

## **OHUTUSJUHEND NAKKUSE RISKIDE MAANDAMISEKS seoses kõrgkooli tegevustega koroonaviiruse leviku tingimustes**

Käesolev juhend lähtub:

Nakkushaiguste tõrje nõuded <https://www.riigiteataja.ee/akt/128082021009>

Vabariigi Valitsuse korraldus COVID-19 haiguse leviku tõkestamiseks vajalikud meetmed ja piirangud <https://www.riigiteataja.ee/akt/324092021002>

Haridus- ja teadusministeeriumi soovitus seoses kooliaasta alustamisega koroonaviiruse leviku tingimustes <https://www.hm.ee/et/koroonaa>

Reisimine Eestist välismaale ja Eestisse <https://www.kriis.ee/et/reisimine-kaubavedu>

Terviseamet selgitab: Mis vahe on liikumiskiirangul, eneseisolatsioonil ja karantiinil? (03.08.2020) <https://www.haigekassa.ee/uudised/terviseamet-selgitab-mis-vahe-liikumiskiirangul-eneiseisolatsioonil-ja-karantiinil>

Terviseameti soovitustest tõhusaks puhastamiseks ja desinfitseerimiseks [https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/COVID-19/soovitused\\_tohusaks\\_puhastamiseks\\_ja\\_desinfitseerimiseks\\_taiendatud\\_10.06.2020.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Juhendid/COVID-19/soovitused_tohusaks_puhastamiseks_ja_desinfitseerimiseks_taiendatud_10.06.2020.pdf)

Covid tõend ja selle kasutamine <https://www.kriis.ee/et/covid-19-toend-ja-selle-kasutamine>

### **Kasutatud mõisted**

**Lähikontaktiga** on tegu, kui isik elas samas majapidamises COVID-19 haigega; on olnud otseses kehalises kontaktis COVID-19 haigega (nt kätlemine), vähemalt 15 minutit ja vähem kui 2 m kaugusel; on olnud otseses kontaktis COVID-19 haige eristega ilma kaitsevahendeid kasutamata (nt on peale köhitud, aevastatud); on viibinud COVID-19 haigega ühes ruumis (nt rühma- või klassiruumis, nõupidamisruumis, haigla ooteruumis jne) vähemalt 15 minutit ja vähem kui 2 meetri kaugusel; viibis transpordivahendis sümptomaatilise COVID-19 haige läheduses, sh: - isikud, kes istusid samas reas ja kaks rida ees- või tagapool, - COVID-19 haige reisikaaslased ja hooldajad.

**Eneseisolatsioon** tähendab seda, et inimesel, kellel on olnud lähikontakt COVID-19 positiivsega, on kohustatud hoiduma mittehädavajalikest kontaktidest ja võib oma elukohast lahkuda üksnes arsti juurde minemiseks, toidu, esmatarbekaupade ja ravimite ostmiseks või hädajuhtumil. Kodust lahkudes peab inimene võtma kasutusele kõik meetmed, et viiruse võimalikku levikut tõkestada. Isik, kellel on diagnoositud COVID-19 haigus, ei tohi alates haiguse diagnoosimisest kuni tervenemiseni lahkuda oma elukohast või püsivast viibimiskohast.

**Liikumisvabaduse piirang** Seoses COVID-19 haiguse puhanguga võidakse välisriigist saabuvale inimesele rakendada erineva pikkusega liikumiskiiranguid. Piirangu pikkus sõltub SARS-CoV-2 PCR analüüsi tegemisest või mitte tegemisest ja selle tulemusest.

**Külalised** on kõik õppehoonesse saabuvad inimesed, kes ei ole õppurid ega töölepingulised töötajad.

**COVID tõendit** (digisertifikaat, selle väljatrükk või immuniseerimispass) saab kasutada nakkusohutuse tõendamiseks. Tõendi saab luua patsiendiportaalis digilugu.ee

vaktsineerimiskuuri lõpetamise, haiguse läbipõdemise ning negatiivse PCR või antigeen kiirtesti kohta.

### **Eesmärk**

Nakkuse riskide maandamine seoses kõrgkooli tegevustega koroonaviiruse leviku tingimustes.

### **Vastutus**

Ohutusjuhendis esitatud ohutusnõuete täitmise eest vastutavad kõik õppehoones viibivad Tartu Tervishoiu Kõrgkooli (TTHKK) töötajad (sh mittetöölepingulised töötajad), õppurid ja külalised.

### **Nõuded tervislikule seisundile TTHKK ruumides**

1. **Hingamisteede haiguste sümptomite** (palavik üle 37,5°C, köha, nohu, kriipimistunne kurgus, kurguvalu, hingamisraskused, õhupuudus, maitse- ja lõhnatundlikkuse kadu) **ja/või keeva enesetunde puudumine.**
2. Eelmises punktis nimetatud sümptomite või temperatuuri tõusu olemasolul või tekkimisel tuleb õppuril majast lahkuda ning teavitada sellest telefoni või meili teel vastutavat õppejõudu.

