

7 шагов по профилактике новой коронавирусной инфекции

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;
- 2 Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию:

1. Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.
- 2 Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.
3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.
4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.
5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.

Внимание работодателям! Рекомендации по профилактики новой коронавирусной инфекции (COVID-19) среди работников

Работодателям рекомендуется обеспечить:

- при входе работников в организацию (предприятие) - возможность обработки рук кожными антисептиками, предназначенными для этих целей (в том числе с помощью установленных дозаторов), или дезинфицирующими салфетками с установлением контроля за соблюдением этой гигиенической процедуры;

- контроль температуры тела работников при входе их в организацию (предприятие), и в течение рабочего дня (по показаниям), с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры) с обязательным отстранением от нахождения на рабочем месте лиц с повышенной температурой тела и с признаками инфекционного заболевания;

- контроль вызова работником врача для оказания первичной медицинской помощи заболевшему на дому;

- контроль соблюдения самоизоляции работников на дому на установленный срок (14 дней) при возвращении их из стран, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (COVID-19);

- информирование работников о необходимости соблюдения правил личной и общественной гигиены: режима регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками - в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета;

- качественную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия, уделив особое внимание дезинфекции дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и стульев работников, орг.техники), мест общего пользования (комнаты приема пищи, отдыха, туалетных комнат, комнаты и оборудования для занятия спортом и т.п.), во всех помещениях - с кратностью обработки каждые 2 часа;

- наличие в организации не менее чем пятидневного запаса дезинфицирующих средств для уборки помещений и обработки рук сотрудников, средств индивидуальной защиты органов дыхания на случай выявления лиц с признаками инфекционного заболевания (маски, респираторы);

- регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;

- применение в рабочих помещениях бактерицидных ламп, рециркуляторов воздуха с целью регулярного обеззараживания воздуха (по возможности).

Рекомендуется ограничить:

- любые корпоративные мероприятия в коллективах, участие работников в иных массовых мероприятиях на период эпиднеблагополучия;

- направление сотрудников в командировки, особенно в зарубежные страны, где зарегистрированы случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID-19);

- при планировании отпусков воздержаться от посещения стран, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

В зависимости от условий питания работников рекомендовать:

При наличии столовой для питания работников:

- обеспечить использование посуды однократного применения с последующим ее сбором, обеззараживанием и уничтожением в установленном порядке;

- при использовании посуды многократного применения - ее обработку желательно проводить на специализированных моечных машинах в соответствии с инструкцией по ее эксплуатации с применением режимов обработки, обеспечивающих дезинфекцию посуды и столовых приборов при температуре не ниже 65 град.С в течение 90 минут или ручным способом при той же температуре с применением дезинфицирующих средств в соответствии с требованиями санитарного законодательства.

При отсутствии столовой:

- запретить прием пищи на рабочих местах, пищу принимать только в специально отведенной комнате - комнате приема пищи;

- при отсутствии комнаты приема пищи, предусмотреть выделение помещения для этих целей с раковиной для мытья рук (подводкой горячей и холодной воды), обеспечив его ежедневную уборку с помощью дезинфицирующих средств.

При поступлении запроса из территориальных органов Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека незамедлительно представлять информацию о всех контактах заболевшего новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) в связи с исполнением им трудовых функций, обеспечить проведение дезинфекции помещений, где находился заболевший.

О мерах по недопущению распространения заболеваний, вызванных новым коронавирусом

По состоянию на 11.03.2020 случаев заболевания коронавирусной инфекцией в крае не зарегистрировано. Управлением Роспотребнадзора по Красноярскому краю проводится мониторинг за эпидемиологической обстановкой, приняты дополнительные меры по усилению санитарно-карантинного контроля в пункте пропуска через государственную границу в аэропорту «Красноярск (Емельяново)».

