



# **Koronavirus (SARS-CoV-2) I COVID-19 bolest**

Dopuna  
smjernica organizatorima jedriličarskih  
natjecanja za klasu krstaš

**Verzija 1.0 – 31. svibanj 2020**

Coronavirus (SARR-CoV-2) i COVID-19 bolest  
Dopuna smjernica organizatorima jedriličarskih natjecanja za klasu krstaš  
Verzija 1.0 – 31. svibanj 2020 (NN)

## **Koronavirus (SARS-CoV-2) i COVID-19 bolest**

### **Dopuna smjernica organizatorima jedriličarskih natjecanja za klasu krstaš**

Izdanje

Hrvatski jedriličarski savez

Osječka 11

21000 Split

Verzija 1.0 – 31. svibanj 2020

Tel: +385 (0)21 345 788

Email: [hjs@hjs.hr](mailto:hjs@hjs.hr)

Web: <https://www.hjs.hr>

**Hrvatski jedriličarski savez (HJS)** je hrvatska krovna jedriličarska organizacija.

Međunarodni naziv za Hrvatski jedriličarski savez je **Croatian Sailing Federation**.

Osnovan je 1940., a obnovljen je 18. prosinca 1950. u Zagrebu.

Od međunarodnih organizacija, članom je Međunarodnog jedriličarskog saveza (World Sailing - WS, prije ISAF) i Europskog jedriličarskog saveza (European Sailing Federation (EUSAF)) od 2. veljače 1992. godine.

## Sadržaj

1. Uvod.....	4
2. Sažetak smjernica <i>WS Coronavirus (COVID-19) Guidance for Event Organizers</i>	
3. <i>for the Protection of the Health of Sailing Communities</i> .....	5
4. Procjena rizika u regatama klase krstaš.....	8
5. Plan zdravstvenog zbrinjavanja u kriznoj situaciji (COVID-19) za regate klase krstaš....	11
6. Nadzor i upravljanje slučajem COVID-19 bolesti na jedrilicama u utrkama krstaša.....	15
7. <b>Prilog</b> – Uzorak obrasca za praćenje kontakta (PLF).....	17

# 1. Uvod

Ove je smjernice izradio Hrvatski Jedriličarski Savez (HJS), kao odgovor na trenutnu pandemiju korona virusa (COVID-19) i podršku organizatorima jedriličarskih natjecanja u klasi krstaš. Ove su smjernice razvijene kao dopuna Smjernicama **Koronavirus SARS-CoV-2 i COVID-19 bolest - Smjernice organizatorima jedriličarskih natjecanja** dostupnih na: <https://www.hjs.hr> i **nije ih uputno koristiti ih bez pridržavanja preporuka iz glavnog dokumenta.**

Odgoda većine međunarodnih velikih jedriličarskih natjecanja dala je javno-zdravstvenim institucijama i svim sudionicima uključenim u organizaciji sportskih događanja, dodatno vrijeme za ublažavanje rizika uzrokovanih pandemijom COVID-19 bolesti. Kao rezultat toga, HJS je usmjeren na pomoć našoj jedriličarskoj zajednici u suočavanju s ovim novim izazovima u organizaciju planiranih regata. Kao dio naših stalnih napora za informiranje sportaša o utjecaju COVID-19, HJS nastavlja objavljivati najnovije informacije i zdravstvene savjete na našim web stranicama: <https://www.hjs.hr/>. Uz ove smjernice, u organiziranju jedriličarskih natjecanja preporuča se također i korištenje smjernica za organizaciju zdravstvene službe na jedriličarskim natjecanjima koje je objavio *World Sailing: World Sailing Medical Action Plan (MAP)* i *World Sailing Medical Response Recommendation for Event Organizers*, također dostupnim na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>.

Hrvatski jedriličarski savez zahvalan je na podršci pruženoj od Svjetske jedriličarske federacije (World Sailling) te drugih naših i stranih organizacija i agencija koje su sudjelovale u pripremi ovih Smjernica.

