

VERSIO: 18.05.2020

COVID-19 JA SUKELLUSTOIMINTA

10 SUOSITUSTA SAIRASTUMISRISKIN
ENNALTAEHKÄISYYN JA VÄHENTÄMISEEN

Yhteistyössä



SUKELTAJA

Tukijana on





Tämä asiakirja tarjoaa hyödyllisiä ohjeita riskien ennaltaehkäisyyn ja vähentämiseen. Näitä ohjeita sukellusyrittäjät voivat hyödyntää toiminnassaan, kun heidän kansalliset, alueelliset tai paikalliset viranomaisensa sallivat taas sukellustoiminnan käynnistämisen. Valtuutettujen hallintoviranomaisten antamat toimintaohjeet tulee myös ottaa huomioon.

HUOM.

Epidemiologinen tilannejatoimintaa koskevat rajoitukset muuttuvat jatkuvasti. Näin ollen tätä asiakirjaa voidaan päivittää ja siihen voidaan tehdä muutoksia.

HAKEMISTO

1	MITÄ TOIMENPITEITÄ TULISI NOUDATTA A, JOTTA VOITAI SIIN TAATA ASI AKKAIDEN JA HENKILÖKUNNAN TURVALLISUUS?	1
2	KUINKA DESINFIOINTI TULISI SUORITTA A?	4
3	MIKÄ ON PARAS TAPA HUOLEHTIA VUOKRAVÄLINEIDEN PUHTAUDESTA?	7
4	KUINKA ASI AKKAIDEN OMISTAMIEN SUKELLUSVARUSTEIDEN HUUHTELU TULEE HOITAA?	9
5	MITÄ SUOJAUSTOIMIA TULEE NOUDATTA A SUKELLUSALUKSILLA JA RIB-VENEISSÄ?	10
6	MITEN HOIDETAAN PARITARKASTUS JA HENGITYSKAASUN JAKAMINEN TURVALLISESTI?	12
7	KUINKA SUKELLUSPULLOJA TÄYTETTÄESSÄ TULISI MENETELLÄ?	13
8	ENSIAPU JA PAINELU-PUHALLUSELVYTY S: MITEN TOIMIA HÄTÄTILANTEISSA?	15
9	VOIKO VIRUS ELÄÄ VEDESSÄ?	17
10	MILLÄ TAVOIN TOIMINTAOHJEITA JA HÄTÄTOIMINTASUUNNITELMIA NOUDATETAAN PANDEMIAN AIKANA?	18



MITÄ TOIMENPITEITÄ TULISI NOUDATTA A, JOTTA VOITAI SIIN TAATA ASI AKKAIDEN JA HENKILÖKUN NAN TURVALLIS UUS?

- VASTAANOTTO
- FYYSINEN ETÄISYYS
- PUKUHUONEET
- HENKILÖKOHTAINEN HYGIENIA
- SUOJARUUSTEIDEN KÄYTTÖ



MITÄ TOIMENPITEITÄ TULISI NOUDATTA A, JOTTA VOITAI SIIN TAATA ASIAKKAI DEN JA HENKILÖKUNNAN TURVALLISUUS?

1.1 VASTAANOTTO

Asiakkaita tulisi muistuttaa siitä, että he eivät tule sisälle sukelluskeskuksen tiloihin, jos heillä on COVID-19-infektioon liittyviä oireita. Lisäksi on suositeltavaa kieltää pääsy sellaisilta sukeltajan seurassa olevilta perheenjäseniltä ja ystäviltä, jotka eivät sukella. Näin voidaan vähentää väkimäärää sukelluskeskuksessa. Tiloissa olevan henkilökunnan määrä tulisi rajata tiukasti vain niihin henkilöihin, joiden läsnäolo on välttämätöntä toimintojen suorittamiseksi. Sukelluskeskuksessa noudatettavien ennaltaehkäisevien toimenpiteiden tulee olla selkeästi esitettynä, niin että ne ovat kaikkien näkyvillä. Lisätietoa löydät **laatimastamme mallista, joka on tarkoitettu tiedottamiseen asiakkaille** (liite 1).

Suosittelavaa on, että asiakkaasi täyttävät kaikki ilmoittautumislomakkeet verkossa ennen sukelluskeskukseen tuloa. Jos tämä ei ole mahdollista, huolehdi siitä, että ennen lomakkeiden täyttämistä noudatetaan asianmukaisia henkilökohtaiseen hygieniaan liittyviä toimenpiteitä (maskit, suojakäsineet, alkoholipitoiset kosteuspyyhkeet kaikille yhteisessä käytössä oleville kirjoitusvälineille, käsienpuhdistusaineet jne.). Myös maksut on parempi suorittaa verkkopalveluiden kautta (pankkisiirto, Paypal tai vastaava) tai luottokorteilla kuin käteistä käyttämällä.

1.2 FYYSINEN ETÄISYYS

WHO ((Maailman terveysjärjestö) suosittaa, että ihmiset pitävät vähintään yhden metrin etäisyyden toisiinsa. Tämä koskee myös sukelluskeskusten tiloja sisältäen luokahuoneet ja pukuhuoneet. Yleisillä alueilla saattaa olla hyväksi merkitä sopivat etäisyydet lattiaan esimerkiksi näkyvän teipin avulla. Sopivaa etäisyyttä määrittäessäsi ota huomioon paikallisten viranomaisten antamat ohjeet, jotka saattavat vaihdella (esim. 2 m / 6 ft UK:ssa, USA:ssa and Kanadassa; 1,5 m / 5 ft Australiassa).

