

# GRYPA PTAKÓW

## INFORMACJA DLA POPULACJI OGÓLNEJ ORAZ OSÓB ZAWODOWO NARAŻONYCH NA KONTAKT Z CHORYMI ZWIERZĘTAMI

GRYPA PTAKÓW jest chorobą wirusową, wywołaną przez wirusy grypy typu A, która dotyka w głównie ptaki (zarówno drób jak i ptaki dzikie).

Zakażenia ptaków mogą być wywoływane przez wirusy grypy wysoce zjadliwej (ang. *Highly Pathogenic Avian Influenza* – HPAI) np. A(H5N1)) oraz wirusy o niskiej zjadliwości (ang. *Low Pathogenic Avian Influenza* – LPAI).

Wirusy HPAI, szczególnie podtyp H5, są szeroko rozpowszechnione wśród ptactwa dzikiego w Europie. W ostatnich latach identyfikuje się także zakażenia A(H5N1) m.in. u ssaków dzikich np. fok, niedźwiedzi, lisów, wydr oraz ssaków futerkowych na fermach hodowlanych np. lisów i norek, czy u kotów domowych.

### Występowanie

Niektóre wirusy HPAI mogą powodować ciężką chorobę u ludzi, np: A(H5N1), A(H5N6) i A(H7N9) ze śmiertelnością do 50%.

Jak dotąd zakażenia ludzi wirusami HPAI są rzadkie (w praktyce ograniczone do Azji i Afryki, od 2023 r. także Ameryki). Od 2003 r. na świecie stwierdzono mniej niż 1000 przypadków zakażeń człowieka wirusami podtypu H5N1. Przypadki dotyczyły osób narażonych bezpośrednio na kontakt z zakażonym ptactwem, chorym lub martwym, albo ze skażonym wirusami środowiskiem.

Pomimo dużej liczby przypadków grypy ptaków wśród drobiu hodowlanego i dzikiego ptactwa w UE (w tym w Polsce) jak dotąd nie zidentyfikowano w regionie UE infekcji objawowej u ludzi.

Wirusy grypy ptaków krążące wśród ptactwa w Europie są dobrze zaadaptowane do ptasich gospodarzy, ale od kilku lat w materiale genetycznym tych wirusów odnotowywane są mutacje, które mogą zwiększać ich potencjał zoonotyczny (tzn. ryzyko zagrożenia dla zdrowia człowieka).

W ostatnich latach identyfikuje się zakażenia A(H5N1) m.in. u ssaków. W 2024 r. zidentyfikowano kilka łagodnie przebiegających zakażeń u ludzi na farmach bydła mlecznego w kilkunastu stanach USA. W gospodarstwach tych zidentyfikowano zakażenie u bydła.

### Zakażenie

**Możesz zakażyć się wirusem grypy ptaków, jeśli:**

- masz bliski, bezpośredni kontakt z zakażonymi żywymi/padłymi ptakami, ew. zakażonymi ssakami,
- masz kontakt z wydalinami i wydzielinami zakażonego drobiu/dzikich ptaków oraz zanieczyszczonymi powierzchniami np.:
  - dotykasz chorych/martwych ptaków, podczas uboju/utyliczacji tusz ptaków,
  - dotykasz powierzchni skażonych wirusem w gospodarstwie,

- masz kontakt z aerozolem powstającym podczas oczyszczania pomieszczeń gospodarstwa itp.
- masz kontakt z surowym mięsem ptaków zakażonych pozyskanym poza nadzorem weterynaryjnym (ubój, patroszenie i porcjowanie mięsa w domowych warunkach, „mokre targi w Azji”).
- Nie odnotowano zakażenia ludzi wirusem grypy ptaków drogą pokarmową.
- Nie odnotowano transmisji zakażenia z chorego człowieka na inne osoby.

Wirusy grypy ptaków giną w temperaturze 60-70°C (ulega on zniszczeniu w wyniku pasteryzacji). W zbiornikach wodnych, często zakażonych przez ptaki wodne, wirus zachowuje zakaźność nawet przez 4 dni w 22°C i ponad 30 dni w 0°C.

**Zakażenie wirusami grypy ptaków u ludzi wywołuje objawy podobne do objawów „zwykłej” grypy. Są to:**

- gorączka lub stan podgorączkowy
- złe samopoczucie
- bóle głowy
- bóle mięśni, stawów
- kaszel
- ból gardła
- zapalenie spojówek
- duszność
- biegunka
- objawy neurologiczne

**Ocena ryzyka ECDC, WHO i CDC co do wpływu wirusów grypy ptaków na zdrowie ludzi:**

- ryzyko zakażenia dla populacji ogólnej oceniane jest jako niskie,
- ryzyko zakażenia dla osób zawodowo czy w inny sposób mających kontakt z ptactwem/innymi zwierzętami oceniane jest jako niskie do umiarkowanego.