## 2. Sažetak smjernica *Koronavirus SARS-CoV-2 i COVID-19 bolest - Smjernice organizatorima jedriličarskih natjecanja (SOJN)*

COVID-19 je zarazna bolest koja se prenosi korona virusom (SARS-CoV-2) i koja može dovesti do teškog akutnog respiratornog sindroma i upale pluća. Prvi je put prijavljena u prosincu 2019. godine u Wuhanu u Kini. Virus je sada raširen globalno. Cjepivo trenutno nije dostupno a zdravstvene vlasti širom svijeta angažirane su na suzbijanju pandemije primjenom preventivnih mjera radi ograničavanja i usporavanja širenja prijenosa virusa. 30. siječnja 2020. godine, Generalni direktor *Svjetske zdravstvene organizacije* (WHO), nakon savjeta *Odbora za hitnost*, sazvanog u skladu s *Međunarodnim zdravstvenim propisima* (IHR 2005.), proglasio je trenutnu epidemiju COVID-19 zdravstvenom hitnošću od međunarodnog značaja. 11. ožujka 2020. godine, *Svjetska zdravstvena organizacija* proglasila je da je COVID-19 postao pandemija zbog brzine i razmjera prijenosa, a ne zbog težine bolesti.

Ovaj veliki javno-zdravstveni izazov zahtijeva usku suradnju međunarodnih agencija, vlada i organizatora sportskih natjecanja, kako bi se zaštitilo zdravlje sudionika i šire zajednice. Zbog nepredvidivog širenja trenutne pandemije došlo je do pogoršanja situacije u cijelom svijetu, što je dovelo do odgode *Olimpijskih igara Tokio 2020*. Organizatori igara *Tokyo 2020* i *Međunarodni olimpijski odbor* (IOC), odlučili su da će se *Olimpijske igre Tokyo 2020* održati od 23. srpnja do 8. kolovoza 2021.

Zbog ozbiljne zabrinutosti koju COVID-19 pandemija i njezin potencijalni rizik za javno zdravlje, izaziva, mnoge su vlade uvele međunarodna, nacionalna i lokalna ograničenja kretanja, što je organizatorima jedriličarskih natjecanja ostavilo malo izbora osim da se pridržavaju tih međunarodnih, nacionalnih i lokalnih ograničenja. No, valja naglasiti da je za organizatore natjecanja vrlo važno prihvatiti sve timove (i sportaše i prateće ekipe), ali i upravljati svim sumnjivim slučajevima zaraze, jer izbijanje epidemije koja može ugroziti mnoge, teško je kontrolirati (Stranica 7. SOJN).

Virus SARS CoV-2, uzročnik COVID-19 bolesti, prenosi se s čovjeka na čovjeka ponajprije putem kapljica od osobe sa COVID-19 bolešću kao i osoba u inkubacijskom razdoblju zaraženih virusom. Kad netko zaražen respiratornom bolešću poput COVID-19 kašlje ili kiše, time izbacuje male kapljice koje sadrže virus a koje padaju na okolne predmete i površine. Druge osobe zaraze se dodirivanjem tih predmeta ili površina a zatim dodirivanjem očiju, nosa ili usta, čime se virus unosi u organizam. Također, predmeti, površine ili ljudi mogu se kontaminirati ako ih se nakon kihanja ili kašljanja u ruke - dodiruje. Ljudi se također mogu zaraziti udisanjem kapljica koje osoba s COVID-19 bolešću ili osoba u inkubaciji iskašlje ili izdiše.

Standardnim mjerama zaštite i suzbijanja infekcije naglašena je vitalna važnost higijene ruku i *respiratorne etikete* za svaku osobu.

Veliki međunarodni sportski događaji poput velikih jedriličarskih regata smatraju se *masovnim okupljanjima*. Međutim, i natjecanja na nižim razinama mogu također odgovarati definiciji *masovnog okupljanja* WHO- a. Događaj se smatra *masovnim* okupljanjem ako je broj ljudi koje okuplja toliko velik da ima potencijal preopterećenja zdravstvenih resursa u zajednici u kojoj se održava. Prije organizacije samog natjecanja, posavjetujte se sa županijskim tijelima za javno zdravstvo da li će vašu regatu smatrati *masovnim okupljanjem*. Svako *masovno okupljanje* zahtijeva temeljito planiranje, koordinaciju i komunikaciju, a vaš zdravstveni tim za podršku regati kao i nadležne javno-zdravstvene institucije trebaju biti unaprijed obaviještene i pripremljene. (Stranica 12. SOJN)