E-oppimista ja etäopetusta tulisi hyödyntää aina kun se on mahdollista. Näin voidaan vähentää yhdessäoloaikaa luokahuoneessa.

1.3 PUKUHUONEET

Pukuhuoneet ovat todennäköisesti niitä tiloja, joissa tartuntariski on suurimmillaan. Kaikkia asiakkaiden henkilökohtaisia tavaroita, joihin sisältyvät vaatteet, pyyhkeet ja kylpytakit, tulisi säilyttää niin, että voidaan välttää kosketusta yleisiin pintoihin. Jos niitä säilytetään kaapeissa, tulisi kaapit puhdistaa jokaisen käytön jälkeen. Vaihtoehtoisesti asiakkaita voidaan kehottaa säilyttämään tavaroitaan erillisissä säilytyskoteloissa (laukuissa, laatikoissa jne.), joita pidetään lattialla tai penkeillä, niin että ne ovat selvästi erillään toisistaan. Jos sukelluskeskus tarjoaa edellä mainittuja säilytysvaihtoehtoja asiakkaidensa käyttöön, tulee ne puhdistaa jokaisen käyttökerran jälkeen.

1.4 HENKILÖKOHTAINEN HYGIENIA

Uusi koronavirus (SARS-CoV-2) on hengitystievirus, joka leviää pääasiassa sairastuneiden henkilöiden levittämien pisaroiden välityksellä. Näin tapahtuu esimerkiksi silloin kun sairas henkilö aivastaa, yskii tai niistää nenänsä.

Oikeat henkilökohtaiseen hygieniaan liittyvät toimenpiteet ovat seuraavat:

- ✓ Pese kädet usein, vähintään 20 sekunnin ajan kerrallaan.
- ✓ Säilytä fyysinen etäisyys ja vältä suoraa kontaktia muiden ihmisten kanssa.
- ✓ Vältä silmien, nenän ja suun koskettamista.
- ✓ Huolehdi hyvin hengitysteihin liittyvästä hygieniasta. Peitä suusi ja nenäsi nenäliinalla tai taivuttamalla kyynärpäätäsi, kun yskit tai aivastat.

Sukelluskeskusten tulisi tarjota asiakkaiden käyttöön käsienpuhdistusaineet tai sopivat tilat, joissa voidaan pestä kädet suositusten mukaisesti.

1.5 SUOJARUUSTEIDEN KÄYTTÖ

KASVOSUOJAT

[WHO](#) neuvoo, että kasvosuojia pitäisi käyttää vain silloin, jos yskit tai aivastelet tai jos hoidat COVID-19-tautia sairastavaa henkilöä. On kuitenkin järkevää edellyttää kaikilta sukelluskeskuksen tiloissa oleskelevalta maskin käyttöä. Noudata paikallisten viranomaisten ohjeita samoin kuin sellaisia toimintatapoja, jotka ovat oman etusi mukaisia tässä suhteessa. Kasvosuojainten käyttö on erityisen tärkeää sukelluskeskuksen henkilökunnalle, koska henkilökuntaan kuuluvat viettävät enemmän aikaa yhteydessä asiakkaisiin.

Millaista maskia sitten pitäisi käyttää? Tarjolla on etupäässä kolmea erityyppistä kasvosuojainta, ja niiden valinta riippuu käyttötarpeesta.


- ✓ **Hygieniamaskit** vähentävät sitä todennäköisyyttä, että tartunnan saanut henkilö levittää pisaroita ympärilleen. Nämä suojaimet eivät kuitenkaan suojaa niiden käyttäjiä tartunnalta. Ne tarjoavat jonkinasteisen suojan vain silloin, jos kaikki samassa tilassa oleskelevat käyttävät niitä.
- ✓ FFP2-, KN95- ja FFP3-**hengityssuojaimet** ovat tehokkaita henkilökohtaisia suojavaikkeitä. Jos ne on asetettu oikein paikoilleen, ne suojaavat sekä muita ihmisiä että myös käyttäjiä itseään, sillä ne estävät 99 % tartunnan aiheuttavista hiukkasista.
- ✓ Ota huomioon, että joissakin FFP2-, KN95- ja FFP3-suojaimissa on **venttiili** edessä. Kyseessä ei siis ole suodatin, vaan venttiili vain helpottaa uloshengitystä. Nämä suojaavat vain käyttäjää mutta eivät suojaa muita henkilöitä uloshengityksen sisältämiä hiukkasilta. Niiden käyttöä sukelluskeskuksissa ei sen vuoksi suositella.

Kädet tulee puhdistaa ennen kasvosuojan laittoa. Suojaa ei saa kosketella käytön aikana. Se tulee riisua koskettamatta kasvoja edestä ja hävittää lopuksi suljetussa astiassa. Katso lisätietoa aiheesta: **Kuinka käytän kasvosuojaa oikein ja kuinka puen, riisun ja hävitän sen** (liite 2).

