



П Р И К А З

« 16 » марта 2020 г.

Б О Е Р Ы К

№ 212

**О проведении
профилактических мероприятий**

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия и усиления дополнительных мер по снижению рисков завоза и распространения новой коронавирусной инфекции **руководителям образовательных учреждений,**

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. В своих действиях руководствоваться инструкцией о проведении профилактических мероприятий по снижению риска завоза и распространения коронавирусной инфекции, вызванной 2019 – nCoV.(Приложение №1)

2. Не допускать на рабочее место и территорию образовательной организации работников, прибывших из государств с неблагоприятной ситуацией с распространением новой коронавирусной инфекции и обеспечить их самоизоляцию на дому на срок 14 дней со дня возвращения в Российскую Федерацию.

3. Руководителям общеобразовательных учреждений:

3.1 обеспечить соблюдение санитарного режима;

3.1 организацию школьного питания осуществлять по индивидуальному графику, исключая ситуацию массового скопления детей в закрытом помещении;

3.2 отменить работу пришкольных лагерей в период весенних каникул с 23 по 31 марта;

3.3. -21 марта 2020 года объявить Днем здоровья.

4. Руководителям дошкольных учреждений:

4.1 организовать ежедневный утренний фильтр приема детей и сотрудников в образовательное учреждение;

4.2 прием родителей, по вопросу зачисления детей, направленных в плановые группы на предстоящий 2020/2021 учебный год, осуществлять после 14.04.2020.

5. Руководителям учреждений дополнительного образования до особого распоряжения с 18 марта 2020 отменить посещение обучающимися занятий.

6. Ответственность за исполнение приказа оставляю за собой.

Начальник

И.А.Ризванов

Исп. Э.Ф.Тахавиева

292-19-92

О проведении профилактических мероприятий

В соответствии с протоколом оперативного заседания санитарно-противоэпидемической комиссии КМ РТ, ИКМО г.Казани, в целях профилактики ГРИППА, ОРВИ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID -19, до стабилизации эпидемиологической обстановки всем руководителям школ, детских садов и учреждений дополнительного образования необходимо:

1. организовать проведение профилактических и дезинфекционных мероприятий во всех образовательных организациях (Приложение 1.1; 1.2);
2. не допускать до работы сотрудников с симптомами вирусной инфекции (высокая температура, насморк, кашель);
3. при обнаружении симптомов у учащихся обеспечить их изоляцию до приезда скорой медицинской помощи, известить родителей и передать данные в лечебное учреждение;
4. обеспечить трансляцию видеоролика по профилактике вирусных инфекций, рекомендованный Управлением Роспотребнадзора по Республике Татарстан (ссылке: <https://youtu.be/156t2UMOUK4>) на телеэкранах в фойе учреждения;
5. разместить в учреждениях на информационных стендах бумажные материалы по профилактике - буклеты, памятки, брошюры (приложение №1.4).
6. провести разъяснительную работу с сотрудниками:
 - о мерах личной профилактики (Приложение №1,3);
 - о необходимости при появлении первых респираторных симптомов незамедлительно обратиться за медицинской помощью на дому без посещения медицинских организаций;
7. воздержаться от проведения массовых мероприятий в актовых и спортивных залах;
8. воздержаться от организованных групповых поездок за рубеж;
9. ознакомить родителей и сотрудников с алгоритмом действий (карантин), осуществляемый с лицами, вернувшимися из зарубежных стран;
10. при возвращении учащихся (воспитанников) или сотрудников из зарубежных стран:
 - директору необходимо позвонить на телефоны «горячей линии» по вопросу профилактики гриппа, ОРВИ и короновируса:

(843)296-02-24 - Роспотребнадзор,

и указать ФИО, место жительства, дату пребывания за рубежом, страну, контактные данные.

-даже если у ребенка, сотрудника отсутствуют признаки заболевания, родителям (сотруднику) необходимо осуществить вызов врача на дом той

медицинской организации, на территории которой он проживает. При вызове врача на дом информировать о факте прибытия из регионов с неблагоприятной эпидемической ситуацией по новой коронавирусной инфекции.