## Zalecenia

**Jeśli masz kontakt z ptakami (żywymi lub martwymi) lub innymi zwierzętami albo podróżujesz do regionów, w których odnotowuje się przypadki zachorowań na gripę ptaków u ludzi:**

- unikaj bezpośredniego kontaktu z drobiem chorym, padłym ptactwem dzikim oraz przedmiotami, na których znajdują się ślady ptasich odchodów,
- unikaj dotykania chorego lub martwego ptactwa bez zabezpieczenia w środki ochrony osobistej (zawsze zakładaj: fartuch/kombinezon, rękawice, maski ochronne FFP3, gogle, ochraniacze obuwia, czepek na głowę),
- stosuj rutynowe zasady higieny osobistej takie jak: częste mycie rąk ciepłą wodą z mydłem, w szczególności po przyjeździe do domu, przed przygotowaniem/spożyciem posiłku, po kontakcie ze zwierzętami, po skorzystaniu z toalety itd.,
- unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi,

- przestrzegaj higieny kaszlu i kichania (w czasie kaszlu lub kichania zakryj usta i nos chusteczką oraz natychmiast wyrzuć zużytą chusteczkę do kosza; gdy nie masz chusteczki kasłaj lub kichaj w zgięcie łokcia),
- spożywaj tylko żywność poddaną właściwej obróbce termicznej (gotowaną, pieczoną, duszoną, dobrze wysmażoną),
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt z podejrzanymi o zakażenie lub chorymi ptakami (jesteś lekarzem weterynarii, hodowcą drobiu, dokonujesz uśmiercania chorych ptaków, wykonujesz dezynfekcję pomieszczeń gospodarczych, jesteś myśliwym, zajmujesz się ochroną dzikich ptaków), stosuj odpowiednie środki ochrony osobistej (w szczególności fartuchy/kombinezony, rękawice, maski ochronne FFP3 i gogle, ochroniacze obuwia),



Źródło: <https://www.cdc.gov/flu/avianflu/prevention.htm>

- zgłaszaj obecność padłych ptaków/innych zwierząt do właściwych lokalnych służb porządkowych (np. straż gminna, policja, powiatowy lekarz weterynarii),
- stosuj się do zaleceń miejscowych służb sanitarnych oraz lekarzy, a także do zaleceń organów Inspekcji Weterynaryjnej, służb ochrony środowiska na terenach występowania ognisk zakażeń wśród ptaków w Polsce i za granicą,
- szczep się regularnie co roku przeciwko grypie sezonowej - może zmniejszyć to ryzyko zmienności wszelkich, w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz uchronić przed ciężkim przebiegiem zakażenia (rekomendacja WHO oraz ECDC),
- dbaj o bezpieczeństwo zwierząt domowych - w 2023 r. wystąpiło ognisko grypy ptaków wśród kotów domowych w kilku województwach w Polsce, dlatego:
  - po przyjeździe do domu od razu zabezpieczaj buty przed dostępem zwierząt domowych
  - czyść/dezynfekuj obuwie każdorazowo po powrocie do domu
  - zachowuj warunki higieniczne przy przygotowaniu posiłków dla zwierząt domowych

- jeśli u zwierzęcia domowego pojawią się nietypowe objawy choroby, zgłoś się z nim niezwłocznie do lekarza weterynarii
- jeśli pojawiają się u ciebie niepokojące objawy grypopodobne (albo inne nietypowe, w tym neurologiczne) – zgłoś się do lekarza i poinformuj go o kontakcie z chorym/padłym ptactwem lub innym zwierzęciem.

Więcej informacji

Tutaj znajdziesz więcej informacji nt. grypy ptaków u zwierząt i ludzi w krajach UE oraz na świecie:

- <https://www.wetgiw.gov.pl/nadzor-weterynaryjny/grypa-ptakow>
- <https://www.piwet.pulawy.pl/komunikaty/3>
- <https://www.ecdc.europa.eu/en/avian-influenza-humans/facts>
- <https://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/avian-influenza>
- [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/influenza-\(avian-and-other-zoonotic\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/influenza-(avian-and-other-zoonotic))
- <https://www.woah.org/en/disease/avian-influenza/#ui-id-2>
- <https://www.cdc.gov/flu/avianflu/avian-flu-summary.htm>



Źródło: <https://www.wetgiw.gov.pl/nadzor-weterynaryjny/zasady-ochrony-drobieu-przed-grypa-ptakow>



## Wytyczne dla hodowców/właścicieli i pracowników ferm zwierząt oraz dla osób mających kontakt ze zwierzętami wrażliwymi na zakażenie wirusami grypy ptaków – przed sezonem infekcyjnym

### Występowanie

Grypa to ostre wirusowe zakażenie dróg oddechowych, wywoływane przez wirusy grypy. Co sezon występują fale epidemiczne, dotykające znaczną część społeczeństwa - zakażenia występują najczęściej w okresie od października do kwietnia, a szczyt zachorowań w Polsce przypada od stycznia do marca.

