

## Rutiner under covid-19-epidemin för Skeppsholmsgårdens seglingar

Gäller fr.o.m. 2020-05-18 och tillsvidare.

Version 1



### Bakgrund

#### Symtom

Det finns idag sju coronavirus som kan smitta och ge upphov till sjukdom hos människor. Fyra av dessa virus är vanliga och orsakar förkylning. Varianterna SARS- och MERS-coronavirus orsakar i vissa fall en betydligt allvarligare luftvägssjukdom. I slutet av 2019 upptäcktes ett nytt coronavirus i Kina. Sjukdomen som det nya viruset ger upphov till kallas covid-19.

Sjukdomen är hos de flesta en luftvägsinfektion och en rad olika symtom kan förekomma. Man kan inte baserat på bara symtomen avgöra om det är covid-19 eller annan infektion. Bland de symtom som rapporterats är framförallt: hosta, feber, andningsbesvär, snuva, nästäppa, halsont, huvudvärk, illamående, muskel- och ledvärk. En person som insjuknar i covid-19 kan uppvisa ett eller flera av dessa symtom. Det är ganska vanligt att man förlorar luktsinnet, och därmed smaksinnet, under en tid i samband med infektion i de övre luftvägarna. Även diarré har omnämnts. De flesta får lindriga besvär som kan komma gradvis, och som går över av sig själva med egenvård i hemmet. En del blir allvarligt sjuka med exempelvis svårigheter att andas och lunginflammation.

Tiden från det att man smittats till dess man blir sjuk (inkubationstiden) bedöms vara 2–14 dagar, de flesta insjuknar efter ca 5 dagar. Det är mycket viktigt att stanna hemma om man känner sig sjuk. Vid allvarliga andningssvårigheter ringer man alltid 112.

#### Smittvägar

Covid-19 smittar mellan människor genom så kallad droppsmitta. Det vill säga att smitta överförs till slemhinna i ögon, näsa eller mun från droppar som sprids i luften när en sjuk person hostar eller nyser. Dropparna faller snabbt ner genom luften och når oftast inte längre än någon meter. Viruset kan också överföras via förorenade ytor, så kallad indirekt kontaktsmitta. Man kan därför inte utesluta att smitta sker även från föremål. Det är dock ännu inte klarlagt hur länge viruset kan överleva på ytor och föremål. Luftfuktighet, temperatur och solljus påverkar hur länge viruset överlever. Covid-19 är känsligt mot både tvål och hand- och ytdesinfektion (minst 60% alkohol). Skillnaden mellan ytdesinfektion och handdesinfektion brukar vara att handdesinfektionen även innehåller ett mjukgörande ämne som motverkar uttorkning av huden. Genom att tvätta händerna ofta med tvål och vatten (minst 20 sekunder), hosta och nysa i armvecket och att inte röra vid ansiktet (ögon, näsa, mun) kan man undvika att föra den eventuella smittan vidare.

Det finns rapporter om att personer utan symtom har smittat andra personer. Men det finns få studier som beskriver hur smittsam man är. Utifrån den erfarenhet som finns just nu är bedömningen att smittspridningen från personer utan symtom står för en mycket liten del.

Folkhälsomyndigheten uppmanar verksamheter att gå ut med information i förväg om att personer med symtom på luftvägsinfektion inte ska komma till evenemanget. Verksamheter ska ha en god kapacitet för tillfredställande handhygien: antingen handtvätt med tvål och vatten, eller om det inte går, tillgång till handsprit. Detta är särskilt viktigt i toalettområden och på matställen. Information om allmänna hygienråd (t.ex. affischer) ska vara uppsatta.

Det är från och med den 29 mars 2020 förbjudet att anordna allmänna tillställningar där fler än 50 personer deltar. Folkhälsomyndigheten manar dock till försiktighet vid folksamlingar under 50 personer, och råder att följa hygienriktlinjer ovan.