1.5 SUOJAVARUSTEIDEN KÄYTTÖ

SUOJAKÄSINEET

Kertakäyttökäsineet (esim. lateksista valmistetut) suojaavat vain sen henkilön käsiä, joka niitä käyttää käsitellessään erilaisia materiaaleja, välineitä jne. Ne eivät kuitenkaan suojele muita ihmisiä eivätkä ympäristöä tartunnan levittämiseltä.

Tarkista ennen käyttöä, että käsineet ovat ehjät. Käytön aikana desinfioi ne säännöllisesti. Käytön jälkeen käsineet tulee riisua ja hävittää suljetussa astiassa, niin että vältetään koskettamasta paljaalla iholla käsineiden ulkopuolta. Katso lisätietoa aiheesta: **Käytännön ohjeet kertakäyttökäsineiden oikeaan käyttöön** (liite 3). 

HUOM.

Kertakäyttökäsineitä käytettäessä syntyy usein vääränlainen turvallisuuden tunne, ja ihmiset likaavat helposti niitä käyttäessään paljon enemmän pintoja ja huolehtivat käsihygieniasta huonommin. Tämän takia käsineet tulisi vaihtaa säännöllisesti, ja hyvästä käsihygieniasta tulisi huolehtia sekä niitä käytettäessä että myös riisumisen jälkeen.



KUINKA DESINFIOINTI TULISI SUORITTA?

- PINNAT
- SUKELLUSVARUSTEET



KUINKA DESINFIOINTI TULISI SUORITTAA?



Muita koronaviruksia tutkittaessa on voitu osoittaa, että niiden tarttuvuutta voidaan vähentää lämmön, UV-säteilyn ja emäksisten tai happamien aineiden avulla. Näin ollen pintoja voidaan desinfoida kotitalouksissa käytössä olevilla puhdistusaineilla.

2.1 PINNAT

Tällä hetkellä on epäselvää, kuinka kauan virus voi elää pinnoilla. [WHO:n](#) mukaan alustavat tiedot asiasta kertovat, että virus saattaa pysyä elossa joitakin tunteja tai jopa useita päiviä riippuen pintamateriaalista, lämpötilasta tai ympäristön kosteudesta. Siksi on tärkeää puhdistaa kaikki pinnat ja desinfoida ne usein. Erityisesti tämä koskee niitä pintoja, joita monet ihmiset koskettelevat: ovien ja ikkunoiden kahvoja, valokatkaisimia, hanoja, näppäimiä jne. Saattaisi olla käytännöllistä laatia lista kaikista desinfiointivista tiloista ja pinnoista.

Viruksen hävittämiseen sopivien tuotteiden joukossa on sekä alkoholipohjaisia desinfiointiaineita että tuotteita, joissa ensisijaisena vaikuttavana aineena on **natriumhypokloriitti** (esim. valkaisuaineet). Alkoholipohjaisissa desinfiointiaineissa **alkoholin osuus** (etanoli eli etyylialkoholi) on 70 %. Natriumhypokloriitin sopiva pitoisuus useimpien pintojen osalta on **0.1%**. Tämä riittää tuhoamaan viruksen, mutta se ei kuitenkaan aiheuta ärsytystä hengityselimissä. Saniteettitiloissa (WC, suihku, pesualtaat) voidaan käyttää korkeampaa pitoisuutta eli **0.5%**.

HUOM.

Erityistä huolellisuutta vaaditaan silloin kun käytetään alkoholipohjaisia desinfiointiaineita. Näihin sisältyvät hydroalkoholiset käsien desinfiointiin tarkoitetut liuokset. Pienikin pitoisuus alkoholia, joka on jo suhteellisen matalissakin lämpötiloissa erittäin haihtuva ja syttyvä aine, voi aiheuttaa tulipalon tai räjähdysten. Vältä suoraa tai epäsuoraa kosketusta niihin varusteisiin, pulloihin ja täyttöletkuihin, joita käytetään hapella rikastetun ilman kanssa. Käsienpesuun on parempi käyttää yksinkertaisesti saippuaa ja vettä aina kun se on mahdollista.

Ota huomioon myös se, että sekä etanoli että natriumhypokloriitti voivat vahingoittaa pintoja, ja niitä tulisi aina testata jokaiseen yksittäiseen esineeseen tai pinnalle ennen käyttöä.

Sukelluskeskuksen tilat tulee desinfoida päivittäin. Yleiset tilat, kuten esimerkiksi pukuhuoneet, tulisi desinfoida aina kun niitä ovat käyttäneet eri ihmiset. Saadaksesi yleistä tietoa puhdistuksesta ja desinfioinnista tutustu myös [WHO:n](#) ohjeistukseen.