Grypa powoduje zachorowania u ludzi w każdej grupie wiekowej i zawodowej. Pomimo tego, że u zdrowych osób rzadko dochodzi do poważnych powikłań, osoby w grupach ryzyka mogą bardzo ciężko chorować. Corocznie rejestrowane są również zgony z powodu grypy.

Wirus grypy jest bardzo zaraźliwy, przenosi się szybko i łatwo drogą kropelkową podczas mówienia, kichania, kaszlu lub poprzez kontakt z zanieczyszczonymi powierzchniami.

Zwierzęta tj. ptaki i niektóre ssaki również chorują z powodu wirusów grypy. Wśród ptactwa rozpowszechnione są wirusy grypy ptasiej typu A, natomiast dane epidemiologiczne wskazują na możliwość wystąpienia zakażeń wirusami grypy różnych typów również u ssaków. Dlatego szczepienia przeciwko grypie sezonowej u osób mających kontakt ze zwierzętami jest niezwykle istotne w zapobieganiu powstawania nowych mutacji wirusów grypy

### Zalecenia:

- szczep się corocznie przeciw grypie przed sezonem infekcyjnym – optymalnie w okresie od września do grudnia – jest to najskuteczniejsza metoda uniknięcia zachorowania na grypę i związanych z nią powikłań
- jeśli nie możesz zaszczepić się przed sezonem infekcyjnym – szczepienie możesz wykonać w dowolnym momencie przez cały sezon epidemiczny
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt ze zwierzętami - szczep się na regularnie przeciw grypie sezonowej - szczepienie to może zmniejszyć ryzyko powstawania nowych wariantów w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz uchronić przed ciężkim przebiegiem zakażenia (rekomendacja WHO oraz ECDC)
- zawsze stosuj rutynowe zasady higieny osobistej takie jak: częste mycie rąk ciepłą wodą z mydłem, a w przypadku gdy nie jest to możliwe użyj środka dezynfekującego na bazie alkoholu - zmniejsza to ryzyko zakażenia przenoszonego przez ręce zanieczyszczone wirusami grypy
- w czasie kaszlu lub kichania zakryj usta i nos chusteczką oraz natychmiast wyrzuć zużytą chusteczkę do kosza; gdy nie masz chusteczki kaszaj lub kichaj w zgięcie łokcia
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt ze zwierzętami (jesteś: lekarzem weterynarii, hodowcą drobiu albo zwierząt futerkowych, pracownikiem ogrodu zoologicznego, dokonujesz uśmiercania chorych zwierząt, wykonujesz dezynfekcję pomieszczeń gospodarczych, jesteś myśliwym, zajmujesz się ochroną dzikich ptaków itp.) - stosuj odpowiednie środki ochrony osobistej w czasie wykonywania pracy (w szczególności fartuchy/kombinezony, rękawice, maski ochronne FFP3 i gogle, ochroniacze obuwia, czepek na głowę) – unikniesz przeniesienia drobnoustrojów ze zwierząt na ludzi i odwrotnie
- unikaj bliskiego kontaktu z chorymi osobami i zwierzętami

- jeśli pojawią się u Ciebie objawy takie jak: wysoka gorączka, dreszcze, bóle mięśni/kości i stawów, uczucie osłabienia, katar, kaszel, ból gardła, nudności/wymioty, biegunka czy objawy neurologiczne - zgłoś się do lekarza, jeśli miałeś kontakt z chorymi zwierzętami
- poinformuj lekarza, podczas leczenia pozostań w domu, unikaj skupisk ludzi i masowych zgromadzeń.

### Więcej informacji

Tutaj znajdziesz więcej informacji nt. grypy oraz zakażeń wirusami grypy ptaków i zalecanej profilaktyce:

- <https://www.gov.pl/web/gis/grypa-sezonowa>
- <https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepionki/grypa/>
- <https://www.gov.pl/web/gis/obowiazek-zapewnienia-szczepien-ochronnych-przez-pracodawce--informacja>
- <https://www.gov.pl/web/gis/szczepienie-przeciwno-grypie-profilaktyka-na-start>
- <https://www.wetgiw.gov.pl/web/gis/grypa-ptakow>
- <https://www.wetgiw.gov.pl/nadzor-weterynaryjny/grypa-ptakow>
- <https://www.piwet.pulawy.pl/komunikaty/3>

**Wspólne zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego, Głównego Lekarza Weterynarii,  
Dyrektora Instytutu Medycyny Pracy i Dyrektora Centralnego Instytutu Ochrony  
Pracy-Państwowego Instytutu Badawczego  
na temat działań, których celem jest ochrona osób, w tym pracowników, zawodowo  
narażonych na kontakt z wysoce zjadliwymi wirusami grypy ptaków**

Warszawa 15.04.2025 r.

