Terviseamet
Health Board

Soovitused koolide ja koolieelsete lasteasutuste töö korraldamiseks seoses gripiga

1. Soovituste eesmärk - aidata lasteasutuste juhtidel ja pedagoogidel vähendada õpilaste ja töötajate nakatumise riski ning takistada gripi levikut.

2. Gripi iseloomustus:
Kliiniline pilt: järsk enesetunde halvenemine, palavik üle 37,8°C, külmavärinad, köha, pea-, kurgu-, lihas- ja/või liigesvalu, väsimus ja nõrkus. Võivad esineda ka seedehäired nagu iiveldus, oksendamine, kõhulahtisus.
Nakkus levib inimeselt inimesele köhimisel või aevastamisel. Köhivalt või aevastavalt haigelt levivad gripiviirused piiskadega õhu kaudu kuni 1m kaugusele. Seega võib nakkuse saada ka katsudes käega gripiviirusega saastunud esemeid ja pindu ning seejärel puudutades oma suu, silmade või nina piirkonda. Haige ohustab teisi päev enne sümptomite ilmumist, nakkavuse periood kestab kuni 7 päeva, väikelastel kuni 21 päeva.
Võttes arvesse gripiviiruse säilivust väliskeskkonnas (kõvadel pindadel (lauad, seinad, käepidemed) – 24-48 tundi, poorsetel materjalidel (riided, paber) – 8-12 tundi, niisketel ja märgadel pindadel pikeneb gripiviiruse säilimine kuni 72 tunnini, kätel massiivsel saastumisel kuni 3 tunnini), on väga oluline järgida lihtsaid hügieenimeetmeid.

Järgi hügieenireegleid – see on lihtsaim viis gripi ennetamiseks.

3. Ennetusmeetmed:

- Kvaliteetse siseõhu tagab tõhus ja töötav ventilatsioon. Igal lasteasutusel peab olema lihtne ventilatsiooni kasutamise juhend, milles on väljatoodud ka filtrivahetuse kordade arv aastas. Filtrit vahetades tuleb jätta sellekohane märge;
- Ruume tuleb tuulutada regulaarselt, soovitav iga tunni lõppemisel vähemalt 10 minuti jooksul;
- Korraldada igapäevaselt märgkoristus, koristamisel pesta koolilauad, ukselingid, söögilauad jmt tavaliste pesemis-/ desinfitseerimisvahenditega;
- Mööblit, riiuleid, radiaatoreid puhastada kaks korda nädalas;
- Hoida raamatuid ja õppevahendeid võimalusel kappides, mitte lahtistel riiulitel;
- Igapäevaselt puhastada ja desinfitseerida tualettruumi sisustus ja pinnad;
- Tualettruumid varustada piisavas koguses kätepesu vahendiga ning paigaldada jalaga avatavad jäätmekonteinerid. Käsi peaks kuivatama paberrätikuga või automaatkuivati abil.

Õppetöö või õppimisaeg on soovitatav kõrgendatud gripihaigestumise tingimustes ümber korraldada järgmiselt:

- Tuleb vähendada massiürituste, huviringide ja muu ühistegevuse läbiviimist, eriti kinnistes ruumides;
- Tagada vähemalt 1-meetrine distantsipidamise võimalus õpilaste vahel klassiruumis. Kui ei ole võimalik, siis võimalusel lühendada tundide pikkust;
- Haigestumise kõrgajal anda võimalus riskirühma kuuluvatel lastel ja õpetajatel* jääda koju või leida neile võimalus kodus õppimiseks / töötamiseks.
- Täiustada koostööd lapsevanematega, selgitades, et haigena koolis/lasteaias käimine kurnab organismi ja haigestunu ohustab nakatumisega ka teisi. Lapsevanemad ja pedagoogid peavad pöörama tähelepanu laste terviseseisundile. Haigusnähtudest nohu, köha, palaviku või kurguvalu vähemalt kahe tunnuse üheaegsel esinemisel on põhjust laps koju jätta või saata haigustunnustega laps kooliarsti/ -õe või perearsti juurde.
- Haigusnähtude ilmumisel õppeprotsessi ajal leida võimalus haigestunu ajutiseks eraldamiseks teistest kuni haige raviasutusse või koju saatmiseni. Kui gripitaoliste sümptomitega last ei ole võimalik teistest eraldada, tuleb panna haigele ette kirurgiline mask. Haiguskahtlusega patsiendiga kokkupuutuvate inimeste arv tuleks viia miinimumini.
- On oluline, et iga haigestunu (lasteasutuse personal, laps) jääks koju kuni tervenemiseni. Laps võib kooli tagasi tulla, kui palavikku ei ole olnud vähemalt 24 tundi.

Tervisest lugupidav käitumine aitab ennetada grippi.

Soovitame õpetajatel ja kasvatajatel jälgida ja õpetada, et:

- lapsed ei kasutaks teiste laste prille, joogipudeleid, lusikaid vms;
- köhides ja aevastades tuleb nina ja suu katta salvrätiga;
- kasutatud salvrätik tuleb kohe pärast kasutamist ära visata ja pesta käed seebiga;
- pesemata kätega ei tohiks puudutada või hõõruda silmi;
- käsi peab pesema tihti, pesema peab korralikult, vähemalt 15-20 sekundi jooksul;
- käsi peab kuivatama soovitavalt paberrätikuga või elektrilise kätekuivati abil;
- haiguskahtlusega lapsed peavad olema vabastatud sporditundidest.

Märkus.1 * Riskirühmaks on inimesed, kelle jaoks võivad gripp ja selle tüsistused olla eluohtlikud: isikud, kes põevad aneemiat, kroonilist kopsu-, südame-, neerude või ainevahetuse süsteemi haigust (eeskätt diabeeti), immuunpuudulikkusega inimesed, rasedad naised.

4. Koolide ja koolieelsete lasteasutuste sulgemine epidemioloogilisel näidustusel

Gripi epideemia korral võib koole ja lasteasutusi sulgeda. Sulgemisel lähtutakse epidemioloogilisest olukorrast nii riigis kui ka konkreetses maakonnas või vallas. Sulgemisettepanek tehakse iga konkreetse kooli jaoks eraldi.

Koolide sulgemise variandid:

- ennetavalt suletakse koolid, kus õppivad erivajadusega lapsed
- kool suletakse kõrge haigestunute arvu tõttu
- kool suletakse kui registreeritakse raske kuluga haigusjuhte, eriti laste seas

„Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seaduse" §28 alusel otsustab nakkushaiguste epidemioloogilise leviku ulatuse ja sellest tuleneva ohu üle Terviseamet ning tema esindused maakondades nendele laekuvate epidemioloogiliste, laboratoorsete ja kliiniliste andmete alusel.
Ülalmainitud seaduse §28 lg 2 p. 1 alusel võib kooli ajutiselt sulgeda maavanem, vallavanem või linnapea Terviseameti ettepanekul.
§28 lg 3 alusel võib laste- ja hoolekandeasutusi ajutiselt sulgeda maavanem, vallavanem või linnapea ning ka nimetatud asutuse juht pärast kooskõlastamist Terviseametiga.

Koostas:
Terviseameti gripikeskus