

Согласовано
Председатель первичной
профсоюзной организации
(Ермакова С.В.)
«07» августа 2020 г.

Утверждаю
Заведующая МБДОУ
д/с №2 с. Ижевское
(Юдова Н.И.)
«07» августа 2020 г.



Инструкция по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19) среди работников. ИОТ -4 -2020

Настоящая инструкция по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19) разработана для работников МБДОУ детский сад №2 с.Ижевское в соответствии с рекомендациями Роспотребнадзора по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

1. Выполняйте правила личной гигиены и производственной санитарии:

1.1. Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др) удаляет вирусы.

1.2. Часто мойте руки с мылом или обрабатывайте кожными антисептиками – в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета. Руки необходимо обрабатывать после возвращения с улицы, контакта с посторонними людьми, пользования оргтехникой, посещения санитарной комнаты, перед приемом пищи, прикосновения к дверным ручкам.

1.3. Для механического удаления загрязнений и микрофлоры руки необходимо мыть теплой проточной водой с мылом в течение 1-2 мин. в том числе после мобильного телефона, обращая внимание на около ногтевые пространства. Затем руки промыть водой для удаления мыла и обработать дезинфекционными средствами. Если мыло и вода недоступны, необходимо использовать антибактериальные средства для рук, содержащие не менее 60% спирта (влажные салфетки или гель).

1.4. После мытья рук полное их осушение необходимо провести одноразовыми бумажными полотенцами. Использованное одноразовое полотенце следует скомкать, а затем выбросить в урну. Не рекомендуется использовать для этой цели тканевое полотенце или электросушилку.

1.5. На рабочем месте работники обязаны носить одноразовые либо многоразовые маски.

2. Соблюдайте расстояние и этикет:

2.1. При общении с коллегами необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метров (две вытянутые вперед навстречу друг другу руки).

2.2. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Коронавирус распространяется этими путями.

2.3. Избегайте излишних поездок и посещения многолюдных мест, таким образом, вы уменьшаете риск заболевания.

2.4. При планировании отпусков воздержитесь от посещения стран, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией.

2.5. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

3. Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски.

3.1. Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при обращении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

3.2. Правильно носите маску:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос и подбородок, не оставляя зазоров;
- менять маску нужно каждые 2 часа;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- не используйте повторно одноразовую маску.

3.3. При уходе за больными, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

3.4. Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей. В общественном транспорте. А также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

3.5. Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит. Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

4. Ведите здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции:

- пейте воду не холоднее комнатной температуры не менее 1,5 литров в день;
- спите не менее 7 часов;
- поддерживайте физическую активность;
- не курите или хотя бы сократите количество выкуриваемых сигарет.

5. Основные симптомы новой коронавирусной инфекции и порядок действий при их обнаружении

5.1. Основные симптомы COVID-19:

- повышенная температура;
- чихание;
- кашель;
- затрудненное дыхание;
- повышенная утомляемость;
- озноб;
- бледность;
- заложенность носа;
- боль в горле и мышцах;
- ощущение тяжести в грудной клетке.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

5.2. В случае обнаружения симптомов коронавирусной инфекции:

- оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу;
- сообщите заведующему о заболевании;
- следуйте предписанием врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

С инструкцией ознакомлен(а):