Действия медицинских работников: пациенту будет выдан больничный лист без посещения медицинской организации на срок 14 дней с момента пересечения гражданином границы Российской Федерации, установлено ежедневное медицинское наблюдение, осуществлен забор материала (мазок из зева и носа, или иное по предписанию специалистов Роспотребнадзора по РТ) на 10-й день пересечения границы (или другой день, установленный предписанием специалистов Роспотребнадзора по РТ).

Находясь дома необходимо ограничить круг контактов, не посещать места массового пребывания людей. По месту проживания: обеспечить самоизоляцию от других членов семьи (проживание в отдельной комнате, использование индивидуальных столовых принадлежностей, ношение маски); ежедневно проводить влажную уборку всех помещений с использованием хлорсодержащих препаратов, ручки дверей протирать спиртосодержащими средствами, проветривать помещения; соблюдать правила личной гигиены.

12. При появлении симптомов, не исключаяющих новую коронавирусную инфекцию (2019-пCoV) (повышение температуры, озноб, кашель и др.), необходимо осуществить вызов Скорой медицинской помощи, сообщив о факте прибытия из-за границы.

Действия медицинских работников: пациент будет госпитализирован в Республиканскую инфекционную больницу. Лицам, проживающим в семье, будут выданы больничные листы сроком на 14 дней, в случае наличия среди контактных детей, они будут отстранены от учебы, посещения ДДУ сроком на 14 дней.

Особое внимание уделять лицам старшего поколения, а также всем лицам, страдающим хроническими неинфекционными заболеваниями (хронические неспецифические заболевания легких, диабет, астма, сердечно-сосудистые заболевания, ожирение).

Рекомендации по проведению профилактических и дезинфекционных мероприятий по предупреждению распространения новой коронавирусной инфекции в организациях общественного питания и пищеблоках образовательных организаций

В связи с неблагоприятной ситуацией по новой коронавирусной инфекции в Китайской Народной Республике и в целях недопущения распространения заболевания на территории Российской Федерации необходимо обеспечить соблюдение мер предосторожности, а также проведение профилактических и дезинфекционных мероприятий при оказании услуг общественного питания.

Механизмы передачи инфекции воздушно-капельный, контактный, фекально-оральный.

Меры профилактики:

Соблюдение мер личной гигиены. Недопуск к работе персонала с проявлениями острых респираторных инфекций (повышенная температура, кашель, насморк).

Обеспечение персонала запасом одноразовых масок (исходя из продолжительности рабочей смены и смены масок не реже 1 раза в 3 часа) для использования их при работе с посетителями, а также дезинфицирующими салфетками, кожными антисептиками для обработки рук, дезинфицирующими средствами. Повторное использование одноразовых масок, а также использование увлажненных масок не допускается.

Для проведения дезинфекции применяют дезинфицирующие средства, зарегистрированные в установленном порядке и разрешенные к применению в организациях общественного питания, в инструкциях по применению которых указаны режимы обеззараживания объектов при вирусных инфекциях.

Профилактическая дезинфекция проводится на системной основе в рамках проведения мероприятий по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции и включает меры личной гигиены, использование масок для защиты органов дыхания, частое мытье рук с мылом или обработку их кожными антисептиками, дезинфекцию столовой и кухонной посуды, проветривание и обеззараживание воздуха, проведение влажной уборки помещений с использованием дезинфицирующих средств. Для дезинфекции применяют наименее токсичные средства.

По окончании рабочей смены (или не реже, чем через 6 часов) проводятся проветривание и влажная уборка помещений с применением дезинфицирующих средств путем протирания дезинфицирующими салфетками (или растворами дезинфицирующих средств) ручек дверей,

поручней, столов, спинок стульев (подлокотников кресел), раковин для мытья рук при входе в обеденный зал (столовую), витрин самообслуживания.

Для уничтожения микроорганизмов необходимо соблюдать время экспозиции и концентрацию рабочего раствора дезинфицирующего средства в

3 соответствии с инструкцией к препарату.

При необходимости, после обработки поверхность промывают водой и высушивают с помощью бумажных полотенец. При наличии туалетов проводится их уборка и дезинфекция в установленном порядке.

Количество одновременно используемой столовой посуды и приборов должно обеспечивать потребности организации. Не допускается использование посуды с трещинами, сколами, отбитыми краями, деформированной, с поврежденной эмалью.

