
Ordningsregler på labb för att minska smittspridning av covid-19, Kemiska sektionen, 2020-08-19^a

Följande regler har upprättats enligt officiella rekommendationer och beslut från UU och Folkhälsomyndigheten. De ska tillämpas vid alla laborativa moment vid Kemiska sektionen.

ATT MINSKA RISKEN FÖR SMITTSPRIDNING ÄR ETT GEMENSAMT ANSVAR FÖR OSS ALLA! FÖLJ DESSA REGLER, VAR ALLTID MEDVETEN OM DIN OMGIVNING OCH HUR MAN KAN MINSKA SMITTRISKEN – TA HAND OM DIG SJÄLV OCH ANDRA I DIN OMGIVNING!

Detta dokument innehåller länkar till vidare information.

1. **STANNA HEMMA** om du är sjuk eller känner *minsta symptom* på förkylning, influensa eller luftvägsinfektion. Detta är det viktigaste sättet att förebygga smittspridning.
 - Vanliga symptom på covid-19 inkluderar: hosta, feber, andningspåverkan, snuva, nästäppa, halsont, huvudvärk, illamående, muskel- och ledvärk, förändrat eller förlorat lukt- eller smaksinne.

2. Håll **fysiskt avstånd (1,5 m) så mycket som möjligt**: på och utanför labbsalar, medan man laborerar och när man förflyttar sig inom labblokalerna. Undvik alltid trängsel! Om det verkar trångt utanför labbsalen vid ankomst, håll avstånd och vänta där det finns mindre folk.
 - Studenter som inte respekterar detta kan avvisas från labbet. I vissa fall kan användning av instrument och vistelse i mindre utrymmen begränsas till en person i taget. Labblärare och labbingenjörer kommer med instruktioner.

3. Kom ihåg **handhygien**: tvätta dina händer ofta med tvål och vatten. Detta ska göras precis innan eller när du (åter)kommer till labblokalen. Undvik även att röra ögon, näs och mun med händerna.
 - [Att tvätta händerna](#) är det effektivaste sättet att ta bort virus från händerna och minska risken på smittspridning. Tvätta händer i minst 20 sekunder. Handsprit är endast ett komplement och ersätter inte handtvätt. Handsprit ska användas restriktivt om den är tillgänglig.

4. **Munskydd** finns tillgänglig för de som vill bära (max 2 munskydd per person och dag).
- Observera att fysisk distansering förbli huvudrekommendationen för att minska smittspridning. Att bära munskydd är i nuläget inte en del av de allmänna rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten. Munskydd tillgängliggörs dock på labb för dem som vill bära dem.
 - **Om du väljer att bära munskydd måste detta göras ordentligt** – bär munskyddet i så fall kontinuerligt (hasa ej upp och ner) och undvik att röra det med dina händer. Se dokumentet [Do's and Don'ts for using masks från WHO för instruktioner](#).
 - Förbrukade munskydd måste slängas i de gula avfallslådor som avser kontaminerat avfall. Munskydd får inte slängas i vanliga soptunnor.



5. **Handskar** används vid behov för kemikaliehantering som vanligt, men kom ihåg: handskar skyddar händerna från att kontakt med farliga kemikalier, men **de kan ändå kontamineras av och sprida virus och bakterier, precis som dina bara händer!**
- Tänk på att använd handskar restriktivt fast utan att äventyra säkerhet, då handskar numera är en bristvara. Överförbrukning kan leda till brist på handskar och gör det omöjligt att genomföra vissa laborationer i fortsättningen.

^a Dessa regler har upprättats i enlighet med beslut av [Rektor](#) och [TekNat-fakulteten](#) samt rekommendationer från [Folkhälsomyndigheten](#).