

# NORSK MASSASJEFORENING

for profesjonelle massører



## SMITTEVERN FAGLIG FORSVARLIG DRIFT I MASSASJEKLINIKKER

Oppdatert: 20. april 2020

### Målgruppe, formål og ansvar

- Veilederen gjelder for massasjeklinikker som driver helserelatert virksomhet og derfor er inkludert i §16g i Covid-19-forskriften.
- Målet er å begrense eksponering og spredning av koronaviruset.
- Hver klinikk har ansvaret for å tilpasse og gjennomføre av smitteverntiltakene, og vurdere hvilke behandlinger som kan tilbys.

### Krav til leder i massasjeklinikker

- Leder skal sørge for systematisk styring av virksomheten, herunder at virksomheten ivaretar grunnleggende krav til smittevern.
- Leder skal sørge for at ansatte har nødvendig kunnskap om gjeldende smittevernråd og legge til rette for at disse kan følges.

### Hvordan smitter koronavirus?

- **DRÅPESMITTE:** Viruset smitter først og fremst via dråper fra luftveiene til en smittet person, når vedkommende prater, hoster eller nyser. Slike dråper faller raskt til bakken, normalt innen to meter.
- God avstand og hostehygiene er avgjørende tiltak mot dråpesmitte.
- **KONTAKTSMITTE:** Viruset kan også smitte ved at man får virus på hendene og derfra overføres det til slimhinner i øyne, nese eller munn.
- God håndhygiene og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontaktsmitte.

## Oppmøte og avstand i lokalene

- Alle ansatte må vurdere egen helsetilstand med hensyn til symptomer på akutt luftveisinfeksjon, og unngå å gå på jobb hvis de tror de kan være syke. Ansatte skal forlate arbeidsstedet umiddelbart dersom de utvikler infeksjonssymptomer.
- Kunder som har symptomer på eller har konstatert luftveisinfeksjoner, er hjemmeisolert eller i hjemmekarantene, skal ikke behandles eller komme inn i klinikken. Informasjon om dette bør gis både ved timebestilling og i SMS-påminnelse om timeavtalen.
- Det bør tilrettelegges for 2 meters avstand mellom personer som oppholder seg i lokalene. Dersom det er vanskelig å tilrettelegge for avstand, bør det vurderes å omstrukturere driften. Dette kan for eksempel gjøres ved at de ansatte jobber til forskjellige tider eller ved å legge inn pauser mellom hver kunde. Ommøblering eller å sette opp fysiske barrierer kan vurderes.

## Personlig hygiene og fysisk kontakt

- Unngå håndhilsning og annen unødvendig fysisk kontakt. Dette omfatter spesielt nær ansikt-til-ansikt kontakt.
- Det må tilrettelegges for håndhygiene, enten håndvask eller hånddesinfeksjon, både for ansatte og kunder.
- Behandlere skal unngå bruk av ringer, klokker og lignende smykker som kan medføre dårligere håndhygiene.
- Vurder hvilke felles berøringspunkter som finnes i virksomheten og om kontakten kan reduseres, eks. kontantløs betaling, automatisk døråpner m.m.
- Utstyr som er brukt rengjøres/desinfiseres som normalt mellom hver kunde.
- Hvis en kunde utvikler symptomer på akutt luftveisinfeksjon under behandling skal pasienten få på seg munnbind og behandling avsluttes.

## Venterom

- Heng opp informasjon til kunder og ansatte om råd for å unngå smitte.
- Kunder bør gjennomføre håndvask/hånddesinfeksjon når de ankommer lokalet og etter at behandlingen er ferdig.
- Legg til rette for at så få personer som mulig oppholder seg i venteområdet samtidig. Vurder å legge inn en pause mellom hver pasient, slik at kunder ikke trenger å bruke venterom.
- Er det flere kunder i venterommet samtidig bør det sørges for anbefalt avstand. Avstand kan f.eks. markeres med tape på gulvet.
- Ommøbler lokalet hvis nødvendig.
- Unngå gjenstander/kontaktpunkter i venteområder og i lokaler for øvrig som ikke er nødvendige for driften, slik som for eksempel lesestoff.
- Unngå servering av mat og drikke.

## Rengjøring

- Det anbefales daglig rengjøring og utlufting av lokalet. Ordinære rengjøringsmidler kan benyttes. Lokale renholdsrutiner bør gjennomgås med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov og om det er behov for å gjøre tilpasninger.
- Dørhåndtak, toaletter, vaskeservanter, betalingsterminaler, trappegelendre, armlener og andre gjenstander eller kontaktflater som berøres ofte, bør rengjøres hyppig.
- Vær ekstra oppmerksom på hygiene rundt kjøkken/spiserom. Håndhygiene skal utføres før og etter at ansatte benytter kjøkken/spiserom.
- Håndtering av tekstiler og avfall følger ordinære rutiner for helsevirksomheten. Følg ordinære rutiner for avfallshåndtering.

## Bruk av beskyttelsesutstyr

- Virksomhetens normale rutiner for bruk av beskyttelsesutstyr følges. Det er ikke smittevernaglig behov for beskyttelsesutstyr i kontakt med en pasient som ikke har mistenkt eller bekreftet Covid-19, med mindre det gis spesifikke råd om dette fra kommunelegen.
- Virksomheter bør ha tilgjengelig munnbind (klasse I). Dersom en pasient/bruker eller behandler/ansatt utvikler symptomer på akutt luftveisinfeksjon under behandlingen/konsultasjonen bør personen ta på seg munnbind og behandlingen avsluttes. Dersom virksomheten velger å bruke ansiktsmaske eller annet som dekker munn og nese er følgende viktig:
  - Bruk av munnbind og/eller ansiktsmaske erstatter IKKE andre smitteforebyggende råd om hånd- og hostehygiene, å holde seg hjemme ved symptomer på luftveisinfeksjon og å opprettholde avstand mellom personer der det er mulig.
  - Unngå å berøre munnbindet med hendene når det er på, uten at hendene først er vasket eller desinfisert.
  - Vær nøye med håndvask både før og etter munnbind tas på, og straks etter at det er tatt av. Kast brukte engangsmunnbind i vanlig husholdningsavfall.

## Anbefaling fra Norsk Massasjeforening

- For å unngå dråpesmitte anbefaler vi at man unngår behandling av hode, ansikt, hals og bryst når kunden ligger på ryggen. Vi ønsker ikke å være ansikt-til-ansikt med kunden på så kort avstand over tid.