Организации общественного питания и пищеблоки образовательных организаций рекомендуется оснащать современными посудомоечными машинами с дезинфицирующим эффектом для механизированного мытья посуды и столовых приборов. Механическая мойка посуды на специализированных моечных машинах производится в соответствии с инструкциями по их эксплуатации, при этом применяются режимы обработки, обеспечивающие дезинфекцию посуды и столовых приборов при температуре не ниже 65⁰С в течение 90 минут.

Для мытья посуды ручным способом необходимо предусмотреть трехсекционные ванны для столовой посуды, двухсекционные для стеклянной посуды и столовых приборов.

Мытье столовой посуды ручным способом производят в следующем порядке:

- механическое удаление остатков пищи;
- мытье в воде с добавлением моющих средств в первой секции ванны; ниже 40⁰С и - мытье во второй секции ванны в воде с температурой не ниже 40⁰С с добавлением моющих средств в количестве, в два раза меньшем, чем в первой секции ванны;
- ополаскивание посуды в металлической сетке с ручками в третьей секции ванны горячей проточной водой с температурой не ниже 65⁰С с помощью гибкого шланга с щеточной насадкой; • обработка всей столовой посуды и приборов дезинфицирующими средствами в соответствии с инструкциями по их применению;
- ополаскивание посуды в металлической сетке с ручками в третьей секции ванны проточной водой с помощью гибкого шланга с душевой насадкой; - просушивание посуды на решетчатых полках, стеллажах.

При выходе из строя посудомоечной машины, отсутствии условий для соблюдения технологии ручного мытья и дезинфекции посуды, а также

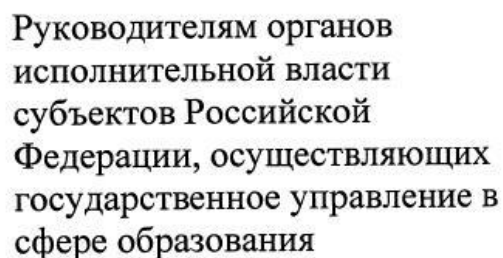
одноразовой столовой посуды и приборов работа организации не осуществляется.

При применении одноразовой посуды производится сбор использованной одноразовой посуды в одноразовые плотно закрываемые пластиковые пакеты, которые подвергаются дезинфекции в конце рабочего дня.

для дезинфекции могут быть использованы средства из различных химических групп: хлорактивные (натриевая соль дихлоризоциануровой кислоты — в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 0,0694, хлорамин Б — в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 3,0⁰/0), кислородактивные (перекись водорода — в концентрации не менее 3,094), катионные поверхностно-активные вещества (КПАВ) — четвертичные аммониевые соединения (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,594), третичные амины (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,0594), полимерные производные гуанидина (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,294), спирты (в качестве 4 кожных антисептиков и дезинфицирующих средств для обработки небольших по площади поверхностей — изопропиловый спирт в концентрации не менее 70⁰/0 по массе, этиловый спирт в концентрации не менее 75⁰/0 по массе). Содержание действующих веществ указано в Инструкциях по применению.

Дезинфицирующие средства хранят в упаковках изготовителя, плотно закрытыми в специально отведенном сухом, прохладном и затемненном месте, недоступном для детей. Меры предосторожности при проведении дезинфекционных мероприятий и первой помощи при случайном отравлении изложены для каждого конкретного дезинфицирующего средства в Инструкциях по их применению.

В случае выявления заболевших после удаления больного и освобождения помещений от людей проводится заключительная дезинфекция силами специализированных организаций. Для обработки используют наиболее надежные дезинфицирующие средства на основе хлорактивных и кислородактивных соединений. Обеззараживанию подлежат все поверхности, оборудование и инвентарь производственных помещений, обеденных залов, санузлов. Посуду больного, загрязненную остатками пищи, дезинфицируют путем погружения в дезинфицирующий раствор и далее обрабатывают по изложенной выше схеме. При обработке поверхностей применяют способ орошения. Воздух в отсутствие шодей рекомендуется обрабатывать с использованием открытых переносных ультрафиолетовых облучателей, аэрозолей дезинфицирующих средств.