Do službenog završetka pandemije COVID-19, svim organizatorima jedriličarskih natjecanja se savjetuje da svim sudionicima pruže opće informacije o COVID-19 bolesti i neophodnim preventivnim mjerama te da prije i tijekom događaja provedu odgovarajuće mjere probira, nadzora i ublažavanja rizika (Stranica 25. SOJN). Zdravstveni pregledi svih sudionika prije događaja uključujući i organizacijski tim obvezni su kako bi se osiguralo isključenje osoba s potencijalnim dodatnim rizicima (kronične i druge bolesti, lijekovi, stariji od 65 godina). Prije natjecanja svi sudionici trebaju dostaviti ispunjeni *PLF obrazac* (obrazac za praćenje kontakata) (**Prilog** - str 14). Njegova je svrha identificirati sudionike natjecanja koji će možda morati otkazati svoje sudjelovanje ili ih treba testirati na licu mjesta. Svrha obrasca jest i osigurati adekvatno upravljanje (sumnjivim) COVID-19 slučajevima od strane nadležnih zdravstvenih tijela (vidi tablicu na stranici 12.).

Treba razmotriti mogućnost da se svim sudionicima osigura svojevrsni *osobni preventivni komplet za sportaše*. Takav bi se *komplet* mogao sastojati od malih paketa jednokratnih maramica i plastičnih vrećica za odlaganje, malih plastificiranih letaka s ključnim informacijama o COVID-19 bolesti, kirurške maske za lice koju može nositi osoba koja se ne osjeća dobro (vrućica, kašalj, nedostatak daha), malih paketića higijenskih maramica na bazi alkohola, sredstva za čišćenje

ruku, malog paketa plastičnih čaša za jednokratnu upotrebu i termometra. Ako to nije moguće, organizatori bi trebali razmotriti mogućnost da barem za višednevne regate svaki tim dobije toplomjer i odgovarajući obrazac za upisivanje temperature sportaša (o čemu svakodnevno treba izvještavati zaduženog *Medicinskog časnika regate (CMO)*). (Stranica 46. SOJN).

Prije regate treba razviti strategiju komunikacije o riziku za COVID-19. Očekuje se da će takav sportski događaj privući značajnu medijsku pažnju u tom kontekstu, kao i da široko dostupni i sveprisutni društveni mediji omogućuju i netočne i nepotrebne dezinformacije (Stranica 27. SOJN). Nakon završetka regate i povratka sudionika svojim boravištima, organizatori bi trebali analizirati sve učinjeno i odlučiti o daljnjim postupcima ako su potrebni. (Stranica 47. SOJN).

### 3. Procjena rizika u regatama klase krstaš

Procjena rizika za svaki sportski događaj ključni je element u planiranju prioriteta. To je neprekidni proces koji bi se trebao odvijati kroz razdoblje koje vodi do samog događaja, kao i tijekom događaja, počevši od početnog koncepta smjernica/uputa sudionicima, i prestati tek nakon što je događaj završen i svi sudionici se vrate u svoja boravišta a mjere nakon događaja provedene, ukoliko su bile potrebne. Pažljivo pročitajte poglavlje 5, str. 13. SOJN-a. Natjecanja u jedrenju na olimpijskim klasama ili na daski uglavnom spadaju u kategoriju *vrlo niskog* i *niskog rizika*, ali sportska natjecanja na krstašima lako mogu upasti u *umjereni*, *visoki* ili čak *vrlo visoki rizik* (Matrica procjene rizika u kontekstu COVID-19 (*WHO Risk Assessment Matrix in the context of COVID-19*) dostupna je na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>).

HJS savjetuje vam da regatu provedete samo ako spada u kategoriju *vrlo niskog* ili *niskog rizika*

Iako specifična obilježja jedrenja, svojstvena jedriličarskom sportu (ili se kao takva mogu lako prilagoditi), čine jedrenje sportskom aktivnošću sigurnom za sudionike regata „malih klasa“, neki aspekti i uvjeti u natjecanjima krstaša imaju značajan potencijal za prijenos respiratornog virusa i značajan rizik za zdravlje posada. Jedan od ključnih elemenata koji čini jedrenje sportom na „malim klasama“ sigurnim, jest fizičko distanciranje svojstveno individualnom, ne-kontaktom sportu ili jedrenju u stalnom partnerstvu (dvojci ili trojci), gdje se druge preventivne mjere provode u „zatvorenom krugu“ koji uključuje ograničeni broj osoba.