2.2 SUKELLUSVARUSTEET



SUKELLUSVARUSTEET

SARS-CoV-2-viruksen hengissä pysymistä sukellusvarusteissa ei ole toistaiseksi tutkittu millään erityisillä testeillä. Erityisesti tämä koskee varusteiden kierteisiä osiatai ahtaitakohtia, joissa yhdistyy kaksi osaa toisiinsa. Siksi on välttämätöntä desinfioida sukellusvarusteet käytön jälkeen viruksen tuhoamiseksi. Jotkut tuotteet, esimerkiksi kvatemaariset ammoniumyhdisteet, ovat tehokkaita ja sopivat hyvin yhteen sukellusvarusteissa tavallisesti käytettävien materiaalien kanssa (kumi, neopreeni, muovit, metalli jne.). Niitä on kuitenkin hankala hankkia tai ne ovat haitallisia meriympäristölle. Jotkut muut tuotteet taas, esimerkiksi valkaisuaineet (natriumhypokloriitti), ovat helpompia hankkia ja myös halvempia, mutta niitä tulee käyttää COVID-19-tautia koskevien ohjeiden mukaisesti. Löytyy vielä muitakin sukeltajien yleisesti käyttämiä tuotteita (EW80, Virkon S jne.), joiden on osoitettu olevan tehokkaita virusta vastaan.

Yhdysvaltain ympäristönsuojeluvirasto EPA (Environmental Protection Agency) toimittaa [luetteloa](#) desinfiointiaineista, jotka ovat tehokkaita SARS-CoV-2-virusta vastaan. Euroopan tautienehkäisy- ja valvontakeskus ECDC (European Centre for Disease Prevention and Control) on puolestaan julkaissut joitakin [ohjeistuksia](#).

On äärimmäisen tärkeää, että käyttöön valittujen vaikuttavien aineiden tai desinfiointimenetelmien tehokkuus uuden koronaviruksen suhteen on voitu näyttää toteen riippumatta siitä, mistä aineista tai menetelmistä on kyse.

NATRIUMHYPOKLORIITTI

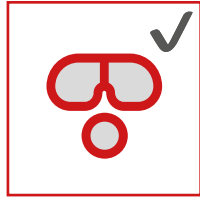
Kyseessä on yleinen valkaisuaine, jota markkinoidaan eri tuotemerkeillä. Sen vaikuttava aine on natriumhypokloriitti eri pitoisuuksina (5 - 10 %). Se kuuluu niihin tuotteisiin, jotka kykenevät neutraloimaan virusta. On tärkeää lukea tuoteseloste huolellisesti ja tarkastaa vaikuttavan aineen pitoisuus sekä laimentaa tuotetta vedellä oikeassa suhteessa. Viimeaikaisten tieteellisten tutkimusten (1) mukaan sopiva laimennussuhde on 1:50, kun kyseessä on valkaisuaine, joka sisältää 5 % natriumhypokloriittia (vaikuttavan aineen pitoisuus 0,1 % tai 1,000 ppm). Desinfiotavaa esinettä tulee pitää upoksissa kyseisessä liuoksessa vähintään 5 minuuttia.

Tässä on käytännön esimerkki siitä, kuinka tuotetta tulee laimentaa veteen, jotta saadaan 5 litraa sellaista liuosta, joka sisältää 0,1 % vaikuttavaa ainetta.

- ✓ 5 % natriumhypokloriittia sisältävää valkaisuainetta // 100 millilitraa tuotetta 4 900 millilitraan vettä, tai
- ✓ 10 % natriumhypokloriittia sisältävää valkaisuainetta // 50 millilitraa tuotetta 4 950 millilitraan vettä.

Varotoimenpiteet:

- ✓ Käytä desinfioidessasi suojakäsineitä sekä silmä- ja kasvosuojia.
- ✓ Sekoita liuokset tiloissa, joissa on hyvä tuuletus.
- ✓ Käytä kylmää vettä valmistaessasi liuoksia, koska kuuma vesi vahingoittaa vaikuttavaa ainetta.
- ✓ Älä koskaan sekoita valkaisuainetta muiden tuotteiden tai kemikaalien kanssa.
- ✓ Vältä roiskeita puhdistuksen aikana.
- ✓ Huuhtelee makealla vedellä ja anna kuivua ennen käyttöä.



MIKÄ ON PARAS TAPA HUOLEHTIA VUOKRAVÄLINEIDEN PUHTAUDESTA?

- SUOSITUKSET
- PITÄISIKÖ ANNOSTIMEN
SUUKAPPALEET VAIHTAA
JOKAISEN KÄYTÖN JÄLKEEN?



MIKÄ ON PARAS TAPA HUOLEHTIA VUOKRAVÄLINEIDEN PUHTAUDESTA?



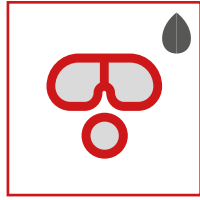
3.1 SUOSITUKSET

Välineiden vuokrauksessa tulee noudattaa erityistä huolellisuutta. Erityisesti on tarpeen ottaa huomioon sukelluskeskusten omistajien vastuu mahdollisissa tartuntataapauksissa. Alla on esitetty joitakin suosituksia aiheeseen liittyen:

