavojinga užkrečiamąja liga:
 - 3.1. griežtai vykdykite asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų ir (ar) Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos nurodymus bei rekomendacijas;
 - 3.2. be reikalo neikite iš namų, prireikus išeiti, jei turite, dėvėkite respiratorių arba vienkartinę kaukę;
 - 3.3. venkite masinio susibūrimo vietų ir artimo kontakto su kitais asmenimis;
 - 3.4. jei Jūsų darbas reikalauja nuolatinio kontakto su mokiniais, dėvėkite vienkartinę kaukę;
 - 3.5. venkite naudotis viešuoju keleiviniu transportu, eikite pėsčiomis arba važiuokite savo transportu, jei vykstate viešuoju transportu – dėvėkite respiratorių arba vienkartinę kaukę;
 - 3.6. griežtai laikykitės asmens higienos reikalavimų, dažnai plaukite rankas su muilu tekančiu šiltu vandeniu, ypač prieš valgymą;
 - 3.7. stebėkite savo bei artimųjų sveikatos būklę, pvz., matuokite kūno temperatūrą rytais ir vakarais;
 - 3.8. vartokite gerai termiškai apdorotą maistą, maisto produktus laikykite tinkamoje temperatūroje, venkite kryžminio maisto užterštumo;
 - 3.9. kiekvieną dieną vėdinkite patalpas, valykite grindis ir liečiamus paviršius drėgna šluoste, jei yra, naikinkite vabzdžius ir graužikus;
 - 3.10. nelieskite nugaišusių paukščių ir graužikų, nekontaktuokite su sergančiais ar net sveikai atrodančiais paukščiais, naminių gyvūnais, neneškite jų į patalpas.
4. Pajutę pavojingos ar ypač pavojingos užkrečiamosios ligos požymius:
 - 4.1. jei pradėjote karščiuoti, pajutote nuovargį, galvos ir kūno raumenų skausmus, nedelsdami kreipkitės į asmens sveikatos priežiūros specialistus;
 - 4.2. ligonį izoliuokite nuo šeimos narių atskirame gerai vėdinamame kambaryje arba 1 m atstumu atitverkite nuo aplinkinių ligonio lovą užuolaidomis ar pan.;
 - 4.3. su ligoniu turėtų bendrauti tik vienas šeimos narys, jis privalo dėvėti vienkartinę kaukę;
 - 4.4. ligonio slaugai naudokite vienkartinės slaugos priemones, skirkite jam atskirus indus, patalynę, rankšluosčius, drabužius.

APSAUGINĖS KAUKĖS IŠ MARLĖS IR VATOS PAGAMINIMO INSTRUKCIJA

Vienai kaukei reikia marlės arba kokios plonos medvilnės – maždaug 1 m. ir delno dydžio gabaliuko vatos.

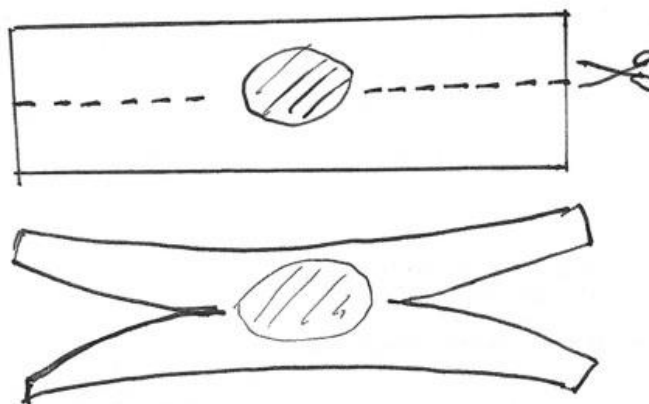
1. Dedame marlę ant stalo, o per vidurį – maždaug 1 cm storio vatą. Jeigu marlė keturguba – galima ir be vatos.



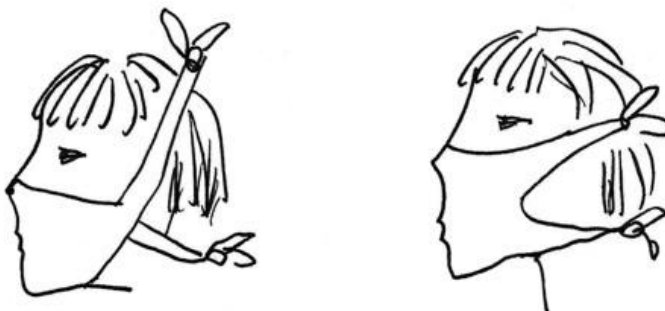
2. Užlankstome išilgai, kad vata atsidurtų raiščio viduryje.



3. Galus įkerpame, gauname užrišimus.



4. Užsirišame ir einame, kur reikia 4 valandoms.



5. Po 4 valandų kaukę išskalbiame karštame vandenyje arba perliejame verdančiu vandeniu, arba išlyginame karštu lygintuvu.