

COVID-19: współdzielone i przeludnione lokale mieszkalne – ograniczanie ryzyka zakażenia

W każdym przypadku należy postępować zgodnie z wytycznymi dotyczącymi powstrzymania rozprzestrzeniania się koronawirusa.

Niniejsze wytyczne opisują dodatkowe działania, które należy podjąć w celu zmniejszenia ryzyka zachorowania na COVID-19 i zarażenia innych osób. Wytyczne są przeznaczone dla mieszkańców wszystkich typów lokali mieszkalnych, a w szczególności dla osób mieszkających w lokalach:

- ze współdzielonymi udogodnieniami, takich jak bloki mieszkalne
- przeludnionych
- współdzielonych

Współdzielone lokale mieszkalne to na przykład:

- mieszkanie lub dom, w którym najemca mieszka razem z inną osobą nienależącą do jego rodziny i dzieli z nią kuchnię i łazienkę
- dom wielorodzinny (ang. House in Multiple Occupation; HMO), w którym mieszkają co najmniej 3 osoby z co najmniej 2 różnych rodzin i korzystają ze wspólnej kuchni lub łazienki
- lokal zamieszkiwany wspólnie przez kilka osób/gospodarstw domowych, które dzielą niektóre udogodnienia lub pomieszczenia wspólne

Niniejsze wytyczne dotyczą osób, które są najemcami lub właścicielami lokali mieszkalnych. Istnieją dodatkowe wytyczne dla właścicieli wynajmujących lokale mieszkalne i ich najemców.

Jak zminimalizować rozprzestrzenianie się zakażenia, w szczególności w przypadku współdzielenia lokalu mieszkalnego z innymi osobami

COVID-19 przenosi się między ludźmi poprzez niewielkie kropelki, aerozole oraz kontakt bezpośredni. Powierzchnie i przedmioty mogą także stać się zanieczyszczone COVID-19 kiedy, zakażona osoba kichnie, kaszlnie lub dotknie ich. Ryzyko rozprzestrzeniania koronawirusa jest największe, gdy ludzie przebywają blisko siebie, szczególnie w słabo wentylowanych pomieszczeniach oraz gdy spędzają dużo czasu razem w tym samym pomieszczeniu.

Dla niektórych osób odseparowanie się od innych w domu może być trudne. Należy dołożyć wszelkich starań, aby postępować zgodnie z niniejszymi wytycznymi i każdy domownik powinien:

- częściej myć ręce, przez 20 sekund, wodą i mydłem lub środkiem do dezynfekcji rąk oraz starać się nie dotykać twarzy
- regularnie czyścić często dotykane powierzchnie
- dbać o to, aby dom był dobrze wietrzony świeżym powietrzem

Wytyczne dotyczące pozostawania w domu przez członków gospodarstw domowych z możliwym zakażeniem COVID-19

zawierają bardziej szczegółowe zalecenia dotyczące sprzątania, wyrzucania śmieci, prania oraz inne informacje.

Wietrzenie pomieszczeń (wentylacja)

Poza zachowywaniem dystansu społecznego i stosowaniem innych środków ryzyko rozprzestrzeniania COVID-19 można także zmniejszyć poprzez:

- unikanie kontaktu z innymi osobami w pomieszczeniach z ograniczonym dopływem świeżego powietrza, na przykład takich, w których okna nie są nigdy otwierane
- dbanie o to, aby dom był dobrze wietrzony świeżym powietrzem, nie doprowadzając jednocześnie do nadmiernego wychłodzenia. Jeżeli ktoś wykonuje prace w domu lub odwiedza go z dozwolonych powodów, należy wykonać te czynności podczas wizyty i po jej zakończeniu.

Aby zwiększyć przepływ powietrza, można:

- jak najczęściej otwierać okna
- otwierać drzwi
- dbać o to, aby wszelkie otwory wentylacyjne (na przykład w górnej części okna) były otwarte, aby przepływ powietrza nie był zablokowany
- pozostawiać wentylatory (na przykład łazienkowe) włączone na dłużej niż zwykle i przy zamkniętych drzwiach, po tym jak ktoś skorzysta z danego pomieszczenia

Jeżeli dom posiada system wentylacji mechanicznej, rozprowadzający świeże powietrze otworami i przewodami wentylacyjnymi, należy upewnić się, że jest włączony i zwiększyć przepływ powietrza podczas wizyty osób z zewnątrz (na przykład potencjalnych nabywców domu) lub gdy któryś z domowników jest chory. Należy zapewnić, że strumień wentylacji z pokoju osoby chorej lub w kwarantannie jest skierowany tylko na zewnątrz (na przykład przez okno), a nie do innych części domu.