- ✓ Vuokravälineet tulee desinfioida ohjeiden mukaisesti jokaisen käytön jälkeen. Erityistä huomiota tulee kiinnittää annostimiin, tasapainotusliiveihin, snorkkeleihin ja maskeihin.
- ✓ Sukeltajan on aina testattava vuokramaskin sopivuus ennen käyttöä, ja tämä edellyttää desinfiointitoimia jokaisen testauksen jälkeen. Asiakkaita olisi hyvä kehottaa tuomaan ainakin omat maskit mukanaan.
- ✓ Pidä palautetut vuokravälineet eri paikassa kuin missä säilytät desinfioituja varusteita.
- ✓ Asiakkaita ei tulisi päästää niihin paikkoihin, missä desinfioituja varusteita säilytetään. Tuo varusteet ulos asiakkaille.
- ✓ Kuljeta vuokravälineitä erillisissä säilytyslaatikoissa, jotka on merkitty asiakkaan nimellä. Muista desinfioida ne käytön jälkeen.
- ✓ Kun varusteet on desinfioitu, huolehdi siitä, että ne pysyvät puhtaina. Säilytä esimerkiksi annostimet, maskit ja snorkkelit suljetuissa koteloidissa, jotka poistetaan vasta ennen käyttöä.
- ✓ Kerro asiakkaille, että heidän ei tule koskettaa sukelluspullon venttiilin poistoaukkoa tai annostimen tuloaukkoa kootessaan ja purkaessaan varusteitaan.

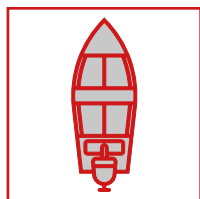
3.2 PITÄISIKÖ ANNOSTIMEN SUUKAPPALEET VAIHTAA JOKAISEN KÄYTÖN JÄLKEEN?

Vaikka asiakkaat ajattelevatkin, että suukappaleiden vaihtaminen on merkki erityisen huolellisesta toiminnasta ja hyvästä palvelusta, ei niiden vaihto yksinään riitä estämään tartuntaa. Tartunnan saanut käyttäjä ei saastuta ainoastaan suukappaletta vaan koko annostimen. Siksi on tarpeen desinfioida annostimet yllä kuvatulla tavalla myös silloin, kun suukappale vaihdetaan.



KUINKA ASIAKKAIDEN OMISTAMIEN SUKELLUSVARUSTEIDEN HUUHTELU TULEE HOITAA?

Sukelluksen jälkeiseen varusteiden huuhteluun ei ole suositeltavaa käyttää yleisiä altaita. Asiakkaiden omat välineet tulisi huuhdella jossain muualla, jos sukelluskeskuksessa ei ole sopivaa paikkaa, missä varusteet voitaisiin huuhdella erikseen juoksevalla vedellä. Jos sukelluskeskus tarjoaa asiakkailleen välineiden kuivauspaikan, siellä on oltava tarpeeksi tilaa varusteiden välillä. Muistuta aina asiakkaita desinfioimaan välineensä mahdollisimman pian käytön jälkeen.



MITÄ SUOJAUSTOIMIA TULEE NOUDATTAA SUKELLUSALUKSILLA JA RIB-veneissä?



MITÄ SUOJAUSTOIMIA TULEE NOUDATTA SUKELLUSALUKSILLA JA RIB-veneissä?



Kaikessa sukellusaluksilla tapahtuvassa toiminnassa tulee huolehtia turvallisuudesta ja puhtaudesta hyvin tarkasti. Kun ihmiset ovat läheisessä kanssakäymisessä toistensa kanssa, tartunnan riski kasvaa merkittävästi. Noudata aina valtuutettujen viranomaisten antamia ohjeita.

Tässä on esitetty joitakin yleisiä suosituksia aiheeseen liittyen.

- ✓ Varmista, että fyysinen etäisyys (katso kohta #1 yllä) säilyy myös aluksella oltaessa.
- ✓ Ota alukselle mukaan vain välttämättömin. Näitä ovat turvallisuusyistä ja sukellustoiminnassa tarvittavat tarvikkeet.
- ✓ Lastaa sukellusvarusteet alukselle koottuina.
- ✓ Henkilökunnan jäsenten tulee käyttää suojakäsineitä ja kasvomaskeja, kun he käsittelevät sukellusvarusteita.
- ✓ Varmista, että maskit, snorkkelit ja annostimen ovat suojattuina, kun niitä ei ole vielä koottu. Niitä on säilytettävä esimerkiksi säilytyskoteloissa, jotka otetaan pois vasta ennen käyttöä.
- ✓ Älä käytä maskien huuhteluun ämpäreitä, vaan huuhtelee ne sen sijaan avovedessä. Yritä ohjata ihmisiä käyttämään maskien huurunpoistoon tähän tarkoitukseen sopivia tuotteita, niin että he eivät käytä siihen sylkeä.
- ✓ Pisarat saattavat kulkeutua pitkiäkin matkoja tuulen vaikutuksesta ja aluksen liikkeessä. Vaikka siis etäisyyteen liittyviä sääntöjä noudatettaisiinkin, on kuitenkin suositeltavaa, että kaikki matkustajat käyttävät kasv suoja. Muistuta heitä myös siitä, että muiden henkilöiden välineitä ei tule kosketella.
- ✓ Huolehdi siitä, että sinulla on käsien desinfiointiaineita aluksella.
- ✓ Varmista se, että fyysinen etäisyys säilytetään myös silloin, kun sukeltajat laskeutuvat veteen ja nousevat sieltä. Etäisyyden pitäminen pinnalla voi olla vaikeaa, jos paikalla on virtauksia. Yhteysköydet tai kelluvaan poijuun kiinnitetyt köydet, joihin on merkitty turvavälit teipeillä tai värillä nauhoilla, voivat auttaa säilyttämään riittävän etäisyyden sukeltajien välillä.



