

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Ромашка» городского округа «Посёлок Агинское»**
687000, Забайкальский край, пгт. Агинское, улица 9 мая, 6 «а»
Тел.: 8-30239-3-42-90, e-mail: mdou-romashka2012@yandex.ru, сайт: http://sad-romashka.edu-obraz.ru

Согласовано:

Председатель ПК МДОУ
Детский сад «Ромашка»
_____/Е.В. Демиденко /

Утверждаю

Заведующий МДОУ
детского сада «Ромашка»
_____/Н.Ю. Бородина /

Приказ №__
«__» _____ 20__ года

Инструкция

по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19) среди работников

Настоящая инструкция по профилактике коронавируса разработана для работников МДОУ детский сад «Ромашка» городского округа «Посёлок Агинское» 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, стульев, дверных ручек 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 приёмом пищи, прикосновения к дверным ручкам.

1.3. Для механического удаления загрязнений и микрофлоры руки необходимо мыть тёплой проточной водой с мылом в течение 1-2 минут, в том числе после мобильного телефона, обращая внимание на околоногтевые пространства. Затем руки необходимо 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, такие как антибактериальные влажные салфетки или гель-антисептик.

1.4. После мытья рук полное их осушение необходимо провести одноразовыми бумажными полотенцами. Использованное одноразовое полотенце следует скомкать и 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 дистанцию

2.1. Вирусы передаются от больного человека здоровому воздушно-капельным путём (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать дистанцию не менее 1.5 – 2 метра.

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

2.3. При планировании отпусков воздержитесь от посещения стран, где регистрируются случаи заболевания COVID-19.

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 ОРВИ и COVID-19;
- При уходе за больными ОРВИ и COVID-19;
- При общении с лицами с признаками ОРВИ и COVID-19;
- При рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путём.

3.2. Правильно носите маску:

- Маска должна тщательно закрепляться на лице, плотно закрывая нос и рот, не оставляя зазоров;
- Старайтесь не касаться поверхностей маски при её снятии, и если вы её коснулись – тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым дезинфицирующим средством;

- Влажную или отсыревшую маску следует заменить на новую, сухую;
- Не используйте повторно одноразовую маску;
- Использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

3.3. При уходе за больным ОРВИ и COVID-19, после окончания контакта с ним, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо тщательно вымыть руки.

3.4. Маска уместна, если вы находитесь в общественном транспорте, в местах массового скопления людей и при уходе за больным с признаками ОРВИ и COVID-19, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

3.5. Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

3.6. Стоит помнить, что ношение маски – это одиночная мера, и она не обеспечивает полной защиты от заболевания без соблюдения личной гигиены и других профилактических мер.

4. Ведите здоровый образ жизни

4.1. Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к различным инфекциям.

4.2. Соблюдайте здоровый режим сна, питания и физической активности.

5. Симптомы COVID-19 и порядок действий при их обнаружении

5.1. Определены следующие симптомы COVID-19:

- Высокая температура тела;
- Озноб;
- Головная боль;
- Слабость;
- Заложенность носа;
- Сухой кашель;
- Затруднённое дыхание;
- Боли в мышцах;
- Конъюнктивит;

- В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств, такие как тошнота, рвота и диарея.

5.2. В случае обнаружения симптомов COVID-19:

- Оставайтесь дома и вызывайте врача;
- Сообщите своему непосредственному руководителю о заболевании;
- Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

С инструкцией ознакомлен(а):