Polska jest krajem z największą produkcją drobiarską w UE, co wiąże się z istotnie większym prawdopodobieństwem wystąpienia ognisk grypy ptaków wśród ptaków jak i narażenia człowieka. Polska jest także krajem wzmożonej migracji ptactwa dzikiego, co może sprzyjać kumulowaniu się wysoce zjadliwych wirusów grypy ptaków (ang. Highly Pathogenic Avian Influenza, HPAI) w środowisku naturalnym. Istotnym elementem ryzyka epidemiologicznego są inne miejsca, w których może być utrzymywany drób i inne gatunki zwierząt oraz miejsca narażone na kontakt z ptakami dzikimi, np. ферmy zwierząt futerkowych, schroniska dla zwierząt. Niektóre wirusy grypy ptaków mogą powodować ciężką chorobę także u ludzi, z wysoką śmiertelnością. Szczegółowe informacje dot. występowania ognisk grypy ptaków u drobiu hodowlanego i ptaków dzikich dostępne są na stronie Głównego Inspektoratu Weterynarii<sup>1</sup>.

Wg FAO/WHO/WOAH/ECDC/CDC<sup>2</sup> ryzyko zakażenia wirusami grypy pochodzenia odzwierzęcego dla populacji ogólnej ocenia się jako niskie, ryzyko zakażenia dla osób zawodowo czy w inny sposób mających kontakt z chorymi lub martwymi zwierzętami (drobiem, dzikim ptactwem, innymi zwierzętami gospodarskimi) czy skażonym przez zwierzęta środowiskiem ocenia się jako niskie do umiarkowanego, w zależności od rodzaju narażenia, czasu trwania narażenia, konsekwentnego i właściwego stosowania środków ochrony osobistej oraz stosowania innych środków reagowania, łagodzenia skutków i kontroli, szczególnie w środowiskach w których przebywają zwierzęta.<sup>3</sup>

**Wśród osób zawodowo narażonych na zakażenie HPAI są przede wszystkim:**

- pracownicy miejsc, w których jest utrzymywany drób i inne gatunki zwierząt oraz miejsc narażonych na kontakt z ptakami dzikimi, np. ферmy zwierząt futerkowych, schroniska dla zwierząt itp.
- osoby mające kontakt z przyzagrodowymi hodowlami drobiu lub ptakami utrzymywanymi w niewoli
- pracownicy służb zaangażowanych w zwalczanie ognisk grypy ptaków np. lekarze weterynarii, personel firm utylizujących zwłoki zwierząt, i przeprowadzających dezynfekcję gospodarstw rolnych, firm transportowych kontaktujących się z fermą w obszarach objętych ograniczeniami
- pracownicy ubojni drobiu
- personel zakładów leczniczych dla zwierząt
- pracownicy służb i innych instytucji podejmujących martwe dzikie ptaki ze zbiorników wodnych
- pracownicy ogrodów zoologicznych
- myśliwi
- pracownicy służb ochrony dzikiej przyrody.

**Kluczowym obecnie elementem systemu zapobiegania transmisji wirusów grypy ptaków na osoby narażone zawodowo jest właściwe postępowanie w zakładach pracy, których pracownicy są narażeni na kontakt z zakażonymi zwierzętami lub zanieczyszczonym przez te wirusy środowiskiem.**

---

<sup>1</sup> <https://www.wetelw.gov.pl/nadzor-weterynaryjny/grypa-ptakow>

<https://www.piwet.pulawy.pl/komunikaty/3>

<sup>2</sup> FAO - Organizacja Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa, WHO - Światowa Organizacja Zdrowia, WOAH- Światowa Organizacja Zdrowia Zwierząt, ECDC- Europejskie Centrum do spraw Zapobiegania i Kontroli Chorób, CDC- Centrum do spraw Zapobiegania i Kontroli Chorób w USA

<sup>3</sup> Updated joint FAO/WHO/WOAH public health assessment of recent influenza A(H5) virus events in animals and people Assessment based on data as of 18 November 2024, 20 December 2024

[https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/communicable-disease-threats-report-week-3-2025\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/communicable-disease-threats-report-week-3-2025_0.pdf)  
<https://www.cdc.gov/bird-flu/spotlights/h5n1-response-01142025.html>

Szczegółowe wymagania w zakresie ochrony pracowników ekspozowanych na czynniki biologiczne zostały określone w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 22 kwietnia 2005 r. w sprawie szkodliwych czynników biologicznych dla zdrowia w środowisku pracy oraz ochrony zdrowia pracowników zawodowo narażonych na te czynniki<sup>4</sup>.