Nažalost, na krstašima nedostaju ti ključni elementi prevencije COVID-19 bolesti, poput socijalnog distanciranja a mnogo veće posade provode vrijeme u neposrednoj blizini, dijeleći vrlo ograničen prostor na jedrilicama. Taj rizik ovisi i o broju članova posade, udaljenosti utrke od obale i vremenu koje će jedrilice provesti na moru bez pristupa medicinskoj pomoći na obali. No, zato se neki se drugi čimbenici koji mogu stvoriti rizik u drugim *masovnim okupljanjima* mogu lako izbjeći ili su već svojstveni jedriličarskom sportu na krstašima. Minimalno grupiranje ljudi u marinama, natjecanje na otvorenom, odsutnost kontakta s gledateljima i sucima, pristup samo registriranim sudionicima, mlađa dob sudionika, disperzirani smještaj u iznajmljenim kućama ili apartmanima, smještaj na svojim brodovima, individualna prehrana, način putovanja (automobili / kombiji s prikolicom) ili dolazak direktno na početak utrke brodovima, svi favoriziraju sigurnost jedriličarskog natjecanja na krstašima.



Ako je regata duža od razdoblja trajanja inkubacije COVID-19 bolesti (14 dana), očekuje se da će se većina slučajeva povezanih s regatom dogoditi dok je natjecanje u tijeku. Suprotno tome, tamo gdje je trajanje regate kraće, većina će se slučajeva vjerojatno dogoditi nakon regate, dok sudionici putuju ili se ne vrata svojim kućama.

Regate na krstašima razlikuju se u pogledu duljine plovidbe i stupnja izolacije na moru, tako da jedna metoda ublažavanja rizika neće odgovarati cijelom spektru utrka na krstašima. Glavni cilj mjera ublažavanja rizika koje bi organizatori trebali uspostaviti u regatama krstaša jest izbjeći da bilo koji sudionik razvije COVID-19 na moru i predstavlja opasnost po zdravlje za sebe ili prenese infekciju na ostatak posade. Stoga se ove smjernice odnose na posebne klase regata krstaša kako su definirane u Posebnim propisima WS koji reguliraju *offshore* utrke za jednotrupce (Mo) i višetupce (Mu): *World Sailing Offshore Special Regulations governing offshore racing for monohulls (Mo) & multihulls (Mu)*:

<b>Kategorija 0 (MoMu 0)</b> * - Trans-oceanske utrke, uključujući utrke koje prolaze kroz područja u kojima su temperature zraka ili mora vjerojatno niže od 5 ° C (41 ° F), osim privremenih, gdje jedrilice moraju biti potpuno samodostatne za vrlo produžene vremensko razdoblje, sposobne izdržati jake oluje i spremno dočekati ozbiljne izvanredne situacije bez očekivanja vanjske pomoći.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Kategorija 1 (MoMu1)</b> - utrke na velikim udaljenostima na otvorenom moru, gdje jedrilice moraju biti potpuno samodovoljne u dužem vremenskom razdoblju, sposobne izdržati jake oluje i spremne dočekati ozbiljne izvanredne situacije bez očekivanja vanjske pomoći.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Kategorija 2 (MoMu2)</b> - utrke sa produženim trajanjem duž obale ili nedaleko od obale ili u velikim nezaštićenim uvalama ili jezerima, gdje se od jedrilica zahtijeva visok stupanj samodostatnosti.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Kategorija 3 (MoMu3)</b> - utrke preko otvorenih voda, od kojih je većina relativno zaštićena ili je blizu obale.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Kategorija 4 (MoMu4)</b> - kratke utrke, blizu obale u relativno toplim ili zaštićenim vodama, koje se obično drže na dnevnom svjetlu.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

\* *Monohull / Multihull (jednotrupci/višetrupci)*

Utrke na Jadranu većinom se organiziraju u kategorijama 3. i 4. a tek pojedine utrke spadaju u kategoriju 2.