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека совместно с Министерством просвещения Российской Федерации в связи с началом эпидемического подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ на территории Российской Федерации и осложнением эпидемиологической ситуации по заболеваемости новой коронавирусной инфекцией в Китайской Народной Республике напоминает, что основные организационные мероприятия по профилактике гриппа, ОРВИ, и новой коронавирусной инфекции в детских образовательных организациях определены постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2019 № 10 «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций в эпидемическом сезоне 2019-2020 годов», от 24.01.2020 № 2 «О мероприятиях по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV» и от 31.01.2020 №3 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV». и санитарно-эпидемиологическими правилами СП 3.1.2.3117-13 «Профилактика гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций».

В целях усиления мероприятий по информированию населения о мерах профилактики гриппа, ОРВИ и коронавирусной инфекции направляем информационно-методические материалы для общеобразовательных организаций (далее – материалы) по данной тематике.

Рекомендуем довести информацию, содержащуюся в материалах, до сведения руководителей образовательных организаций, педагогических коллективов, родительской и ученической общности, а также организовать информационно-разъяснительную

работу.

Дополнительно информируем, что информационные материалы по профилактике гриппа, ОРВИ, новой коронавирусной инфекции размещены на официальном сайте Роспотребнадзора в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (www.rospotrebnadzor.ru).

Приложение: на 9 л. в 1 экз.

Руководитель Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека
- Главный государственный санитарный
врач Российской Федерации

Министр просвещения
Российской Федерации

С.С. Кравцов

А.Ю. Попова

02/1814-2020-23
07.02.2020

СК-32/03
7 февраля 2020г.

Рекомендации по профилактике гриппа и ОРВИ в детских общеобразовательных организациях

I. При подготовке к эпидемическому сезону по гриппу и ОРВИ необходимо провести следующие мероприятия:

1. Принять меры по подготовке образовательных организаций к работе в осенне-зимний период, обратив особое внимание:

на работу вентиляционных систем;

на условия соблюдения оптимального теплового режима, режима проветривания помещений;

на наличие необходимого оборудования и расходных материалов – термометров, переносных бактерицидных ламп, дезинфекционных средств с вирулицидной активностью для обработки помещений и поверхностей (парт, клавиатуры компьютеров и т.п.);

на наличие средств индивидуальной защиты органов дыхания для сотрудников, перчаток, моющих и дезинфекционных средств для рук в дозаторах, запас бумажных салфеток;

на организацию для школьников группы продленного дня сушильных шкафов для просушивания одежды после прогулки;

на наличие медицинского изолятора для временной изоляции детей с признаками ОРВИ с санузлом.

2. Обеспечить проведение иммунизации против гриппа сотрудников образовательных организаций.

3. Разработать графики и порядки проветривания, влажной уборки и обеззараживания бактерицидными облучателями помещений школы (классов, коридоров, санузлов, столовой и др.) на период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ.

4. Организовать обучение персонала общеобразовательных организаций мерам личной профилактики гриппа и ОРВИ и мерам профилактики ОРВИ среди детей.

Обучить педагогический состав мерам по выявлению в процессе занятий детей с признаками гриппа и ОРВИ, обеспечить учителей инструкциями по мерам изоляции и информированию родителей.

5. Обучить клининговый персонал принципам уборки помещений в период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ (проветривание, обработка поверхностей, в том числе парт, дверных ручек, перил дезинфектантами с вирулицидной активностью, обработка бактерицидными облучателями), определить кратность уборки санузлов с обработкой кранов и раковин.

Провести обучение клинингового персонала мерам личной профилактики гриппа и ОРВИ.

При использовании для уборки сотрудников клининговых компаний не рекомендуется допускать к работе в детских образовательных организациях лиц, не привитых против гриппа и кори.

Обеспечить клининговый персонал санитарно-защитной одеждой, моющими и дезинфицирующими средствами, инструкциями по уборке помещений.

7. Обеспечить в санузлах для детей и сотрудников бесперебойное наличие мыла в дозаторах, дезинфицирующих средств для рук в дозаторах (или салфетки), наличие электрополотенец (или рулонных полотенец), наличие плакатов с правилами мытья рук.