На территории края продолжается проведение комплекса противоэпидемических мероприятий. За всеми лицами, прибывшими с территорий, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), по медицинским показаниям проводится лабораторное обследование на новый коронавирус. Обследовано в крае 606 человек, вирус не выявлен. Данное обследование проводится лицам с признаками респираторных заболеваний по медицинским показаниям (прибывшие на территорию края менее 14 дней назад из стран неблагополучных по коронавирусной инфекции).

Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю рекомендует всем гражданам, вернувшимся из стран, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV):

- передавать сведения о месте и датах пребывания, возвращения на **горячую линию** Управления **8(391)226-89-50** и **оставаться дома** (по месту пребывания);

- при появлении первых признаков респираторной инфекции **оставаться дома** (по месту пребывания) и вызвать на дом врача либо скорую помощь, с предоставлением информации о факте своего пребывания в стране, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV).

Все лица, прибывшие из КНР, Южной Кореи, Исламской Республики Иран, Итальянской Республики, Федеративной Республики Германия, Королевства Испания, Французской Республики в течение 14-ти дней после прибытия должны быть незамедлительно изолированы и обследованы лабораторно на весь перечень возможных возбудителей ОРВИ, включая новую коронавирусную инфекцию. Прибывшие из других государств, неблагополучных коронавирусной инфекции, изолируются на дому (по месту пребывания) при обращении.

При отсутствии клинических проявлений заболевания, возможно оформление больничного листа для пребывания на домашнем карантине в территориальной поликлинике. Для этого необходимо обратиться в Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю для получения постановления о необходимости карантина и проинформировать об этом поликлинику. Длительность карантина будет зависеть от даты прибытия из-за рубежа.

Все необходимые документы будут доставлены на дом.

Ситуация находится на строгом контроле.

О мерах по недопущению распространения заболеваний, вызванных новым коронавирусом

По состоянию на 16.03.2020 случаев заболевания коронавирусной инфекцией в крае не зарегистрировано. Управлением Роспотребнадзора по Красноярскому краю на территории края продолжается проведение комплекса противоэпидемических мероприятий. Под медицинским наблюдением на дому находятся 390 человек. За всеми лицами, прибывшими с территорий, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), по медицинским показаниям проводится лабораторное обследование на новый коронавирус. Обследовано в крае 1071 человек, вирус не выявлен. Данное обследование проводится лицам с признаками респираторных заболеваний по медицинским показаниям (прибывшие на территорию края менее 14 дней назад из стран неблагополучных по коронавирусной инфекции).

Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю рекомендует всем гражданам, вернувшимся из стран, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV):

- передавать сведения о месте и датах пребывания, возвращения на **горячую линию** Управления **8(391)226-89-94** и **оставаться дома** (по месту пребывания);

- при появлении первых признаков респираторной инфекции **оставаться дома** (по месту пребывания) и вызвать на дом врача либо скорую помощь, с предоставлением информации о факте своего пребывания в стране, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV).

Все лица, прибывшие из КНР, Южной Кореи, Исламской Республики Иран, Итальянской Республики, Федеративной Республики Германия, Королевства Испания, Французской Республики в течение 14-ти дней после прибытия должны быть незамедлительно изолированы. Прибывшие из других государств, неблагополучных коронавирусной инфекции, изолируются на дому (по месту пребывания) при обращении.

Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю рекомендует соблюдать меры личной профилактики и воздержаться от поездок в страны с неблагополучной эпидемиологической обстановкой.

Ситуация находится на строгом контроле.

Рекомендации по обеспечению основных принципов самоизоляции

17 Марта 2020

В целях недопущения распространения новой корона вирусной инфекции на территории Российской Федерации граждан, приезжающих из неблагополучных по COVID-19 стран, должна осуществляться изоляция (самоизоляция) в домашних условиях.

В категорию лиц, в отношении которых необходимо применение режима самоизоляции, попадают граждане Российской Федерации, а также граждане, имеющие иное гражданство, но постоянно проживающие на территории России, прибывающие из неблагополучных по COVID-19 стран.

