


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Шуйский филиал
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Ивановский государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Шуйского
филиала ИвГУ


_____ А.А. Михайлов
« » 04 2020 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19)
для работников Шуйского филиала ИвГУ

(Разработана в соответствии с рекомендациями Роспотребнадзора по
профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19))

1. Часто мойте руки с мылом

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

Часто мойте руки с мылом или обрабатывайте кожными антисептиками – в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета.

2. Соблюдайте расстояние и этикет

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5-2 метра от больных.

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

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

Избегайте излишние поездки и посещения многолюдных мест, таким образом вы уменьшите риск заболевания.

При планировании отпусков воздержитесь от посещения регионов, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией (**COVID-19**).

3. Ведите здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

4. Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски, а кисти рук при помощи перчаток

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 острыми респираторными вирусными инфекциями; при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;

- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

5. Как правильно носить маску

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;

- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;

- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте повторно одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

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

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, при нахождении на рабочем месте в присутствии других работников или посетителей, также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

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, в т.ч. ношение перчаток, соблюдение безопасной дистанции с другими лицами.

6. Симптомы коронавирусной инфекции

- высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, сухой кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

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

7. До прихода на работу необходимо заполнить чек-лист, который затем передать сотруднику охраны при входе на объект. Температуру тела необходимо измерить вечером накануне рабочего дня, а так же утром до прихода на работу. Информацию о наличии повышенной температуры тела, наличии жалоб на дискомфорт в горле, кашель, насморк, а также при несоблюдении требований к ограничению контактов, в т.ч. в случае наличия контактов с заболевшими COVID-19 лицами, необходимо отразить в чек-листе.

В случае наличия одного из вышеперечисленных показателей оставаться дома, предупредив по телефону своего руководителя. При наличии высокой температуры тела вызвать врача на дом.

Инструкцию разработал:

Помощник директора по безопасности

Р.З. Абдуллаев

С инструкцией ознакомлен(а), принял (а) к исполнению:

№ п/п	Фамилия, инициалы	Должность	Дата	Роспись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				
32.				
33.				
34.				
35.				
36.				
37.				
38.				
39.				
40.				
41.				
42.				
43.				
44.				
45.				
46.				

47.				
48.				
49.				
50.				
51.				
52.				
53.				
54.				
55.				
56.				
57.				
58.				
59.				
60.				
61.				
62.				
63.				
64.				
65.				
66.				
67.				
68.				
69.				
70.				
71.				
72.				
73.				
74.				
75.				
76.				
77.				
78.				
79.				
80.				
81.				
82.				
83.				
84.				
85.				
86.				
87.				
88.				
89.				
90.				
91.				
92.				
93.				
94.				