9. Провести обучающие занятия со школьниками и беседы с родителями по мерам профилактики гриппа:

о необходимости защищать органы дыхания при посещении общественных мест в период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ, а также в случае наличия симптомов ОРВИ (кашель, насморк), о правилах ношения медицинской маски;

при поездке в общественном транспорте не снимать варежки (перчатки) и не трогать лицо;

об использовании одноразовых салфеток при кашле, чихании (прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые потом надо выбросить или положить в полиэтиленовый мешок, а руки помыть с мылом или обработать влажными салфетками; сморкаться нужно в одноразовые салфетки, после чего их необходимо выбросить и обработать руки с мылом);

о необходимости одеваться в соответствии с погодными условиями; при посещении группы продленного дня при необходимости предусмотреть сменные вещи;

не посещать с детьми массовых мероприятий в помещениях при подъеме заболеваемости гриппом и ОРВИ, постараться воздерживаться от поездок в общественном транспорте в этот период;

воздержаться от встреч с родственниками (друзьями), если кто-то из них болен ОРВИ. При необходимости такой встречи защищать органы дыхания медицинской маской;

при поездке в общественном транспорте в период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ защищать органы дыхания медицинскими масками.

проветривать помещение, в котором дома находится ребенок, несколько раз в день (на время проветривания переводить ребенка в другое помещение).

проводить влажную уборку детской комнаты не менее двух раз в течение дня;

при сухом воздухе в помещении необходимо использовать увлажнители воздуха, так как пересохшая слизистая оболочка носовых ходов теряет барьерную функцию и наиболее подвержена воздействию возбудителей респираторных инфекций;

предупредить родителей, что дети с признаками ОРВИ (насморк, кашель, ухудшение самочувствия и др.) при выявлении в ходе «утренних фильтров» будут изолироваться (с последующей госпитализацией), а дети, не привитые против гриппа, в период эпидемического подъема заболеваемости гриппом должны переводиться на дистанционное обучение.

3. Принять меры по недопущению к работе и к занятиям лиц, больных ОРВИ. Немедленно изолировать детей и персонал с признаками гриппоподобного заболевания на момент прихода в дошкольную образовательную организацию, школу или болеющих в течение дня от других детей и персонала и отправить их домой.

проветривать помещение, где проживает ребенок, а также необходимо обеззараживать воздух с помощью разрешенного для этой цели оборудования.

Ежедневно гулять с ребенком на свежем воздухе; пешие прогулки позволяют повысить устойчивость организма к простудным заболеваниям.

Организовать рациональный режим питания, труда и отдыха ребенка соответственно его возрасту.

Следить за гигиеной ребенка, тщательно мыть руки с мылом после посещения общественных мест, по возвращении домой, после посещения санитарных комнат и перед приемом пищи.

Обучить ребенка правилам «респираторного этикета» (здоровым не касаться руками носа, рта и глаз, а больным не посещать общественные места без медицинских масок, кашлять и чихать в носовые платки, желательно одноразовые, или при их отсутствии – в сгиб локтя).

В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ избегать мест массового скопления людей, при необходимости посещения многолюдных мест стараться соблюдать дистанцию в 1 м, обеспечить себя и ребенка средством индивидуальной защиты – медицинской маской, защищающей нос и рот.

13. При росте заболеваемости гриппом и ОРВИ руководство школы в целях прерывания циркуляции респираторных вирусов среди учащихся и недопущения формирования массовых очагов гриппа и ОРВИ в школах должно обеспечить своевременное введение ограничительных мероприятий, в том числе приостановление учебного процесса в школах, отмену массовых культурных и спортивных мероприятий.

Грипп — это тяжелая вирусная инфекция. Грипп может приводить к серьезным осложнениям, в ряде случаев заканчивается летально, особенно у маленьких детей, пожилых людей, у лиц со сниженным иммунитетом. У лиц молодого возраста также имеется высокий риск тяжелого течения гриппа.

Начинается заболевание внезапным общим недомоганием, головной болью, ломотой во всем теле, ознобом, повышением температуры до 39-40 градусов, потливостью, возможны головокружения, носовые кровотечения. Кашель и насморк бывают не всегда. Грипп — вовсе не безобидное заболевание, как считают многие. Он опасен осложнениями, чаще всего такими, как бронхит, пневмония, поражение почек, сердца.

В случае заболевания не стоит заниматься самолечением, принимать антибиотики: они не защищают от гриппа и других респираторных вирусных инфекций и не излечивают от него. Лекарственные средства стоит принимать только по назначению врача.

