

Leiðbeiningar fyrir sjúkráþjálfun og sambærilega starfsemi í COVID-19 faraldri

Sérhver stofa/starfsmaður er ábyrgur fyrir sóttvörnum á sínum stað og þarf að fylgja eigin verklagsreglum miðað við starfsemi og aðstæður í hverju sveitarfélagi á hverjum tíma.

Einstaklingar mega ekki koma til meðferðar ef þeir:

- a. Eru í sóttkví.
- b. Eru í einangrun (einnig meðan beðið er niðurstöðu sýnatöku).
- c. Hafa verið í einangrun vegna COVID-19 smits og ekki eru liðnir 14 dagar frá útskrift.
- d. Eru með einkenni (kvef, hósta, hita, höfuðverk, beinverki, þreytu, kviðverki, niðurgang o.fl.).

Þegar meðferð krefst nándar (minna en 1 metri í 15 mín eða lengur) er þjálfara skylt að nota grímu og gerð er krafa um að skjólstæðingar þeirra noti einnig grímur eins og hægt er. Rík áhersla er lögð á handþvott, handspritt og sótthreinsum snertiflata á milli einstaklinga.

Þjálfun á heimilum.

Heimilt er að veita þjálfun á hjúkrunarheimilum og innan velferðarþjónustu sveitarfélaga í samstarfi við stjórnendur heimila og dagdvala. Einnig er heimilt að veita þjálfun á einkaheimilum. Grímunotkun sjúkráþjálfara er skylda þegar meðferð krefst nándar. Gerð er krafa um að skjólstæðingar þeirra noti einnig grímur eins og hægt er

Hóþþjálfun.

Hóþþjálfun er heimil, en gæta þarf að eins metra reglu um nándarmörk og að hámarksfjöldi í sal miðast við að þessi regla haldi. Gæta þarf einnig að nándarreglu fyrir/eftir tímana og gæta að því að ekki myndist flöskuhálsar við inngang í sal. Hver gestur í sal er beðinn að strjúka yfir snertifleti að tækjanotkun lokinni.

Hóþþjálfun í vatni.

Heimilt er að hafa endurhæfingarlaugar opnar fyrir skilgreinda heilbrigðisþjónustu. Við hóþþjálfun í vatni þarf að gæta að 1 metra reglu um nándarmörk og að hámarksfjöldi í laug miðast við að þessi regla haldi. Gæta þarf einnig að nándarreglu fyrir og eftir tíma í laug og best að ekki fari allir ofan í og upp úr laug á sama tíma, þannig að 1 metra reglan haldi einnig í búningsklefa.