**Zgodnie z ww. rozporządzeniem pracodawca ma m.in. obowiązek:**

- stosowania wszelkich dostępnych środków zapobiegawczych eliminujących lub ograniczających stopień zagrożenia ze strony szkodliwych czynników biologicznych (do tej grupy obowiązków można zaliczyć profilaktykę w postaci szczepień ochronnych)
- ograniczania liczby pracowników narażonych lub potencjalnie narażonych na działanie szkodliwego czynnika biologicznego
- zapewnienia pracownikom środków ochrony zbiorowej lub w przypadku gdy w inny sposób nie można uniknąć narażenia, środków ochrony indywidualnej, odpowiednich do rodzaju i poziomu narażenia.

**Z uwagi na możliwość dojścia do zakażenia czynnikami biologicznymi (wirusami grypy ptaków) poprzez:**

- bezpośredni kontakt z zakażonymi zwierzętami
- kontakt z wydalninami i wydzielinami zakażonych zwierząt oraz zanieczyszczonymi powierzchniami
- kontakt z bioaerozolem powstającym podczas oczyszczania pomieszczeń gospodarstwa itp.

**w opinii Instytutu Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi wśród podstawowych środków profilaktycznych należy wymienić przede wszystkim:**

- zapewnienie odpowiednich do prowadzonej działalności środków technicznych uwzględniających sprawne systemy wentylacyjne oraz ich konserwację zgodnie z obowiązującymi przepisami
- zmianę ubrań na robocze w miejscu realizacji zadania (najlepiej z wydzieloną i wyposażoną szatnią)
- rozdział odzieży roboczej od prywatnej
- odpowiednie postępowanie z odzieżą roboczą wielokrotnego użytku, w tym pranie z dezynfekcją zapewnione przez pracodawcę w wyspecjalizowanej pralni lub stosowanie odzieży roboczej jednorazowego użytku
- zapewnienie możliwości wzięcia prysznica po zakończeniu zmiany roboczej
- higieniczne mycie i dezynfekcja rąk po czynnościach związanych z kontaktem ze zwierzętami i przed wejściem do pomieszczeń socjalnych, sanitarnych i biurowych (w tym nadzór nad przestrzeganiem tych zasad przez pracowników)
- mycie i dezynfekcja rąk przed spożywaniem posiłków, pić napojów i paleniem wyrobów tytoniowych
- zapewnienie pracownikom dostępu do stanowisk do mycia rąk (najlepiej bezdotykowych), wyposażonych w mydło i czystą wodę oraz środek dezynfekujący (zawierający co najmniej 60% alkoholu)
- wprowadzenie zakazu przechowywania żywności i przedmiotów osobistych (m.in. odzież prywatna, telefony komórkowe, biżuteria, torby) w miejscach potencjalnie skażonych, w tym w szatniach/szafkach przeznaczonych na odzież roboczą i miejscach wyznaczonych do zakładania i zdejmowania środków ochrony osobistej
- zakaz wchodzenia w zabrudzonej odzieży roboczej do pomieszczeń socjalnych (jadalnia)
- utrzymywanie czystości w pomieszczeniach pracy, ze szczególnym uwzględnieniem pomieszczeń socjalnych i sanitarnych oraz powierzchni często dotykanych przez pracowników (np. klamki, dotykowe pokrętki w bateriach, czy włączniki elektryczne)
- stosowanie środków ochrony indywidualnej i odpowiednie postępowanie z nimi (zakładania, użytkowania i zdejmowania)
- po założeniu środków ochrony osobistej unikanie dotykania oczu, ust i nosa po dotknięciu jakiegokolwiek zanieczyszczonego materiału
- monitorowanie stanu zdrowia zwierząt, pracowników, w przypadku niepokojących objawów/zdarzeń skontaktowanie się odpowiednio z powiatowym lekarzem weterynarii lub/i państwowym powiatowym inspektorem sanitarnym.

---

<sup>4</sup> (Dz.U. 2005 nr 81 poz. 716 z późn. zm.)



Jednym z istotnych działań mających na celu ochronę zdrowia pracowników jest aktualizacja szkoleń pracowników w zakresie restrykcyjnego stosowania się do zasad higieny i innych środków profilaktycznych wszystkich osób mających zawodowo kontakt z zwierzętami zakażonymi wirusami grypy ptaków lub skażonym przez te zwierzęta środowiskiem.

Ważne też jest, aby pracodawcy nadzorowali stosowanie się pracowników do procedur postępowania i zasad higieny podczas wykonywania czynności zawodowych.