Dbanie o czystość

Regularne sprzątanie i czyszczenie odgrywa kluczową rolę w ograniczaniu transmisji COVID-19.

Ograniczenie nadmiernej ilości rzeczy i pozbycie się trudnych do czyszczenia przedmiotów sprawi, że łatwiej będzie dbać o czystość. Należy sprzątać częściej niż dotychczas, używając standardowych środków czystości takich jak detergenty i wybielacz oraz zwracając uwagę na wszystkie powierzchnie, a w szczególności na te, których często się dotyka, takie jak klamki, włączniki światła, piloty i urządzenia elektroniczne.

Częstotliwość sprzątania należy zwiększyć w zależności od liczby osób korzystających z danego pomieszczenia oraz tego, czy wchodzi i wychodzi z domu. Czyszczenie często dotykanych powierzchni jest szczególnie ważne w łazienkach i wspólnych kuchniach.

Kuchnia

Ryzyko transmisji COVID-19 przez żywność jest bardzo niskie. Niemniej jednak, w celu zachowania dobrej praktyki higienicznej, każda osoba mająca kontakt z żywnością powinna przedtem często myć ręce wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund.

Do mycia i suszenia naczyń i sztućców należy używać zmywarki. Jeżeli nie jest to możliwe, należy zmywać ręcznie, używając płynu do mycia naczyń i ciepłej wody, a następnie dokładnie osuszyć za pomocą oddzielnego ręcznika kuchennego. Należy regularnie czyścić często dotykane powierzchnie i wspólne urządzenia kuchenne, w tym uchwyty lodówki i czajniki.

Łazienki

Podczas korzystania z łazienki należy włączać wentylator, jeżeli pomieszczenie go posiada, oraz regularnie czyścić często dotykane powierzchnie i otwierać okna (w stosownych przypadkach). Przed spuszczeniem wody należy zamykać pokrywę deski sedesowej, aby ograniczać rozpryskiwanie aerozoli. Ręczniki tekstylne powinny być przeznaczone do indywidualnego użytku i prane zgodnie z zaleceniami dotyczącymi prania.

Należy zwracać większą uwagę na ewentualne awarie instalacji sanitarnych w blokach mieszkalnych, na przykład niewyjaśnione przykre zapachy.

Jak zminimalizować rozprzestrzenianie się zakażenia w budynkach/blokach posiadających miejsca wspólne i udogodnienia takie jak pomieszczenia rekreacyjne

Pomoc ze strony właścicieli wynajmowanych lokali mieszkalnych i/lub zarządzających nimi agencji powinna polegać na przykład na zamknięciu wspólnych pomieszczeń, które nie są niezbędne i w których niemożliwe byłoby zachowanie dystansu społecznego (na przykład małych wspólnych pomieszczeń, z których może korzystać

więcej niż jedno gospodarstwo domowe). Zob. także punkt 2.13 wytycznych dla właścicieli wynajmujących lokale mieszkalne i ich najemców dotyczący specjalistycznych obiektów mieszkalnych dla emerytów lub osób wymagających dodatkowej opieki.

Osoby, u których wystąpią objawy zakażenia koronawirusem nie powinny korzystać z tych miejsc, niezależnie od tego, czy pozostają otwarte. Osoby zaliczane z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka powinny zapoznać się z najnowszymi wytycznymi dotyczącymi ich populacji.

Niezbędne pomieszczenia wspólne to wspólne kuchnie, łazienki, toalety, pokoje dzienne oraz pralnie. Jeżeli najemcy korzystają z niezbędnych pomieszczeń wspólnych, powinni postępować zgodnie z wytycznymi dla gospodarstw domowych z podejrzeniem zakażenia koronawirusem (COVID-19).

Wspólne przestrzenie zewnętrzne takie jak ogrody komunalne mogą pozostać otwarte do użytku najemców, należy jednak przestrzegać aktualnych wytycznych rządowych dotyczących kontaktów społecznych.

Można nadal wykonywać prace w zakresie utrzymania terenu i budynków. Podczas takich prac właściciele wynajmujący lokale mieszkalne powinni przestrzegać właściwych wytycznych dotyczących dystansu społecznego w miejscu pracy.

Jak zapobiegać rozprzestrzenianiu się zakażenia w przypadku osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka, które wynajmują lokal mieszkalny wraz z innymi osobami

W pierwszej kolejności należy sprawdzić aktualne wytyczne dla osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka, aby dowiedzieć się, w jakim stopniu problem dotyczy danej sytuacji i z jakiego wsparcia można skorzystać.