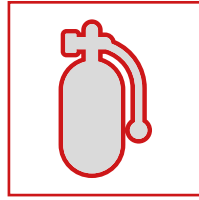
MITEN HOIDETAAN PARITARKASTUS JA HENGITYSKAASUN JAKAMINEN TURVALLISESTI?

Fyysistä etäisyyttä koskevia sääntöjä tulisi noudattaa myös seuraavissa tilanteissa:

- paritarkastukset: sukeltajia tulisi muistuttaa siitä, että he välttäisivät muiden sukeltajien välineiden koskettamista. Erityisesti tämä koskee niitä osia, jotka ovat läheisessä kosketuksessa sukeltajan kasvoihin ja suuhun. Paritarkastus tulee suorittaa niin, että henkilö esittelee itse tarvittavat tarkastuskohteet ja pari havainnoi esittelyn vierestä sekä varmistuu suullisesti turvallisuudesta.
- hengityskaasun jakaminen: sekä hätätilanteissa että harjoiteltaessa on suositeltavaa käyttää vaihtoehtoista hengityskaasun lähdettä ja välttää antamasta sitä annostinta, josta sukeltaja hengittää.

HUOM.

Näitä tilanteita koskevat ohjeet saattavat vaihdella eri sukelluskoulutusjärjestöissä. Huolehdi siitä, että sinulla on tieto järjestösi uusimmista ohjeista ja noudata niitä.



KUINKA SUKELLUSPULLOJA TÄYTETTÄESSÄ TULISI MENETELLÄ?

- KAASUKOMPRESSORIT JA KAASUN TÄYTTÖ
- ALUEET, JOILLA KAASUN TÄYTTÖ SUORITETAAN



KUINKA SUKELLUSPULLOJA TÄYTETTÄESSÄ TULISI MENETELLÄ?



7.1 KAASUKOMPRESSORIT JA KAASUN TÄYTTÖ

Teoriassa virus saattaisi päästä kompressoriin ilmantäyttöaukon kautta, koska täyttöaukon suodatin ei kykene estämään pienempien pisaroiden pääsyä. Hengitysilman suodattimet eivät myöskään paineistuksen jälkeen takaa sitä, että pienet hiukkaset saataisiin suodatettua. Siksi on hyvin tärkeää, että kompressorin täyttöaukko on sijoitettu turvallisesti, niin että vältetään kaikki mahdollinen likaantuminen. On voitu osoittaa, että virus on herkkä korkeille lämpötiloille. Kompressori voi lämpimänä saada aikaan sen, että kaasun lämpötila on yli 120°C. Paineistuksen ollessa huipussaan lämpötilat nousevat tämän lisäksi hyvin korkeiksi, jolloin ne ovat reilusti viruksen vastustuskyvyn yläpuolella (2). Näin ollen on epätodennäköistä, että virus voisi olla aktiivinen enää sen jälkeen, kun se on kulkenut kompressorin läpi. Riski on olemassa kuitenkin silloin, kun käsitellään sukelluspullon venttiilejä ja täyttöletkuja. Tartunnan saaneet käyttäjät voivat mahdollisesti levittää tartuntaa tätä kautta. Siksi on tärkeää, että kaikki kaasun täyttöä suorittavat henkilöt noudattavat hyvää hygieniää ja käyttävät aina suositeltuja suojarusteita (kasvosuojat, suojakäsineet).

7.2 ALUEET, JOILLA KAASUN TÄYTTÖ SUORITETAAN

Henkilökohtainen hygienia ja fyysinen etäisyys tulee ottaa huomioon myös niillä alueilla, joilla kaasujen täyttöä suoritetaan. Vain valtuutetuilla henkilöillä tulisi olla lupa oleskella kompressorien, täyttöaseman ja täytettyjen pullojen säilytyspaikan välittömässä läheisyydessä.

HUOM.

Erityistä huolellisuutta vaaditaan silloin kun käytetään alkoholipohjaisia desinfiointiaineita. Näihin sisältyvät hydroalkoholiset käsien desinfiointiin tarkoitetut liuokset. Pienikin pitoisuus alkoholia, joka on jo suhteellisen matalissakin lämpötiloissa erittäin haihtuva ja syttyvä aine, voi aiheuttaa tulipalon tai räjähdyksen. Vältä suoraa tai epäsuoraa kontaktia niihin varusteisiin, pulloihin ja täyttöletkuihin, joita käytetään hapella rikastetun ilman kanssa. Käsienpesuun on parempi käyttää yksinkertaisesti saippuaa ja vettä aina kun se on mahdollista.



ENSIAPU JA PAINELU-PUHALLU- SELVYTYS: MITEN TOIMIA HÄTÄTILANTEISSA?

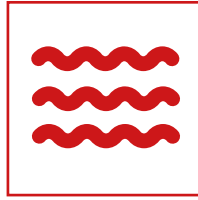


ENSIAPU JA PAINELU-PUHALLUSELVYTYKSEN MITEN TOIMIA HÄTÄTILANTEISSA?



Tässä on joitakin hyödyllisiä ohjeita, jotka kertovat, kuinka tulee toimia pyrittäessä suojaamaan sekä uhria että elvyttäjää mahdollisilta tartunnoilta.