Det besked vi för närvarande har från Stockholms Stad är att kollo utifrån folkhälsomyndighetens rekommendationer ska betraktas på samma vis som skola/fritidshem och därmed inte omfattas av regeringens beslut om förbud mot allmänna sammankomster och offentliga tillställningar med fler deltagare än 50 personer.

## Syfte

Syftet med detta dokument är att fastställa och beskriva föreningen Skeppsholmsgårdens hygienriktlinjer på fartygen, hantering av eventuellt sjukdomsfall ombord, samt evakuering av denna, beträffande covid-19-pandemin. Riktlinjerna gäller under alla seglingar med skolfartygen Shamrock, Lova och Lina fr.o.m. 2020-05-18 och tillsvidare.

## Riktlinjer

### Hygienrutiner

- Alla i besättningen ska vara informerade om dessa riktlinjer, samt signera ett dokument som styrker detta.
- Även tillfälliga besökare ombord på fartygen ska uppmanas följa hygienriktlinjerna enligt nedan, samt att uppge om de uppvisar några av symtomen angivna under symtom.
- Besättning, deltagare eller besökare ska inte mönstra/gå ombord på fartyget vid symtom på luftvägsinfektion. Avvikelse från detta kan göras i samråd med landorganisation/sjukvårdsansvarig om person visar symtom på t.ex. allergi med rinnsnuva, och väl känner igen sina symtom.
- Vid rengöring av händer används i första hand handtvätt med tvål och vatten (i 20 sekunder), och i andra hand handdesinfektion ("handsprit", minst 60 % alkohol) om

inte tvål och vatten finns tillgängligt. Att rengöra händerna med både tvål, vatten och handsprit behöver inte göras.

- Samtliga ombord ska tvätta händerna med tvål och vatten inför alla måltider/fika, inför byssatjänst, efter toalettbesök samt vid återkomst till fartyget efter besök i land. Finns inte det alternativet kan handsprit användas. Hostningar eller nysningar görs i armvecket. Får man sekret från t.ex. hostning på händerna ska personen omgående rengöra händerna med tvål och vatten eller handsprit. Inför måltider iland ska händerna tvättas med tvål och vatten eller handsprit. Samtliga ombord ska undvika att röra ögon, näsa och mun.
- Fartygets tagytor (t.ex. dörrhandtag, ledstänger, ratt, pumphandtag, kranar/knappar på toalett) samt matbord ska desinfekteras med hushållspapper och ytdesinfektion (minst 60% alkohol) varje dag under de fem första dagarna vid morgonstädningen. Låt lufttorka. Efter fem dagar görs detta var tredje dag, samt vid varje storstädning. Vid hamnbesök eller landbesök där besättningen kommit i kontakt med många andra människor (t.ex. restaurangbesök, gått på stan) börjar man om igen med desinfektion varje dag enligt ovan. Landbesök på öar där besättningen bara gått i skogen eller badat kan fortsätta med desinfektion var tredje dag. Signera i dokumentet.
- Byssan torkas av (och städas) enligt tidigare fastställd rutin, men ska sedan desinfekteras efter detta med hushållspapper och ytdesinfektion (minst 60% alkohol) på tagställen och de platser som mat kommer att beredas. Detta gäller inför varje måltidsförberedelse i fem dagar, sedan var tredje dag enligt ovan, samt vid varje storstädning. Signera i dokumentet.
- Affischer gällande hygienrutiner (se länk till PDF nedan) ska skrivas ut och sättas upp i byssan samt på varje toalett.
- Vid besök av kiosk/affär på öar och dylikt: Ring kiosken/affären i förväg innan ni går dit och fråga om det är OK. (Om ni inte har kunnat ringa innan går det bra att låta en ledare gå in och förklara läget). Informera om att alla är friska (om det stämmer), att ni har tvättat händerna innan och att ni kommer att samlas utanför affären och låta en av ledarna gå in och kolla läget med personalen innan ni går in allihopa. Tänk på att det kan finnas människor i affären som tillhör en riskgrupp som vill hinna gå ut innan ni kommer in. Om kiosken/affären säger nej så får ni inte besöka.
- Vid slutstädning ska de tagytor enligt signeringsdokumentet, matbord, byssa och toaletter (utöver sedvanliga städrutinen) desinfekteras med hushållspapper och ytdesinfektion (minst 60% alkohol). Signera i dokumentet.
- Detta dokument samt ett dagsschema rörande ytdesinfektionsrutiner för byssa respektive övriga fartyget sitter i pärmen för riktlinjer. Dessa ska skrivas ut och placeras i byssa samt anslagen plats.