### **Õppehoonesse sisenemine ja liikumine**

3. Õppehoonesse sisenemine toimub tavapäraselt või vastavalt eelnevalt antud juhistele. Vahetult enne sisenemist või vahetult sisenemise järgselt tehakse käte antiseptika või pestakse käed seebiga.
4. Kogukonna teenustel, täienduskoolitustel ning kõrgkoolis toimuvatel üritustel tuleb osalejatel tõendada nakkusohutust esitades kehtiv COVID tõend või tervishoiuteenuse osutaja poolt väljastatud sertifikaat negatiivse PCR või antigeen kiirtesti tulemuse kohta. Tõendeid kontrollitakse ja külalised registreeritakse garderoobis (vt lisa 1, külaliste registreerimisleht).
5. Õppehoones liikudes järgitakse kätehügieeni reegleid ja köha etiketti. Väljaspool õpperuumi, sh söögi- ja puhkepauside ajal viibitakse ja liigutakse võimalikult hajutatult.

### **Maskide kasutamise üldnõuded kõrgkoolis**

6. Õppehoones viibides on hingamisteede maski kandmine **rangelt soovituslik**, kui toimub lähikokkupuude ehk lähikontakt või viibitakse ühes ruumis, kus ei ole võimalik tagada hajutatuse nõuet (50% maksimaalsest ruumitäituvus).
7. Personalile ja praktikumiklassis või laboris olevatele õppuritele tagab maski kõrgkool. Vajadusel tagab kõrgkool maski täienduskoolitusel osalejatele ja külalistele.

### **Nõuded töötamisel TTHKK ruumides**

8. Töötajatel, kes ei ole tõendanud enda nakkusohutust (esitanud tõendit vaktsineerimise või läbipõdemise kohta), tuleb enne lähiõpet ja kõrgkooliga seotud tegevustes esitada töökeskkonna spetsialistile kehtiv tõend negatiivse PCR või antigeen kiirtesti tulemuse kohta. Covid PCR testi tulemus ei tohi olla vanem kui 72h ja kiirtestil 48h. Vajadusel korraldatakse kiirtestimine kõrgkoolis.
9. Töötajate kabinetides, koosolekute ruumis ja ühisalal ei ole maski kandmine kohustuslik, kui kõik ruumis või alal viibivad töötajad on vaktsineeritud ja maski mitte kandmises üksmeelselt kokku leppinud.
10. Kabinette õhutatakse võimalikult sagedasti, sooja ilma korral töötatakse avatud akendega.

### **Nõuded õppetööle ja muudele kõrgkoolis korraldatavatele tegevustele**

11. **Auditoorne õppetöö** toimub veebikeskkonnas ja kõrgkoolis kohapeal võib korraldada üksnes praktilist õpet arvestades selle toimumise hädavajalikkust. Rühma suuruseks praktilises õppes on kuni 20 inimest (sh õppejõud). Õpperuumis tagatakse tegevuse iseloomu arvesse võttev hajutamine. Rühma suuruse piirangu osas sõlmitakse vajadusel täiendav kokkulepe laiendatud rektoraadi koosseisus.
12. Kõrgkooli hoones on **õppetöö raames** hingamisteede **maski kandmine kohustuslik**.
13. Pauside ajal väljutakse ruumist ja võimalusel ruum tuulutatakse. Ilusate ilmade korral soovitatakse pauside ajal liikuda väljas või terrassidel.
14. Võimalusel tuleks õppejõul planeerida õppetöös söögipausid selliselt, et oleks võimalik minimeerida suuri kogunemisi kõrgkooli üldkasutataval alal.
15. Kohviku üldalal tuleb arvestada hajutatuse nõudega (50% täituvuse nõue).
16. Sisetingimustes korraldatavate tegevuste puhul tuleb arvestada ruumi 50% täituvuse nõudega. Sisetingimustes korraldatavatel treeningutel on lubatud kuni 10-liikmelised grupid koos juhendajaga ning täienduskoolitustel ja -õppes kuni 20-liikmelised grupid koos juhendajaga.
17. Raamatukogu on avatud tavapäraselt.
18. Tunniplaani koostamisel läbi mõelda, kuidas vähendada ruumide ristkasutust ning planeerida õppetööd selliselt, et praktilise õppe päevadel ei oleks õppehoones üldjuhul muud õppetööd.
19. Täielikule distantsõppele üleviimise otsustab kõrgkooli rektoraat järgides Eesti Vabariigi Valitsuse ja Terviseameti otsuseid.