U svakom slučaju, rizik treba razmotriti u kontekstu poznatih značajki COVID-19 bolesti, njezine ozbiljnosti i mogućnosti prijenosa, kao i učinkovitosti mjera za sprečavanje ili smanjenje prijenosa u kontekstu kategorije utrke koju organizirate.

Za provođenje procjene rizika preporučuje se korištenje alata WHO za procjenu rizika - *Risk Assessment and Mitigation Measures Checklist for Mass Gatherings in the context of COVID-19 (WHO)*, dostupnog na <https://www.sailing.org/medical/index.php> Procjena uključuje ključne čimbenike rizika koji se trebaju uzeti u obzir u sportskim natjecanjima i sve ih je potrebno

Coronavirus (SARR-CoV-2) i COVID-19 bolest

Dopuna smjernica organizatorima jedriličarskih natjecanja za klasu krstaš

Verzija 1.0 – 31. svibanj 2020 (NN)

razmotriti zajedno s priloženim popisom mjera ublažavanja. Pažljivo slijedite upute i u procjeni rizika koristite datoteku *WHO COVID-19 Sports MG Risk Assessment Matrix* Excel document s matricom za odlučivanje dostupnim na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>. To će vam omogućiti da procijenite ključne sastavnice za organizaciju i / ili modifikaciju sportskog natjecanja i na taj način podijelite svoje rezultate procjene rizika od COVID-19 za regatu sa svim sudionicima, kao i sa širom zajednicom. Jedrenja na krstašima mogu spadati u kategoriju *niskog rizika* (ako se održavaju u jednom mjestu - start i povratak u istoj luci i samo s domaćim natjecateljima, ili u *umjereni rizik* ako uključuju nekoliko međunarodnih luka uplovljavanja i/ili međunarodne posade. Regate na krstašima mogu spadati čak i u kategoriju *visokog rizika* ako velika posada mora provoditi značajno vrijeme pod palubom (spavanje, odmaranje, itd.) jer iako je jedrenje na krstašima sport na otvorenom, taj značajni boravak pod palubom mijenja faktor *Stanje okoliša* (stavka br. 6. u tablici procjene rizika matrice rizika) na "u zatvorenom" i u "bliski kontakt" s posljedičnim visokim rizikom za prijenos infekcije. Također, neke mjere ublažavanja poput redovitog čišćenja i dezinfekcije površina i higijene ruku, vrlo teško se mogu ispravno izvesti u uvjetima jedrenja na krstašima. Svi ti elementi moraju se uzeti u obzir. Isto vrijedi i za mjere ublažavanja rizika pa neki vrlo važni i značajni postupci (faktori) na obali mogu biti praktično irelevantni na moru - na primjer, vozilo hitne pomoći. Neke je, poput izolacije u slučaju bolesti na brodu, nemoguće je izvesti.

**Procjena rizika za vaše natjecanje mora se uskladiti i integrirati s nacionalnom procjenom rizika za COVID-19 i trebala bi uključivati upute nadležnog Zavoda za javno zdravstvo, zajedno sa korištenjem tehničkih smjernica WHO-a i podacima o trenutnoj epidemiološkoj situaciji.**

## 4. Plan zdravstvenog zbrinjavanja u kriznoj situaciji (COVID-19) za regate klase krstaš

Treba razviti Plan zdravstvenog zbrinjavanja u slučaju COVID-19 kako bi se ublažili rizici identificirani procjenom rizika regate. Elitni sport vrlo je kontrolirano okruženje i organizatori bi trebali biti u mogućnosti razviti *Plan zdravstvenog zbrinjavanja u kriznoj situaciji (COVID-19) za regate klase krstaš (COVID-19 Plan)* na sveobuhvatan način.

Sve mjere smanjenja rizika zatražene od sudionika regate, trebaju biti jasno navedene u *Oglasu regate*. *Oglas regate* bi također trebao propisati postupak povlačenja iz utrke, ako bilo kada nakon starta, sudionik razvije COVID-19 simptome.