Rodzaje środków ochrony indywidualnej (PPE), które zgodnie z opinią Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego, powinny być stosowane przez pracowników w celu ochrony przed szkodliwymi czynnikami biologicznymi z grupy 3, zagrożenia należą do III kategorii zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/425 z dnia 9 marca 2016 r. w sprawie środków ochrony indywidualnej oraz uchylenia dyrektywy Rady 89/686/EWG. <sup>5</sup>

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Sprzęt ochrony układu oddechowego</b></p>        | <p>Zaleca się stosowanie jednocześnie obu niżej wymienionych rodzajów sprzętu ochrony układu oddechowego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• półmaska filtrująca klasy FFP2 lub FFP3 po uprzednim wykonaniu testu indywidualnego dopasowania do twarzy użytkownika (spełniająca wymagania normy PN-EN 149+A1:2010<sup>5</sup>),</li> <li>• półmaska wyposażona w filtry klasy P2 lub P3 (spełniające wymagania norm PN-EN 140:2001<sup>6</sup> i PN-EN 143:2021-07<sup>7</sup>),</li> <li>• pełna maska wyposażona w filtry klasy P3 (spełniające wymagania norm PN-EN 136:2001<sup>8</sup> i PN-EN 143:2021-07<sup>7</sup>),</li> </ul> <p>W przypadku stosowania półmasek filtrujących lub półmasek z filtrami należy zapewnić ich kompatybilność z goglami ochronnymi tak, aby zapewniona była szczelność przylegania do twarzy zarówno półmasek jak i gogli.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Odzież ochronna /częściowe ochrony ciała</b></p> | <p>Zaleca się stosowanie odzieży chroniącej przed czynnikami infekcyjnymi spełniającej wymagania normy PN-EN 14126:2005<sup>9</sup> dla jednego z niżej wymienionych typów:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• typ 3-B – odzież chroniąca przed działaniem skażonej cieczy w postaci strumienia,</li> <li>• typ 4-B – odzież chroniąca przed działaniem skażonej cieczy w postaci rozpylonej,</li> <li>• typ 6-B – odzież chroniąca przed przypadkowym ochlapaniem/opryskaniem cieczą.</li> </ul> <p>Ponadto korzystnym jest zastosowanie ochraniaczy na obuwiu spełniających wymagania normy PN-EN 14126:2005<sup>9</sup> dla jednego z niżej wymienionych typów:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• typ PB [3]-B – częściowa ochrona przed działaniem skażonej cieczy w postaci strumienia,</li> <li>• typ PB [4]-B – częściowa ochrona przed działaniem skażonej cieczy w postaci rozpylonej,</li> <li>• typ PB [6]-B – częściowa ochrona przed przypadkowym ochlapaniem/opryskaniem cieczą.</li> </ul> <p>Materiał stosowany w odzieży chroniącej przed czynnikami infekcyjnymi w postaci wirusów HPAI, w tym - w częściowych ochronach ciała, powinien charakteryzować się odpornością na</p> |

<sup>5</sup> PN-EN 149+A1:2010 Sprzęt ochrony układu oddechowego. Półmaski filtrujące do ochrony przed cząstkami. Wymagania, badanie, znakowanie

<sup>6</sup> PN-EN 140:2001/Ap1:2003 - Sprzęt ochrony układu oddechowego – Półmaski i ćwierćmaski – Wymagania, badanie, znakowanie

<sup>7</sup> PN-EN 143:2021-07 Sprzęt ochrony układu oddechowego – Filtry - Wymagania, badanie, znakowanie

<sup>8</sup> PN-EN 136:2001 Sprzęt ochrony układu oddechowego – Maski - Wymagania, badanie, znakowanie

<sup>9</sup> PN-EN 14126:2005 Odzież ochronna - Wymagania i metody badań dla odzieży chroniącej przed czynnikami infekcyjnymi