При первых признаках гриппа больного необходимо немедленно уложить в постель и вызвать медицинского работника на дом. Помещение, где находится больной, следует тщательно проветривать, убирать, мыть пол и обтирать мебель водой с добавлением дезинфицирующих средств. При кашле и чихании больной должен закрывать рот и нос платком, а окружающие здоровые люди носить медицинские маски, которые необходимо менять каждые 4 часа. Больному необходимо выделить отдельное бельё, посуду, полотенце, которые после употребления следует кипятить, а затем стирать. Посуду обрабатывать кипятком.

1. Избегайте посещения многолюдных мест, компаний друзей или знакомых, поскольку там могут быть больные гриппом. Исключите развлекательные мероприятия.

2. В местах скопления людей и при близком контакте с ними, например, на лекциях в аудитории, на занятиях в учебном классе, в библиотеке, при нахождении в общественном транспорте, или в магазине, носите маску, защищающую нос и рот.

3. Чаше мойте руки с мылом. Старайтесь не прикасаться руками к своему носу, рту, глазам.

4. Не пользуйтесь чужими предметами личной гигиены (полотенцем, носовым платком), чужим мобильным телефоном — на них могут быть вирусы гриппа.

5. Проветривайте свои жилые и учебные помещения. Проводите в них влажную

6. Соблюдайте режим дня, режим труда и отдыха, включите в свой рацион овощи, фрукты, соки, употребляйте достаточное количество жидкости.

Это повысит устойчивость вашего организма к простудным заболеваниям.

7. При появлении симптомов гриппоподобного заболевания (повышение температуры тела, головная боль, боли в горле, насморк, кашель, рвота, жидкий стул) не ходите на занятия, оставайтесь дома, немедленно вызывайте врача поликлиники или скорую помощь.

С целью недопущения распространения гриппа и ОРВИ необходимо помнить, что золотым стандартом профилактики гриппа и ОРВИ является комбинация средств специфической и неспецифической защиты.

Индивидуальную профилактику гриппа можно разделить на два направления: неспецифическая и специфическая.

Неспецифическая профилактика предполагает применение средств, направленных на общее укрепление организма, создание барьеров на пути проникновения респираторных вирусов в организм через верхние дыхательные пути. Для укрепления организма проводят закаливание, витаминизацию, принимают средства, укрепляющие иммунитет. Для защиты органов дыхания используют прежде всего медицинские маски, а также такие средства, как оксолиновая мазь, гриппферон и др.

Специфическая профилактика предполагает введение вакцины. Вакцина защищает от заболевания гриппом, но не защищает от заболеваний, вызванных другими респираторными вирусами негриппозной этиологии.

Состав вакцин против гриппа обновляется ежегодно в соответствии с данными ВОЗ о том, какие вирусы гриппа будут циркулировать в данном эпидемическом сезоне. Риск заболеть гриппом у привитого человека минимальный, кроме того, вакцинация существенно уменьшает тяжесть течения заболевания ОРВИ и предотвращает развитие осложнений, так как в состав вакцин входят иммуномодуляторы.

Широко известный препарат с противовирусным действием для наружного применения — оксолиновая мазь, которой необходимо смазывать слизистую оболочку носа перед выходом из дома.

Не следует пренебрегать народными средствами профилактики – чесноком и луком. Они содержат особые вещества – фитонциды, которые препятствуют размножению бактерий и вирусов. Ешьте чеснок и лук при каждой удобной возможности отдельно или в составе блюд.

В период эпидемии гриппа рекомендуется принимать витамин С («Аскорбиновая кислота», «Ревит»), а также натуральный витамин С, содержащийся в шиповнике, клюкве, черной смородине, бруснике, жимолости, малине, цитрусовых и чаях, морсах из растений, богатых витамином С (шиповник, клюква, брусника, черная смородина и др.)

Соблюдать гигиену рук: грипп может распространяться через загрязненные руки или предметы, поэтому дети, родители и персонал должны знать о важности

соблюдения гигиены рук и о надлежащих методах мытья рук; детям и персоналу необходимо часто мыть руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания, перед едой и после посещения туалета; в туалетах и гигиенических комнатах необходимо бесперебойное наличие мыла, бумажных полотенец и дезинфицирующих средств; классные руководители ведут надзор за детьми (учащихся младших классов общеобразовательных школ) во время мытья рук.