Neke mjere smanjivanja rizika biti će u nadležnosti Zavoda za javno zdravstvo, neke za medicinske službu same regate, a neke za timove koji u regati sudjeluju. Vaš *COVID-19 Plan* trebao bi navesti tko je odgovoran za provedbu koje mjere, koji je rok za provedbu te kako i tko će osigurati da mjere budu provedene. Prilikom izrade *COVID-19 Plana*, organizatori regate svakako bi trebali uzeti u obzir i Upute za organizaciju zdravstvene podrške jedriličarskim natjecanjima (*World Sailing Medical Action Plan*, kao i *World Sailing Guidance for Medical Support at Designated Regattas*, dostupne na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>).

Prilikom izrade *COVID-19 Plana* za vašu regatu, trebali biste započeti s uputama WS za organizatore regata tijekom COVID-19 pandemije (*WS Coronavirus (COVID-19) Guidance for Event Organizers for the Protection of the Health of Sailing Communities (CVGEO)*), dostupnim na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>, ispuniti njihove zahtjeve i tek onda prijeći na smjernice predstavljene u ovoj *Dopuni smjernica organizatorima jedriličarskih natjecanja za klasu krstaš*.

Plan bi trebao utvrditi koje mjere smanjenja rizika se mogu aktivirati za upravljanje rizikom i smanjenje vjerojatnosti njegove pojave ili utjecaja. Na temelju procjene rizika treba odrediti mjere za rješavanje svakog pojedinog faktora rizika. HJS vam preporučuje da primijenite mjere opisane u CVGEO i koristiti ih u svom *COVID-19 Planu*.

Zbog specifičnih uvjeta na krstašima, trebate uzeti u obzir sljedeće mjere smanjenja rizika:

Mjere smanjenja rizika		Kategorija utrke				
		0	1	2	3	4
A	Ograničeni broj članova posade			X*	X	X
B	Dobno ograničenje			X*	X	X
C	Izjava o zdravstvenom stanju			X	X	X
D	Zdravstveni probir			X	X	X
E	Pregled zdravstvene sposobnosti za jedrenje	X	X			
F	SARS CoV-2 testiranje posade	X	X	X**		
G	Samoizolacija prije utrke	X	X			
H	Praćenje zdravstvenog stanja tijekom utrke	X	X	X	X	X
I	Izravni dolazak na start utrke				X	X

\* ako nisu testirani

\*\* ako nisu testirani, tada dobna granica od 65 godina i ograničen broj posade

#### A. Ograničeni broj članova posade

Posebna pažnja treba se posvetiti smanjenju broja članova posade na minimalnu razinu **koja ne ugrožava sigurnost plovidbe** za pojedinu utrku. Posebnu pažnju također treba posvetiti distribuciji posade ispod i iznad palube kako bi se u pojedinim situacijama osigurala neophodna distanca (primjerice, kada je to potrebno - samo jedan član posade ispod palube). Ako brod nije napravljen/opremljen za sigurnu plovidbu sa smanjenim brojem članova posade, ne bi trebalo sudjelovati u utrci i regatni odbor mu ne smije dopusti sudjelovanje. Organizator utrke također ima mogućnosti uporabe i drugih mjera koje jedrenje sa manjim brojem posade mogu učiniti sigurnijim (npr. izbor jedra na brodu koji će se koristiti u utrci, korištenje autopilota, obaveza korištenja *roll-floka* itd.).

#### B. Dobno ograničenje za sudjelovanje u utrci

Starije osobe sa zdravstvenim tegobama/stanjima vezanim za dob, sklonije su komplikacijama COVID-19 bolesti u odnosu na mlade, stoga im treba zabraniti sudjelovanje u utrci zbog zaštite njihovog zdravlja i života.

Coronavirus (SARR-CoV-2) i COVID-19 bolest

Dopuna smjernica organizatorima jedriličarskih natjecanja za klasu krstaš

Verzija 1.0 – 31. svibanj 2020 (NN)

### **C. Izjava o zdravstvenom stanju**

Osobe s kroničnim zdravstvenim poremećajima ili one koje uzimaju medicinsku terapiju koja potencijalno ugrožava imunološki sustav (npr. Dijabetes, imunološka oštećenja itd.) sklonije su komplikacijama COVID-19 bolesti, stoga im treba zabraniti sudjelovanje u utrci zbog zaštite njihovog zdravlja i života. Svi sudionici regate trebaju dostaviti izjave svog obiteljskog liječnika o svom zdravstvenom stanju.