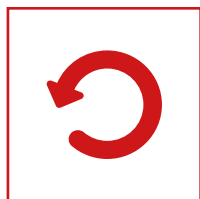
- ✓ Varmista, että elvyttäjä, uhri ja kaikki alueella olevat ihmiset ovat turvassa.
- ✓ Pukeudu kaikkiin henkilökohtaisiin suojarusteisiin ja hyödynnä jokaista käytettävissä olevaa suojauskeinoja.
- ✓ Arvioi uhrin tajunnantaso ravistelemalla tai stimuloimalla häntä ilman että olet lähellä uhrin kasvoja.
- ✓ Arvioi hengitys yksinkertaisesti tarkkailemalla rinnan liikkeitä. Elvyttäjän tulee välttää viemästä kasvojaan lähelle uhrin kasvoja.
- ✓ Jos uhri on tajuton eikä hengitä, hälytä paikalle ensihoidon yksikkö kuvailemalla samalla tilanne. Aloita painelu-puhallus selvytyksen rintapainallukset, mutta älä tee puhalluksia.
- ✓ Käytä AED-defibrillaattoria, jos mahdollista.
- ✓ Jatka elvytystoimia, kunnes uhri hengittää taas normaalisti tai kunnes itse et enää jaksa tai kunnes ensihoidon yksikkö saapuu paikalle.
- ✓ Kun elvytystoimet on suoritettu tai uhri siirretty ensihoidon yksikön vastuulle, ota pois kaikki henkilökohtaiset suojarusteet oikein ja hävitä ne paikallisten määräysten mukaisesti. Pese kätesi huolellisesti. Uhrin hoidossa käytetyt välineet tulee desinfioida käytön jälkeen mahdollisuuksien mukaan tai hävittää ne oikealla tavalla.



VOIKO VIRUS ELÄÄ VEDESSÄ?

Tutkimuksia suoritetaan edelleen, eikä ole varmaa, kuinka kauan SARS-CoV-2-virus selviää vedessä. SARS-CoV-1-virusta (vuoden 2003 epidemia) koskevat tutkimukset ovat osoittaneet, että virus säilyi tartuttavana pitkiä aikoja pinnalla ollessaan (järvet, joet, kosteikot jne.). Näyttää siltä, että merivesi ei kykene tuhoamaan virusta. Yhdysvaltain tautikeskus (CDC) haluaa täsmentää, että altaissa ja poreammeissa, joissa on käytetty kunnolla klooria tai bromaattia, SARS-CoV-2-virus muuttuu toimintakyttömäksi tietyn ajan kuluttua (3).

Tämän hetkisen todistusaineiston perusteella suosituksena on siis, että huolellisuutta on noudatettava sekä vedessä oltaessa että myös kaikkialla muualla. Tämä sisältää sen, että fyysistä etäisyyttä koskevia ohjeistuksia on noudatettava ja varusteet tulee pestä ja desinfioida kunnolla.



MILLÄ TAVOIN TOIMINTAOHJEITA JA HÄTÄTOIMINTASUUNNITELMIA NOUDATETAAN PANDEMIAN AIKANA?

Sukelluskeskusten tulisi päivittää toimintaohjeensa niin, että ohjeissa otetaan huomioon tässä asiakirjassa annetut suositukset samoin kuin muut kansalliset säännöt ja määräykset. Erityisesti tämä liittyy niihin hätätoimintasuunnitelmiin, jotka koskevat epäiltyjä tartuntoja sekä tartunnan saaneita asiakkaita tai henkilökunnan tai miehistön jäseniä. Näihin suunnitelmiin on sisällytettävä soveltuvien osien erityiset toimintaohjeet sekä tartuntojen kontrollointia että epäiltyjä tartuntoja varten. Tartunnasta epäiltyjen henkilöiden eristäminen on kyettävä aloittamaan välittömästi.



LÄHDEVIITTEET

- 1
 - Use of disinfectants: alcohol and bleach. Infection Prevention and Control of Epidemic- and Pandemic-Prone Acute Respiratory Infections in Health Care [Internet]. Saatavilla seuraavilta tahoilta: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK214356/>
 - Kampf G, Todt D, Pfaender S, Steinmann E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. Journal of Hospital Infection. 2020Mar;104(3):246–51.
 - Lai MYY, Cheng PKC, Lim WWL. Survival of Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus. Clinical Infectious Diseases [Internet]. 2005Oct1;41(7):e67–e71. Saatavilla seuraavilta tahoilta: <https://academic-oup-com.proxyiub.uits.iu.edu/cid/article/41/7/e67/310340>
- 2
 - Chan KH, Peiris JSM, Lam SY, Poon LLM, Yuen KY, Seto WH. The Effects of Temperature and Relative Humidity on the Viability of the SARS Coronavirus. Advances in Virology. 2011Oct1;2011:1–7.
 - First data on stability and resistance of SARS coronavirus compiled by members of WHO laboratory network [Internet]. World Health Organization. World Health Organization; 2015 [cited 2020Mar27]. Saatavilla seuraavilta tahoilta: https://www.who.int/csr/sars/survival_2003_05_04/en/
 - Duan SM, Zhao XS, Wen RF, Huang JJ, Pi GH, Zhang SX, et al. Stability of SARS coronavirus in human specimens and environment and its sensitivity to heating and UV irradiation. Biomedical and Environmental Sciences [Internet]. 2003Sep;16:246–55. Saatavilla seuraavilta tahoilta: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14631830>
- 3
 - Casanova L, Rutala WA, Weber DJ, Sobsey MD. Survival of surrogate coronaviruses in water. Water Research. 2009;43(7):1893–8.
 - Municipal Water and COVID-19 [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. Centers for Disease Control and Prevention; 2020 [cited 2020Mar26]. Saatavilla seuraavilta tahoilta: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>