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          | <p>przenikanie skażonych cieczy pod wpływem ciśnienia hydrostatycznego zgodnie z ISO 16604<sup>10</sup>. Klasa ochrony wg PN-EN 14126:2005<sup>9</sup> powinna być dobrana na podstawie analizy ryzyka.</p> <p>Dodatkowo, na kombinezon ochronny w zależności od rodzaju wykonywanych czynności może być wskazane zastosowanie fartucha ochronnego wodoodpornego, spełniającego wymagania normy PN-EN 343:2019-04<sup>11</sup></p>                                                                                                                                                                              |
| <b>Rękawice ochronne</b> | <p>Rekomendowana podwójna ochrona<sup>12</sup>:</p> <p>Warstwa zewnętrzna: Rękawice całogumowe lub całotworzywowe zgodne z normami PN-EN ISO 374-5:2017-02<sup>13</sup> i PN-EN ISO 374-1:2017-01/A1:2018-09<sup>14</sup></p> <p>Rękawice chroniące przed wirusami powinny być testowane zgodnie z ISO 16604:2004<sup>15</sup> – metoda B</p> <p>Warstwa wewnętrzna: Rękawice medyczne zgodne z normami: PN-EN 455-1+A2:2025-03<sup>16</sup>, PN-EN 455-2:2024-10<sup>17</sup>, PN-EN 455-3:2024-03<sup>18</sup></p>                                                                                            |
| <b>Obuwie ochronne</b>   | <p>Szczelne obuwie całotworzywowe, model: C, D lub E, spełniający wymagania normy PN-EN 13832-3:2019-01<sup>19</sup>.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Ochrona oczu</b>      | <p>Zaleca się stosowanie dobrze dopasowanych, niewentylowanych lub pośrednio wentylowanych gogli ochronnych spełniających wymagania normy PN-EN ISO 16321-1:2022-10<sup>20</sup> (lub starszej normy PN EN 166:2005<sup>21</sup>) oznaczonych symbolem 3 (ochrona przed kroplami cieczy).</p> <p>Jeśli istnieje wysokie ryzyko rozprysku dużej ilości cieczy, należy rozważyć dodatkowo użycie osłony twarzy spełniającej wymagania normy PN-EN ISO 16321-1:2022-10<sup>20</sup> (lub starszej normy PN EN 166:2005<sup>21</sup>).</p> <p>Powyższe rekomendacje są zgodne z rekomendacją ECDC<sup>22</sup>.</p> |

Należy pamiętać, że stosowane środki ochrony indywidualnej muszą spełniać minimalne wymagania Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/425 z 9 marca 2016 r. w sprawie środków ochrony indywidualnej oraz uchylenia dyrektywy Rady 89/686/EWG oraz posiadać aktualne certyfikaty badania typu UE.

<sup>10</sup> ISO 16604:2004 Clothing for protection against contact with blood and body fluids Determination of resistance of protective clothing materials to penetration by blood-borne pathogens Test method using Phi-X 174 bacteriophage

<sup>11</sup> PN-EN 343:2019-04 Odzież ochronna -- Ochrona przed deszczem

<sup>12</sup> Interim Guidance for Employers to Reduce Exposure to Avian Influenza A Viruses for People Working with Animals

<https://www.cdc.gov/bird-flu/prevention/worker-protection-ppe.html#heading-uzykepvoz>

<sup>13</sup> PN-EN ISO 374-5:2017-02 Rękawice chroniące przed niebezpiecznymi substancjami chemicznymi i mikroorganizmami - Część 5: Terminologia i wymagania dotyczące ryzyka przenikania mikroorganizmów

<sup>14</sup> PN-EN ISO 374-1:2017-01/A1:2018-09 Rękawice chroniące przed niebezpiecznymi substancjami chemicznymi i mikroorganizmami - Część 1: Terminologia i wymagania dotyczące skuteczności w zakresie ryzyka chemicznego

<sup>15</sup> ISO 16604:2004 Odzież chroniąca przed kontaktem z krwią i płynami ustrojowymi – Wyznaczanie odporności materiałów odzieży ochronnej na przenikanie patogenów krwiopochodnych – Metoda badania z zastosowaniem bakteriofaga Phi-X 174

<sup>16</sup> PN-EN 455-1+A2:2025-03 Rękawice medyczne do jednorazowego użytku -- Część 1: Wymagania i badania na nieobecność dziur

<sup>17</sup> PN-EN 455-2:2024-10 Rękawice medyczne do jednorazowego użytku -- Część 2: Wymagania i badania dotyczące właściwości fizycznych

<sup>18</sup> PN-EN 455-3:2024-03 Rękawice medyczne do jednorazowego użytku -- Część 3: Wymagania i badania w ocenie biologicznej

<sup>19</sup> PN-EN 13832-3:2019-01 Obuwie chroniące przed substancjami chemicznymi -- Część 3: Wymagania w przypadku długotrwałego kontaktu z substancjami chemicznymi

<sup>20</sup> PN-EN ISO 16321-1:2022-10 Ochrona indywidualna oczu. Filtry chroniące przed oślnieniem słonecznym do zastosowań przemysłowych

<sup>21</sup> PN-EN 166:2005 Ochrona indywidualna oczu – Wymagania

<sup>22</sup> <https://www.ecdc.europa.eu/en/infectious-disease-topics/avian-influenza/prevention-and-treatment/protective-measures-and-options>

### Instrukcja bezpiecznego zdejmowania zużytego PPE<sup>23</sup>:

1. Zdejmij zewnętrzne rękawice ochronne, jeśli były noszone.
2. Zdejmij fartuch, jeśli był noszony, zdejmij ochraniacze na obuwie jeśli były noszone.
3. Wyczyść i zdezynfekuj obuwie ochronne.
4. Zdejmij obuwie ochronne.
5. Zdejmij kombinezon.
6. Zdejmij nakrycie głowy lub osłonę włosów jeśli były noszone.
7. Zdejmij osłonę twarzy i gogle ochronne, jeśli były noszone.
8. Zdejmij respirator (półmaskę, maskę).
9. Zdejmij rękawice jednorazowe.
10. Umyj ręce wodą z mydłem lub środkiem do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu.
11. Weź prysznic pod koniec zmiany roboczej.