### **D. Zdravstveni probir**

Organizatori bi trebali razmotriti mogućnost zdravstvenog pregleda sudionika prije utrke na simptome COVID-19 (kašalj, groznica, otežano disanje). Probir se može organizirati u marini prije ukrcaja.

### **E. Pregled zdravstvene sposobnosti za jedrenje**

Sve posade koje sudjeluju u utrkama kategorije 0 ili 1, trebale bi imati sveobuhvatan liječnički pregled prije ukrcaja kako bi se isključio rizik od teških komplikacija COVID-19.

### **F. SARS CoV-2 testiranje posade.**

Sve posade koje sudjeluju u utrkama kategorije 0 ili 1 trebale bi se podvrgnuti testiranju s dva uzastopna brisa ždrijela RT-qPCR COVID-19 u 5-dnevnom intervalu. Ovo je važno zbog duge inkubacije virusa za koju se procjenjuje da za COVID-19 traje do pet dana. Drugi test treba obaviti na dan starta utrke (ako su rezultati testa dostupni istog dana) ili dan prije, ali rezultati trebaju biti dostupni prije početka regate. Oba testa trebaju biti negativna.

### **G. Samoizolacija prije utrke**

Posade koje sudjeluju u utrkama klase 0 i 1 trebale bi biti u samoizolaciji 14 dana prije utrke. Izolacija se može organizirati u jedriličarskom kampu ili čak na brodu, ali mora slijediti stroge mjere kako bi se spriječilo prenošenje virusa na samo-izoliranu posadu (kontakt s vanjskim pojedincima, sigurna distribucija zaliha, hrane i sl.) Iste mjere izolacije trebalo bi se strogo provoditi u lukama uplova nakon svake etape utrke, a posadu treba ponovno testirati na SARS CoV-2 virus s dva ispitivanja u razmaku od 5 dana.

### **H. Praćenje zdravstvenog stanja tijekom utrke**

Zdravlje posade mora se pratiti tijekom cijele utrke. Svi timovi trebaju svaki dan zabilježiti temperaturu članova posade, a bilo kakve vrućice iznad normalne, kao i simptomi respiratornih bolesti, trebaju se prijaviti glavnom zdravstvenom časniku utrke na obali.

#### **I. Izravni dolazak na start utrke**

Kako bi se izbjeglo grupiranje u luci/marini te izbjegli kontakti među jedriličarima različitih posada, organizatori mogu ograničiti pristup marini/luci za brodove koji sudjeluju u utrci, osim iz sigurnosnih razloga (npr. brodovi koji dolaze s velike udaljenosti i kojima je potreban odmor ili popravak broda ili opreme). Isto pravilo vrijedi i za brodove po završetku utrke i u svim lukama uplova tijekom utrke.

Organizatori bi trebali razmotriti može li se regata prilagoditi situaciji, npr. broj sudionika u regati mogao bi se smanjiti.

## 5. Nadzor i upravljanje slučajem COVID-19 bolesti na jedrilicama u utrkama krstaša

Organizatori utrke trebali bi uspostaviti odgovarajući *COVID-19 Plan* slijedeći smjernice predstavljene u *World Sailing Medical Action Plan (MAP)* kao i u *World Sailing Medical Response Recommendation for Event Organizers*, dostupnim na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>. World Sailing je objavio i tri ključna dokumenta (*Position papers*) s kriterijima koje treba ispuniti u organizaciji zdravstvenog zbrinjavanja za utrke krstaša: Sadržaj medicinskih kompleta, zdravstvena obuka i usluga telemedicinskog savjetovanja (*Medical Kit Inventory, Medical Training and Telemedical Advice Service - TMAS*) dostupnim na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>.

Organizatori utrke trebali bi osigurati da na svakom brodu ima dovoljno osobne zaštitne opreme (maske, rukavice), uzimajući u obzir čimbenike poput duljine utrke, veličine jedrilice i brojnosti posade. Kao što se savjetuje u navedenim dokumentima, organizatori utrka trebali bi osigurati kontakt s uslugama telemedicinske pomoći (TMAS) ako to nije na drugi način uređeno.