Под самоизоляцией подразумевается изоляция лиц, прибывших из неблагополучных по COVID -19 стран, в изолированной квартире с исключением контакта с членами своей семьи или другими лицами. При этом, изолируемый должен находиться в помещении, где проживает как собственник, наниматель или на других законных основаниях. Изолируемый, не ограничен в своих правах на территории своего жилья (контакт с людьми возможен посредством видео/аудио, интернет связи), однако» покидать его не имеет права.

По прибытию в Россию необходимо сообщать о своем возвращении в из стран, неблагополучных по COVID -2019, месте, датах пребывания на указанных территориях, адрес места самоизоляции и другую контактную информацию по телефону горячей линии Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю (226 89 94) или органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации для дальнейшей передачи информации в территориальную медицинскую организацию, которая устанавливает медицинское наблюдение за прибывшим.

Режим самоизоляции устанавливается сроком на 14 дней с момента пересечения границы Российской Федерации - для лиц, прибывающих из неблагополучных по COVID-19 стран.

При условии совместного путешествия нескольких лиц, проживающих: в одной квартире» возможна совместная изоляция нескольких лиц. Не рекомендуется пребывание домашних животных в квартире, где осуществляется самоизоляция.

При невозможности обеспечения изоляции в домашних условиях, а также для лиц, не имеющих постоянного места жительства на территории Российской Федерации, предусматривается изоляция в специально развернутых обсерваторах.

Лицам, находящимся в изоляции запрещается выходить из помещения, даже на непродолжительный срок (покупка продуктов/предметов первой необходимости, вынос мусора» отправка/получение почты и др.).

Для обеспечения изолируемого всем необходимым могут привлекаться родственники, службы доставки, волонтеры и другие лица без личного контакта с изолируемым (безналичный расчет; доставляемые продукты/предметы оставляются у входа в квартиру изолируемого). Бытовой мусор, образующейся в месте изоляции, упаковывается в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрывается и выставляется за пределы квартиры, по предварительному звонку лицам» которые будут его утилизировать (выносить).

В период самоизоляции: необходимо соблюдать режим проветривания, правила гигиены (мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз» рта, носа, после посещения туалета и др.), регулярно проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще- дезинфицирующим эффектом.

Изолируемый имеет право покидать место изоляции в следующих случаях:

- при возникновении ЧС техногенного или природного характера (при вызове сотрудников спецслужб, обязательно указывать свой статус «изолированного»);
- в случае возникновения угрозы жизни или здоровью изолированного лица (соматические заболевания и др.) (при вызове сотрудников медицинской службы, обязательно указывать свой статус «изолированного»);
- при появлении первых симптомов заболевания COVID-19 (изолируемый ставит в известность медицинскую организацию, осуществляющую медицинское наблюдение за изолируемым, по номеру телефона, который сообщается ему заблаговременно, после чего, изолируемого переводят в инфекционный госпиталь).

За изолируемым устанавливают медицинское наблюдение на дому с обязательной ежедневной термометрией, осуществляемой медицинскими работниками с обязательным соблюдением мер биологической безопасности при контакте с изолируемым (врачи поликлинической сети). На 10 сутки изоляции, сотрудниками медицинской организации, производится отбор материала для исследования на COVID-19.

На все время нахождения в режиме изоляции на дому, открывается двухнедельный лист нетрудоспособности (без посещения лечебного учреждения).

Контроль за соблюдением изолированным всех ограничений и запретов, которые были включены в понятие «самоизоляция», возлагается на участковых уполномоченных полиции (проведение инструктажа с изолируемым и контроль по телефону лиц, подлежащих изоляции). Участковые уполномоченных полиции осуществляют надлежащий надзор, разъясняют условия изоляции на дому и последствия нарушения режима.

Для контроля за нахождением изолируемого в месте его изоляции могут использоваться электронные и технические средства контроля.

При нарушении режима изоляции лицо, подлежащее изоляции, помещается в изолятор. Самоизоляция завершается после 14-дневного срока изоляции на дому, в случае отсутствия признаков заболевания» на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день изоляции.