«Респираторный этикет».

Вирусы гриппа распространяются, главным образом, от человека человеку через вдыхание мельчайших капелек, образующихся при кашле и чихании. При кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовым платком и выбрасывать его в урну после использования, а также мыть руки.

Для соблюдения «респираторного этикета» дети и персонал должны быть обеспечены одноразовыми платками и проинструктированы о важности «респираторного этикета», включая нежелательности касания лица руками. При отсутствии носового платка эпидемиологи рекомендуют чихать или кашлять в сгиб локтя, ограничив рукавом пространство распространения вирусов и сохранив в чистоте собственные руки.

Правила использования медицинской маски

КОГДА НАДЕВАТЬ?

Надевайте маску в людных местах, в транспорте, при контактах с людьми, имеющими признаки острой респираторной вирусной инфекции.

При контактах со здоровыми людьми, в случае если вы больны.

ВАЖНО!

Специальные складки на маске надо развернуть, вшитую гибкую пластину в области носа следует плотно прижать к спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу.

СКОЛЬКО РАЗ?

Медицинскую маску используют однократно.

КАК?

Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос, подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать). Если одна из поверхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу.

КАК ЧАСТО?

Менять маску – 1 раз в 3 часа (или чаще).

Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую.

УТИЛИЗАЦИЯ

Выбрасывайте маску сразу после использования.

ПОМНИТЕ!

В сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами маска максимально снизит риск заражения гриппом, коронавирусом и ОРВИ.

Индивидуальная профилактика гриппа, ОРВИ, в том числе коронавирусной инфекции COVID-19

ПРАВИЛО 1. МОЕМ РУКИ

- Мойте руки с мылом после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике, перед едой и приготовлением пищи.
- При отсутствии доступа к воде и мылу необходимо использовать дезинфицирующие средства или одноразовые влажные салфетки.
- Не прикасайтесь к лицу и глазам немытыми руками.
- Не пользуйтесь общими полотенцами.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЕМ ГИГИЕНУ РАБОЧЕГО МЕСТА И ПОМЕЩЕНИЙ

- Убедитесь, что Ваше рабочее место гигиенично.
- Для удаления вирусов с поверхности столов, стульев, дверных ручек, гаджетов, клавиатуры, мониторов, портфелей, сумок дезинфицируйте их, используя бытовые моющие средства (например, мыльный раствор).
- Часто проветривайте помещения на работе и дома, проводите влажную уборку.

ПРАВИЛО 3. СОБЛЮДАЕМ ОБЩУЮ ГИГИЕНУ.

- Ежедневно принимайте душ, мойте волосы. Отдавайте предпочтение гладким прическам (распущенные волосы, часто контактируя с лицом, увеличивают риск инфицирования).
- В течение дня 3-4 раза промывайте проточной водой лицо и носовые проходы.
- Ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- На работе принимайте пищу только в специально отведенных местах.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЕМ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ.

- Медицинские маски используются при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте, при уходе за больными и при общении с лицами с острыми респираторными вирусными инфекциями.
- Чтобы обезопасить себя от заражения, важно правильно носить маску:
 - маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
 - влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую;
 - маски следует менять каждые 2 часа;
 - при снятии старайтесь не касаться поверхностей маски руками;
 - использованная маска должна утилизироваться в мусорный контейнер;
 - не используйте повторно одноразовую маску.
- В случае отсутствия одноразовой маски, ее можно сшить несколько в домашних условиях из 4 слоев марли.
- При уходе за больным, после окончания контакта, маску следует немедленно снять и тщательно вымыть руки.
- Не рекомендуется использование маски на открытом воздухе.
- При чихании и кашле использованный тканевый носовой платок необходимо сразу менять, стирать ежедневно и проглаживать с обеих сторон. При возможности желательно использовать бумажные носовые платки.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАЕМ ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ПЕРВЫХ СИМПТОМОВ (высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание)

- Ограничьте контакты.
- Оставайтесь дома и обратитесь в лечебное учреждение за медицинской помощью.
- Используйте для еды и питья индивидуальную посуду и мойте ее индивидуальной губкой с моющими средствами.

ПРАВИЛО 6. ПРИ ВЫЕЗДАХ В КОМАНДИРОВКУ ИЛИ НА ОТДЫХ

Воздержитесь от поездок в зону риска по распространению вирусной инфекции, в том числе коронавирусной COVID-19.

