

**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. fermy 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. fermy 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.wetgiw.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. obowiązki:**

- 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 wydalinami 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, piciem 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 pokrętła 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 uchylecia dyrektywy Rady 89/686/EWG. 5**

<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-uzvkepvocz>

<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 obuwiu jeśli były noszone.
3. Wyczyść i zdezynfekuj obuwiu ochronne.
4. Zdejmij obuwiu 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 obuwiu wielorazowego użytku należy wstępnie oczyścić i zdezynfekować, np. obmyć i odkazić przez oprysk przy użyciu dopuszczonych środków działania wirusobójczym i szczelnie zapakować na czas transportu do miejsca, gdzie możliwe będzie dokładne odkażenie 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).
- Odkazając 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 rezerwarze 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> wydanego 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 Szczygielska, Dyrektor Centralnego Instytutu Ochrony Pracy - PIB