Poza wskazówkami zawartymi w tym dokumencie należy także w każdym przypadku przestrzegać ogólnych zaleceń dotyczących powstrzymania rozpowszechniania się koronawirusa. Zaleca się na przykład powzięcie środków ostrożności w formie ograniczania czasu spędzanego w pomieszczeniach wspólnych, takich jak kuchnie, łazienki i pokoje dzienne. Pomieszczenia wspólne należy nadal dobrze wietrzyć.

W miarę możliwości należy także korzystać z oddzielnej łazienki, z której nie korzystają pozostali domownicy. Jeżeli mieszkańcy korzystają z tej samej kuchni lub łazienki co osoba z grupy ryzyka, ważne jest, aby sprzątać pomieszczenie po każdym użyciu, na przykład wycierając powierzchnie. Mieszkańcy mogą także rozważyć korzystanie z pomieszczenia według grafiku, aby osoba z grupy ryzyka korzystała z niego jako pierwsza.

Więcej informacji zawierają uaktualnione wytyczne dla osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka

Jak zminimalizować rozprzestrzenianie się zakażenia w przeludnionych lokalach mieszkalnych

Do celów niniejszych wytycznych lokal mieszkalny jest przeludniony, jeżeli jego wielkość i liczba mieszkańców może stanowić czynnik zagrażający ich zdrowiu.

W przeludnionych lokalach mieszkalnych stosowanie odpowiednich środków ostrożności w celu ochrony przed koronawirusem może być trudniejsze niż w przypadku mieszkańców innych rodzajów domów.

Należy zwracać szczególną uwagę na powyższe wytyczne dotyczące ograniczania rozprzestrzeniania się zakażenia, w których zaleca się między innymi, aby:

- częściej myć ręce, przez 20 sekund, wodą i mydłem lub środkiem do dezynfekcji rąk oraz starać się nie dotykać twarzy
- regularnie czyścić często dotykane powierzchnie
- dbać o to, aby dom był dobrze wietrzony świeżym powietrzem

W przypadku wynajmowanych lokali mieszkalnych władze lokalne są uprawnione do tego, aby wymagać od ich właścicieli usunięcia poważnych zagrożeń związanych z przeludnieniem. Zachęcamy mieszkańców i właścicieli wynajmowanych lokali mieszkalnych (w stosownych przypadkach) do współpracy w możliwym do wykonania zakresie, aby pomóc wszystkim w zachowaniu dystansu społecznego. Osoby, które uważają, że w zajmowanym przez nie lokalu mieszkalnym istnieje poważne zagrożenie związane z przeludnieniem, utrudniające przestrzeganie wytycznych dotyczących koronawirusa, powinny skontaktować się z lokalnymi władzami.

Osoby mieszkające w gospodarstwie domowym złożonym z różnych pokoleń, na przykład dziadków, rodziców i dzieci, powinny zapoznać się z tymi wytycznymi w celu powstrzymania rozpowszechniania się COVID-19.

Jak zminimalizować rozprzestrzenianie się zakażenia w przypadku osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka mieszkających w przeludnionych lokalach mieszkalnych

W pierwszej kolejności należy sprawdzić aktualne wytyczne dla osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka, aby dowiedzieć się, w jakim stopniu problem dotyczy danej sytuacji i z jakiego wsparcia można skorzystać.

Poza wskazówkami zawartymi w tym dokumencie należy także w każdym przypadku przestrzegać ogólnych zaleceń dotyczących powstrzymania rozpowszechniania się koronawirusa. W przypadku przestrzegania tych wytycznych zaleca się, aby zgłosić się do władz lokalnych w sprawie swoich potrzeb i skorzystać z dostępnego wsparcia.

W przypadku wynajmowanych lokali mieszkalnych władze lokalne są uprawnione do tego, aby wymagać od ich właścicieli usunięcia poważnych zagrożeń związanych z przeludnieniem. Zachęcamy mieszkańców i właścicieli wynajmowanych lokali mieszkalnych (w stosownych przypadkach) do współpracy w możliwym do wykonania zakresie, aby pomóc wszystkim w zachowaniu dystansu społecznego.

Osoby, które uważają, że w zajmowanym przez nie lokalu mieszkalnym istnieje poważne zagrożenie związane z przeludnieniem, utrudniające przestrzeganie wytycznych dotyczących koronawirusa, powinny skontaktować się z lokalnymi władzami.