DIVERS ALERT NETWORK EUROPE



Continental Operations Office

Contrada Padune 11 • 64026 Roseto degli Abruzzi • Italy
Tel. +39 085 893 0333 • Fax +39 085 893 0050
mail@daneurope.org • www.daneurope.org

Registered address and Headquarters

DAN Building, Sir Ugo Mifsud Street • Ta' Xbiex XBX 1431 • Malta

YHTEISTYÖSSÄ



Valimotie 10, 00380 Helsinki
(09) 3481 22 58
office@sukeltaja.fi

TÄTÄ ALOITETTA TUKEE



c/o International Aquanautic Club GmbH & Co. KG
Frintroper Str. 18 - 45355 Essen
www.rstc-eu.org

RSTC:N JÄSENET





COVID-19-TAUDIN EHKÄISYTOIMENPITEET

1. Yleinen pääsy sukelluskeskukseen on rajattu vain sukellusasiakkaisiin. Mukana tulleilla perheenjäsenillä tai ystävillä ei ole lupa tulla sukelluskeskuksen tiloihin.
2. Älä tule sisälle sukelluskeskukseen, jos sinulla on jotain alla mainituista oireista. Kyseiset oireet voivat liittyä COVID-19-infektioon:
 - ✓ Kuume
 - ✓ Yskä
 - ✓ Väsymys tai lihaskivut
 - ✓ Hengitysvaikeudet
 - ✓ Kipeä kurkku
 - ✓ Keuhkoinfektiot
 - ✓ Päänsärky
 - ✓ Makuaistin menetys
 - ✓ Ripuli
3. Ota yhteyttä terveydenhuoltohenkilökuntaan tai hoitavaan lääkäriisi ennen sukelluskeskukseen tuloa, jos olet matkustanut viimeisen kahden viikon aikana tai jos olet ollut tekemisissä henkilöiden kanssa, jotka ovat altistuneet tai mahdollisesti altistuneet COVID-19-tartunnalle.
4. Sukelluskeskuksessa oleskelu edellyttää vähintään metrin etäisyyden pitämistä siellä olevien henkilöiden välillä, jotta voidaan välttää liiallinen läheisyys ihmisten kesken.
5. Sukelluskeskukseen päästettävien henkilöiden määrä voidaan rajoittaa tiettyyn lukumäärään koska tahansa.

KUINKA KÄYTÄN KASVOSUOJAA OIKEIN JA KUINKA PUEN, RIISUN JA HÄVITÄN SEN



1

Ennen kasvosuojan pukemista **puhdist** kädet joko alkoholipohjaisella käsien desinfiointiaineella tai saippualla ja vedellä.



2

Peitä suu ja nenä **kasvosuojalla** ja varmista, että kasvojesi ja suojan väliin ei jää mitään aukkoja.



3

Vältä kosketelemasta suojaa käytön aikana. Jos kosket siihen, puhdist

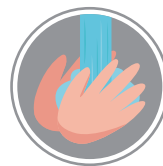
kädet joko alkoholipohjaisella desinfiointiaineella tai saippualla ja vedellä.



4

Riisuessasi kasvosuojaa älä kosketa suojan etuosaa, vaan **tartu siihen kiinni takaa.** Heitä se pois välittömästi suljettuun roska-astiaan. Puhdist

kädet joko alkoholipohjaisella käsien desinfiointiaineella tai saippualla ja vedellä.



KERTAKÄYTTÖKÄSINEIDEN KÄYTTÖÄ KOSKEVAT OHJEET



ENNEN KUIN LAITAT KÄSINEET KÄTEESI

1

Poista kaikki korut ja varmista, että kynnet eivät riko käsineitä.



2

Pese kädet alkoholipohjaisella käsien desinfiointiaineella tai saippualla ja vedellä.



3

Valitse käsineet, jotka ovat sinulle sopivan kokoiset.



4

Vaihda käsineet uusiin, jos ne rikkoutuvat tai likaantuvat.



KUINKA RIISUT KÄSINEET OIKEIN

1

Ota käsineestä kiinni ulkopuolelta läheltä rannetta.



2

Kuori käsineitä alaspäin, niin että käsineen sisäpuoli kääntyy ulospäin. Pidä käsineestä kiinni niin että sinulla on suojakäsine kädessäsi.



3

Liuta käsineettömän käden kaksi sormea jäljellä olevan käsineen ranneosan alle ja kuori käsineitä alaspäin.



4

Käännä käsineen sisäpuoli ulospäin, niin että ensimmäinen käsine jää toisen sisään.



5

Hävitä käsineet suljetussa astiassa.



6

Pese kädet alkoholipohjaisella käsien desinfiointiaineella tai saippualla ja vedellä.