### Nadzor na brodu

Tijekom regate cilj nadzora je brza identifikacija relevantnih zdravstvenih događaja, izvještavanje o njima i odgovarajuće zbrinjavanje. Zdravlje posade mora se pratiti tijekom cijele utrke. Organizatori bi trebali osigurati da njihova zdravstvena služba, uključujući za to zadužene članove posade, mogu trijažirati i dalje usmjeriti zbrinjavanje sumnjivih slučajeva COVID-19 bolesti. Odgovorna osoba na brodu trebala bi imati jasne upute o prepoznavanju "tipičnih/alarmirajućih simptoma" COVID-19 bolesti, koje bi odmah trebalo prijaviti glavnom zdravstvenom časniku regate (CMO): **ako sportaši ili drugi sudionici razviju vrućicu, kašalj ili poteškoće s disanjem tijekom regate, važno je odmah potražiti liječničku pomoć i obavijestiti CMO ili drugu imenovanu medicinsku osobu o događaju.** On će obavijestiti nadležni Zavod za javno zdravstvo o sumnjivom slučaju.

### Sumnjivi slučaj COVID-19 na brodu

Ako se tijekom regate posumnja da netko ima COVID-19, onaj koji ga zbrinjava treba koristiti osobnu zaštitnu opremu (maska i rukavice). U skućenom prostoru jedrilice, osoba bi se trebala što je najbolje moguće izolirati ispod palube uz pristup samo osoba sa osobnom zaštitnom

opremom. Jednom otkriveni sumnjivi slučajevi moraju nositi kiruršku masku. Treba primijeniti intenzivne mjere dezinfekcije. Ako je moguće, ovisno o vrsti utrke, brodu, brojnosti posade, mogućnosti evakuacije, ostali članovi posade trebaju izbjegavati provoditi vrijeme ispod palube bez osobne zaštitne opreme.

## Evakuacija

Ako to udaljenost dopušta i takva odluka se donese, tim za evakuaciju bolesnog člana posade treba primijeniti odgovarajuće mjere opreza. Svatko tko se ukrca na jedrilicu sa sumnjivim slučajem COVID-19 treba nositi rukavice, jednokratnu zaštitnu odjeću, naočale i zaštitnu masku. Sve medicinske intervencije na brodu, uključujući evakuaciju i izolaciju posade, biti će inicirane od strane CMO-a i za to zadužene osobe na brodu.

Događaj se može nastaviti prema unaprijed definiranim kriterijima opisanim u *COVID 19 Planu* (vidi stranicu 37. CVGEO), nakon što Zavod za javno zdravstvo utvrdi da su javno-zdravstvene mjere uspješno dovršene.

*Hrvatski jedriličarski savez je i dalje u bliskoj komunikaciji sa World Sailing Medical Commission, Hrvatskim olimpijskim odborom i Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo, kako bi pomno nadzirali dinamiku ove pandemije i savetovali protumjere. Pozivam ovas da nas obavijestite želite li organizirati bilo kakve izravne konzultacije između organizatora treninga ili naših zdravstvenih službi. Također vjerujemo da je vrlo važno pružiti najnovije zdravstvene savjete sportašima i njihovim timovima koje su postavljene na stranicama HJS <https://www.hjs.hr/> i web-stranicama World Sailing na: <https://www.sailing.org/medical/index.php>*



# Prilog

## Uzorak obrasca za praćenje kontakta (PLF)

### Ispunjavaju ga svi sudionici događaja

Ime u putovnici ili drugom osobnom dokumentu:

Vaša stalna adresa (ulica / grad / poštanski broj / država):

Vaša adresa tijekom regate:

Vaš telefonski broj:

Vaša email adresa:

Zemlje koje ste posjetili ili boravili u zadnjih 14 dana

### Da li ste u posljednjih 14 dana:

	DA	NE
imali bliski kontakt s bilo kime kome je dijagnosticirana COVID-19 bolest?		
pružili izravnu njegu oboljelom od COVID-19 bolesti?		
posjetili ga ili boravili u zatvorenom okruženju s bilo kojim bolesnikom s COVID-19 bolešću?		
radili u neposrednoj blizini ili dijelili istu prostoriju s oboljelim od COVID-19 bolesti?		
putovali zajedno s oboljelim od COVID-19 bolesti u bilo kojoj vrsti prijevoznog sredstva?		
živjeli u istom domaćinstvu s bolesnikom oboljelim od COVID-19 bolesti?		