### Zalecenia po zdjęciu PPE:<sup>24</sup>

- Sprzęt jednorazowego użytku po pracy należy zawsze szczelnie zapakować i przekazać do utylizacji.
- Wyczyść i zdezynfekuj wielorazowe środki ochrony osobistej po ich użyciu tj. odzież i obuwie wielorazowego użytku należy wstępnie oczyścić i zdezynfekować, np. obmyć i odkazić przez oprysk przy użyciu dopuszczonych środków działaniu wirusobójczym i szczelnie zapakować na czas transportu do miejsca, gdzie możliwe będzie dokładne odkażanie obuwia i pranie odzieży.
- W miejscu realizacji zadania należy zapewnić możliwość dezynfekcji bieżącej np. poprzez wykorzystanie opryskiwacza ręcznego lub odpowiedniej wielkości pojemnika oraz odpowiedniej ilości środka odkażającego o działaniu wirusobójczym albo jego roztworu roboczego, który może być po użyciu pozostawiony w środowisku (biodegradowalny).
- Odkazując sprzęt i/lub odzież wielorazowego użytku, należy przestrzegać wymagań określonych w przepisach o bezpieczeństwie i higienie pracy.
- Niedopuszczalne jest pozostawienie w miejscu realizacji zadania zużytej odzieży ochronnej, ochraniaczy, rękawiczek i innych przedmiotów, które były wykorzystywane podczas realizacji zadania.
- **Zwracaj uwagę na objawy choroby<sup>25</sup> podczas pracy z potencjalnie chorymi zwierzętami lub po kontakcie z skażonymi powierzchniami/materiałami. Kontynuuj obserwację pod kątem objawów przez 10 -14 dni po zakończeniu pracy. Jeśli zachorujesz, powiedz o tym swojemu przełożonemu i porozmawiaj z lekarzem.**

WHO oraz ECDC zalecają regularne szczepienie się osób narażonych na stałą ekspozycję na zwierzęta przeciwko grypie sezonowej jako przynoszące korzyści poprzez zmniejszenie ryzyka reasortacji wszelkich, w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz możliwość uchronienia przed ciężkim przebiegiem zakażenia.

W Polsce zgodnie z Komunikatem Głównego Inspektora Sanitarnego z dnia 31 października 2024 r. w sprawie Programu Szczepień Ochronnych na rok 2025<sup>26</sup> **szczepienie przeciwko grypie sezonowej jest szczepieniem zalecanym dla pracowników ferm drobiu oraz zwierząt futerkowych.**

Reasumując, wśród szeregu możliwości uchronienia się przed zakażeniem wirusami wysoce zjadliwej grypy ptaków mającymi swoje źródło w środowisku, w tym w rezerwuarze zwierzęcym, kluczową rolę odgrywają działania prewencyjne.

<sup>23</sup> Protect Yourself From H5N1 When Working With Farm Animals, CDC

<sup>24</sup> ZASADY OCHRONY BIOLOGICZNEJ OSÓB I ZWIERZĄT W ZWIĄZKU Z DZIAŁANAMI PODEJMOWANYMI NA OBSZARACH PODWYŻSZONEGO I WYSOKIEGO RYZYKA WYSTĄPIENIA WYSOCE ZJADLIWEJ GRYPY PTAKÓW U PTAKÓW DZIKICH – GIW 2023

<sup>25</sup> gorączka lub stan podgorączkowy, złe samopoczucie, zmęczenie, bóle głowy, bóle mięśni, stawów, katar, kaszel, ból gardła, zapalenie spojówek/zaczerwienienie oczu, duszność lub trudności w oddychaniu, biegunka, objawy neurologiczne

<sup>26</sup> wydane na podstawie art. 17 ust. 11 ustawy z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz. U. z 2024 r. poz. 924)

Dr n. med. Paweł Grzesiowski, Główny Inspektor Sanitarny

Lek. wet. Krzysztof Jażdżewski, Główny Lekarz Weterynarii

Prof. dr hab. n. med. Jolanta Walusiak-Skorupa, Dyrektor Instytutu Medycyny Pracy

Mgr Agnieszka Szczypińska, Dyrektor Centralnego Instytutu Ochrony Pracy - PIB