### **Kiirtestimise korraldamine**

20. Vajadusel korraldatakse kõrgkoolis eelnevalt õppetöö korral osakonnajuhatajaga või kõrgkooliga seotud muudes tegevustes osalemise korral tegevuse eest vastutava isikuga kooskõlastatult tasuta SARS koroonaviirus-2antigeen kiirtesti tegemine kõrgkooliga seotud tegevuses osalemiseks. Kiirtesti tegemine on vabatahtlik ja selle võib asendada isiku enda kulul läbi viidud Eesti tervishoiu laborites pakutavate SARS koroonaviirus-2 antigeeni või RT-RNA uuringutega, mille tulemus on kehtiv kuni kaks päeva enne kõrgkooliga seotud tegevuse algust võetud proovis.
21. Kiirtesti tegemise vajadusest tuleb teavitada töökeskkonnaspetsialisti (reelikavetemaeviik@nooruse.ee) üks nädal enne kõrgkooliga seotud tegevuse kontakti algust, kes annab teada kiirtesti proovivõtu koha ja aja. Kiirtesti andmisel täidab testitav isik teabelehe kahes eksemplaris, kuhu märgitakse kiirtesti uuringu tulemus. Üks teabelehe eksemplar jääb testitavale ja teine säilitatakse kõrgkooli laboris lukustatud kapis üks kuu. Teabeleht hävitatakse arhiveerimise aja lõppedes.

### **Nõuded ruumide puhastamisele ja desinfitseerimisele**

22. Ruumide puhastamine, vahendite ja pindade desinfitseerimine ning jäätmete käitlemine toimub tavapäraselt ja vastavalt Terviseameti juhistele.
23. Praktika klassides teeb koristaja tavapärase märgpuhastuse (sh põrandate pesu) samal päeval pärast praktikumide lõppu.
24. Avalikes ruumides, kus liigub palju erinevaid inimesi, on puutepindade puhastamine mõistlik iga 4 tunni järel.
25. Kabinettides jätkatakse tavapärase üldpuhastusega, kui töötaja soovib põhjalikku töölaua puhastamist, siis teeb töötaja eelnevalt lauapinna puhtaks ning jätab koristajale selle kohta märkme märkmepaberil.
26. Desinfitseerivaid vahendeid kasutatakse juhul, kui pinnad on suure tõenäosusega viirusega saastunud ja kui muid puhastusmeetmeid rakendada ei saa.

27. Kui töötaja soovib oma töölauda ja töövahendeid desinfitseerida, hangib ta vastavad vahendid iseseisvalt. Tehnika puhastamiseks kasutatavad sobivad vahendid kooskõlastatakse IT-osakonna spetsialisti ja töökeskkonnaspetsialistiga.

### **Käitumisjuhised kui õppehoones viibinud inimesel diagnoositakse COVID-19 või on õppehoones viibinud inimesel olnud lähikontakt kinnitatud COVID-19 juhuga**

28. Kui töötajal või õppuril diagnoositakse COVID-19, siis järgib ta Terviseameti juhiseid ja alates haiguse diagnoosimisest kuni tervenemiseni (arsti otsus) ta õppehoonesse siseneda ei tohi.
29. Kui töötajal või õppuril on olnud lähikontakt COVID-19 diagnoosi saanud inimesega on tulenevalt COVID-19 nakkushaiguse maksimaalsest peiteperioodist tal kohustus viibida kodus 10 päeva alates lähikontaktist. **Eneseisolatsiooni ei pea jääma**, kui inimene on viimase kuue kuu jooksul **COVID-19 haiguse läbi põdenud** ning arst on tunnistanud terveks või kui viimase aasta jooksul on läbitud **COVID-19 vastu vaksineerimine (sh on saadud üks vaktsiinidoos enne või pärast läbipõdemist)**. Vaksineerimiskuuri lõpust ei tohi olla möödunud rohkem kui aasta.
30. Kui õpperühmas on tuvastatud haigestumine, tuleb suunata kõik haigestunuga kokku puutunud rühmakaaslased ja töötajad distantsõppele (vt punkt 28).
31. Eneseisolatsiooni kohustust ei ole inimesel, kes on kokku puutunud COVID-19 haigega lähikontaktis olnud inimesega.
32. Kuigi terviseinfo jagamine ei ole kohustuslik on COVID-19 leviku pidurdamise seisukohalt oluline, et haigestunud õppur teavitaks positiivsest COVID-19 proovist või lähikontaktist COVID-19 positiivse isikuga enda osakonna õppetöö spetsialisti või asjaajamise spetsialisti (kui tegemist on ühiselamus elava õppuriga), kes edastab info töökeskkonna spetsialistile. Töötaja teavitab positiivsest COVID-19 proovist või lähikontaktist COVID-19 positiivse isikuga vahetut juhti, kes edastab informatsiooni rektoraadile.
33. COVID-19 haigust põdenud isiku tervenemise otsuse teeb tema perearst. Kõrgkool järgib õppehoonesse tööle või õppetööle lubamise otsuse tegemisel perearsti otsust ja Terviseameti juhiseid.