### **Hantering av misstänkt smittad person ombord**

Om någon ombord får symtom som kan tyda på covid-19 (hosta, feber, andningsbesvär, snuva, nästäppa, halsont, huvudvärk, illamående, muskel- och ledvärk), kontakta sjukvårdsansvarig Sofie Naredi (073-3291234), om ej svar kontakta Jakob Naredi (073-6106708) eller kontaktperson i land för rådgivning. För att förhindra ryktesspridning och bemöta deltagarnas frågor ska ledare informera om vidtagna åtgärder och varför.

Personen ska isoleras i egen hytt (på Shamrock: enkelhytten i aktern. På Lina & Lova: i akterhytten på Lova) och samtliga tagytor desinfekteras omedelbart enligt ovan. Alla ombord ska omgående tvätta händerna i tvål och vatten. Personen får inte lämna rummet förutom för att gå på toaletten. Efter personens toalettbesök rengörs toalettens tagytor direkt efteråt av en ledare. Vid toalettbesök samt när hen ska evakueras, ska hen bära ett kirurgiskt munskydd för att begränsa smittspridning. Munskydden ligger i ett kuvert i respektive fartygs förbandslåda. Måltiderna ska serveras in till personen i hytten. Den som serverat maten ska omgående tvätta händerna med tvål och vatten. Den person som hämtar tillbaka disk från det isolerade rummet ska diska detta separat omgående samt efteråt tvätta händerna med tvål och vatten.

I samråd med landorganisationen och ansvarig skeppare, samt deltagarens/besättningsmedlemmens anhöriga ska personen evakueras från fartyget.

Hemtransport kan ske med:

1. Om möjligt för vårdnadshavare att ta sig med egen bil till brygga med bilförbindelse så är detta det bästa alternativet. Shamrocks servicebåt eller Lova får då ta sig dit för överlämning.
2. Om detta inte är möjligt ska 1177 Vårdguiden kontaktas för transport. Denna kan då behöva ske till en sjukvårdsinrättning där vårdnadshavare får möta upp.
3. I sista fall får vi åka med fartygen tillbaka till Skeppsholmen och avlämna personen till vårdnadshavare.

När personen har evakuerats till land ska samtliga tagytor, samtliga toaletter, byssa och matbord rengöras med ytdesinfektion. Alla ombord ska tvätta händerna med tvål och vatten. Ytdesinfektionen ska göras varje dag i fem dagar, sedan var tredje dag och vid slutstädning, enligt städinstruktionen ovan.

2020-05-15

Författat av Sofie Naredi, specialistsjuksköterska i akutsjukvård

Godkänt av Kristoffer Strandfeldt, Skeppsholmsgården

Källa: Folkhälsomyndigheten

**Bilaga 1 att skriva ut, plasta in och sätta upp på toaletter och i byssa:**

Undvik att bli smittad och att smitta andra:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/2fd2f1297c3a4b809acd85c8ac9e9668/undvik-smitta-a4-svenska.pdf>

Bilaga 2: Dagsschema rörande dokumentation för ytdesinfektion (Shamrock, Lina & Lova)

Bilaga 3: Utrustningslista gällande riktlinjerna i detta dokument.

(Ytdesinfektion, handdesinfektion, hushållspapper, kirurgiska munskydd).