В случае выезда информируйте работодателя о стране, которую планируете посетить и сроках.

В случае посещения страны зоны риска воздержитесь от контактов в течение 14 дней после

возвращения.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, ОРВИ, В ТОМ ЧИСЛЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19

ПРАВИЛО 1. МОЕМ РУКИ



- ✓ Мойте руки с мылом после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике, перед едой и приготовлением пищи.
- ✓ При отсутствии доступа к воде и мылу необходимо использовать дезинфицирующие средства или одноразовые влажные салфетки.
- ✓ Не прикасайтесь к лицу и глазам немытыми руками.
- ✓ Не пользуйтесь общими полотенцами.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЕМ ГИГИЕНУ РАБОЧЕГО МЕСТА И ПОМЕЩЕНИЙ



- ✓ Убедитесь, что Ваше рабочее место гигиенично.
- ✓ Для удаления вирусов с поверхности столов, стульев, дверных ручек, гаджетов, клавиатуры, мониторов, портфелей, сумок дезинфицируйте их, используя бытовые моющие средства (например, мыльный раствор).
- ✓ Часто проветривайте помещения на работе и дома, проводите влажную уборку.

ПРАВИЛО 3. СОБЛЮДАЕМ ОБЩУЮ ГИГИЕНУ



- ✓ Ежедневно принимайте душ, мойте волосы. Отдавайте предпочтение гладким прическам (распущенные волосы, часто контактируя с лицом, увеличивают риск инфицирования).
- ✓ В течение дня 3–4 раза промывайте проточной водой лицо и носовые проходы.
- ✓ Ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- ✓ На работе принимайте пищу только в специально отведенных местах.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЕМ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ



- ✓ Медицинские маски используются при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте, при уходе и общении с больными острыми респираторными вирусными инфекциями.
- ✓ Чтобы обезопасить себя от заражения, важно правильно носить маску:
 - маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
 - влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую;
 - маски следует менять каждые 2 часа;
 - при снятии старайтесь не касаться поверхностей маски руками;
 - использованная маска должна утилизироваться в мусорный контейнер;
 - не используйте повторно одноразовую маску.
- ✓ В случае отсутствия одноразовой маски, ее можно шить в домашних условиях из 4 слоев марли.
- ✓ При уходе за больным, после окончания контакта, маску следует немедленно снять и тщательно вымыть руки.
- ✓ Не рекомендуется использование маски на открытом воздухе.
- ✓ При чихании и кашле использованный тканевый носовой платок необходимо сразу менять, стирать ежедневно и проглаживать с обеих сторон. При возможности, желательно использовать бумажные носовые платки.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАЕМ ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ПЕРВЫХ СИМПТОМОВ



- (высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание)
- ✓ Ограничьте контакты.
 - ✓ Оставайтесь дома и обратитесь в лечебное учреждение за медицинской помощью.
 - ✓ Используйте для еды и питья индивидуальную посуду и мойте ее индивидуальной губкой с моющими средствами.

ПРАВИЛО 6. ПРИ ВЫЕЗДАХ В КОМАНДИРОВКУ ИЛИ НА ОТДЫХ



- ✓ Воздержитесь от поездок в зону риска по распространению вирусной инфекции, в том числе коронавирусной COVID-19.
- ✓ В случае выезда информируйте работодателя о стране, которую планируете посетить, и сроках.
- ✓ В случае посещения страны зоны риска воздержитесь от контактов в течение 14 дней после возвращения.

**ПРОФИЛАКТИКА – ЭТО ПРОСТО.
ДУМАЮ О СЕБЕ, ЗАБОЧУСЬ О БЛИЗКИХ**

Лист согласования к документу № 48972-Док от 17.03.2020

Инициатор согласования: Тахавиева Э.Ф. Заместитель начальника Управления образования

Согласование инициировано: 17.03.2020 11:23

Лист согласования		Тип согласования: последовательное			
№	ФИО	Передано на визу	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Ляхова О.И.	17.03.2020 - 11:43		Согласовано 17.03.2020 - 11:54	-
2	Ризванов И.А.	17.03.2020 - 11:54		 Подписано 17.03.2020 - 12:03	-