

COVID-19 - Veiledning for laboratoriearbeid og forebygging av smittespredning

Hensikten med veiledningen er å minimere risikoen for at arbeid i NT-fak sine laboratorier/verksted skal medføre spredning av COVID-19 smitte. Veilederen erstatter ikke, men kommer i tillegg til, gjeldende rutiner og regler i våre laboratorier.

Generelle anbefalinger

Disse skal overholdes og ligger til grunn for alle andre tiltak beskrevet i veilederen.

Du skal være i **karantene** og ikke gå på jobb dersom du har;

- symptomer på luftveisinfeksjon – du skal være symptomfri minst en dag før karantenen kan avsluttes
- påvist COVID-19 smitte – du skal være i isolasjon - minimum 14 dager i karantene, og ha vært symptomfri minst 7 dager
- hatt nærkontakt med (f.eks. samme husstand) noen som har påvist COVID-19 smitte - 14 dagers karantene
- vært i utlandet eller har kommet fra Sør-Norge – 14 dagers karantene
- Hyppig **håndvask**, spesielt før og etter aktiviteter, eller ved forflytning mellom ulike rom/oppgaver. Benytt primært såpe og vann, alternativt desinfeksjon (f.eks. 75% isopropanol, 70% etanol eller Antibac)
- Alltid **host eller nys** i armkroken eller i papir
- **Maksimalt 5 personer** samlet i en gruppe
- Hold en **fysisk avstand** på minst 2 meter, er dette vanskelig bør man ha en avstand på minst 1 meter (reduser tiden maksimalt) – gjelder ikke bare i lab men også fellesarealer og pauserom
- Ved bruk av **offentlig transport** til/fra arbeid – unngå om mulig rushtider eller tider med høyt belegg (husk 2 meters avstand)

Se også [FHI.no](https://fhi.no) / [FHI.no/en](https://fhi.no/en) , helsenorge.no / helsenorge.no/en eller uit.no/korona for mer informasjon og anbefalinger.

Organisering av arbeidet

- Arbeid i laboratorium skal klareres med leder før oppstart
- Antall personer som arbeider i et laboratorium samtidig begrenses maksimalt
 - Optimalt ikke mer enn 2 stk, maksimalt 5 stk
 - Husk 2 meters avstand
- Dersom flere arbeider samtidig i en lab, opprett en turnusordning slik at en arbeider med de sammen kollegene til enhver tid
- Opprett en kalender (f.eks. i Outlook og del med andre som er aktuelle for det laboratoriet).
 - De som ønsker å arbeide i en lab booker tid når det er ledig
 - Dette gir oversikt over hvem som er på jobb
 - Dette har betydning ved kritiske hendelser eller i forhold til «Alenearbeid».
- Ved bruk av felles arealer (f.eks. lager, vaskerom, apparatrom) – vent med bruken til rommet er ledig, ikke flere samtidig.

- «Rutiner for Alenearbeid NT-fak» følges 24/7

Når man arbeider i lab

- Overhold maksimalt antall personer i den aktuelle lab (for de fleste av NT-fak sine laboratorier vil dette være 2 stk)
- Hold 2 meters avstand
- I situasjoner som krever nærhet (f.eks. i forbindelse med veiledning eller av sikkerhetsmessige grunner) skal minst en av partene benytte munnbind.
- Planlegg oppgavene slik at enn reduserer trafikk inn/ut av lab
- Lab frakk og vernebriller er personlig og skal ikke deles med andre
- Dekk berøringspunkter med plastfolie der dette er hensiktsmessig
- Hold laboratoriet maksimalt oversiktlig og ryddig, berør færrest mulig punkter
- Farlig avfall (kjemikalie-, risiko- og smitteavfall) håndteres etter vanlig rutine
- Alltid håndvask når man kommer inn eller går ut av et laboratorium

Ved avslutning av arbeid i lab

Før laboratoriet forlates skal man alltid:

- Rydd maksimalt – fjern alt som ikke må stå fremme, personlig utstyr fjernes
- Rengjør og/eller desinfiser ALLE arbeidsflater og berøringspunkter (husk å rengjøre av f.eks. sprayflaske med desinfeksjonsmiddel, sekundærbeholdere, stoler, dørhåndtak, hørselvern osv).
- Renhold gjelder også eventuelle lager eller andre rom man har benyttet.
- Fjern eventuell plastikkfolie over berøringspunkter
- Oppbevar personlig lab frakk og vernebriller på en slik måte at de ikke berøres eller brukes av andre

Master- og bachelor studenter

I et svært begrenset omfang åpnes det for at master eller bachelor studenter kan få arbeide i laboratorier. Dette forutsetter:

- Tillatelsen behandles som enkeltsak og på forespørsel fra studenten – det går ikke ut med noen generell informasjon eller tillatelse om dette til studentene
- Dette gjelder studenter som er i siste semester av sitt studie, og som er avhengig av lab arbeid for å kunne fullføre sine master-/bacheloroppgaver
- Nødvendig sikkerhetsopplæring må være fullført
- De forplikter seg til å følge denne veiledningen
- Master-/bachelor studenter har i denne perioden ikke anledning til å arbeide alene på lab

PS - Påse at andre følger reglene og påpek dersom noen bryter dem – det viser omsorg og er et viktig bidrag i arbeidet med å sikre oss mot spredning av COVID-19 viruset!

Ved spørsmål eller behov for avklaring kontakt gjerne HMS-rådgiver ved NT-fak.