### **Käitumisjuhised kui ühiselamu elanikul diagnoositakse COVID-19 või on ühiselamu elanikul olnud lähikontakt kinnitatud COVID-19 juhuga**

34. Kui ühiselamu elanikul diagnoositakse COVID-19 või on ühiselamu elanikul olnud lähikontakt COVID-19 positiivsega, tuleb edasises käitumises lähtuda Terviseameti juhistest.
35. COVID-19 leviku pidurdamise seisukohalt on oluline, et haigestunud ühiselamu elanik teavitaks positiivsest COVID-19 proovist või lähikontaktist COVID-19 positiivse isikuga asjaajamise spetsialisti, kes edastab info töökeskkonna spetsialistile.

### **Käitumisjuhised kui õppur/töötaja saabub välisriigist**

36. Täielikult vaksineeritud töötajaid võib suunata välislähetusse arvestades [sihtriigi](#) nõudeid. Reis tuleb registreerida Välisministeeriumi [Reisi Targalt lehel](#). Võimalusel lükata edasi reisimine Välisministeeriumi kodulehel sätestatud kõrge ohutusemaga riikidesse ([tabelis tähistatud punasega](#)). Väljaspool Euroopa Liitu toimuvale lähetusele annab loa rektoraat.
37. Saabudes tagasi välisreisilt, tuleb lähtuda Välisministeeriumi kodulehelt leitavast teabest, mis näeb ette nõuded [liikumisvabaduse piirangute kohta](#).
38. Kõrge ohutusemega riikides saabuvatele **välistudengitele** peab kõrgkool tagama transpordi majutuspaika Eestisse saabumisel ning kontrollima liikumisvabaduse nõuetest kinnipidamist liikumisvabaduse piirangu perioodil. Samuti tuleb tagada välistudengitele

SARS-CoV-2 kahe testi tegemine. Välistudengite saabumisest tuleb teavitada töökeskkonnaspetsialisti, kes annab täpsemad käitumisjuhised.

39. Soovituslik on töötada/õppida 10 päeva jooksul distantsilt neil, kelle lähikondsed on viimase 10 päeva jooksul saanud kõrge haigestumusega riigist.

#### **Puhastusnõuded potentsiaalselt saastunud ruumide kohta**

40. SARS-CoV-2-ga potentsiaalselt saastunud ruumid ja pinnad tuleb enne nende taaskasutamist hoolikalt puhastada.
41. Puhastades ruume, milles on viibinud COVID-19 nakkuse saanud õppur või töötaja tuleb koristustööde ajal pritsmete tekkimisel kasutada hingamisteede kaitsevahendit (FFP3) ja näo ning silmade kaitsevahendeid. Puhastada töövahendid hoolikalt, järgides Terviseameti soovitusi.

#### **Muud sätted**

42. Käesolevas juhendis sätestamata juhtudel lähtutakse Vabariigi Valitsuse ja/või Terviseameti konkreetsel ajahetkel kehtestatud nõuetest ning antud soovitustest.



## **Lisa 2.** SARS koroonaviirus-2antigeen kiirtesti proovi võtmine

1. Kiirtesti uuringule võib tulla, kui puuduvad haigussümptomid ja/või kehv enesetunne.
2. Kiirtesti jaoks vajaliku proovi võtab kõiki nakkusohutusnõudeid järgides vastava eriväljaõppe saanud ja vaksineeritud kõrgkooli töötaja või õppur ise kõrgkooli töötaja juuresolekul ja juhendamisel. Proovivõtmise juures ei tohi viibida kõrvalisi isikuid.
3. Proovivõtja kasutab isikukaitsevahenditest respiraatorit (FFP2) või meditsiinilist maski, mis vastab meditsiiniseadmele kehtestatud nõutele, visiiri või prille, kilepõlle ning kindad. Iga prooviandja järel vahetab proovivõtja kindad, teeb käte antiseptika ning puhastab ja desinfitseerib pinnad ning tuulutab ruumi.
4. Uuringu viib läbi vastavalt juhendile Tartu Tervishoiu Kõrgkooli pädev töötaja.
5. Proovimaterjale ei markeerita ega säilitata.

### **Testi tulemus**

6. Positiivse või ebaselge tulemuse saamisel soovitatakse õppuril pöörduda oma perearsti poole.

### Viide

Terviseameti juhend SARS-CoV 2 antigeeni määramiseks mõeldud kiirtestide kasutamine kollektiivides [https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/covid-19\\_ag\\_kontrollitud\\_kiirtestide\\_kasutamine.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/covid-19_ag_kontrollitud_kiirtestide_kasutamine.pdf)