Приложение

КОМПЛЕКС МЕР

ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Мероприятие | Периодичность | Ответственное  лицо | | Примечание |
| 1. Санитарно-противоэпидемические (профилактических) мероприятия: | | |  | |
| 1.1. Проведение утреннего фильтра (медицинского осмотра) персонала и обучающихся с целью исключения контакта с лицами, имеющими симптомы заболевания | ежедневно | медсестра |  |  |
| 1.2. Проведение проверки эффективности работы вентиляционных систем, их ревизия, очистка или замена воздушных фильтров и фильтрующих элементов |  |  |  |  |
| 1.3. Проведение влажной уборки, профилактической дезинфекции в групповых и учебных помещениях в период организации учебно- воспитательного процесса | 2 раза в день | Завхоз.уборщицы |  |  |
| 1.4. Соблюдение теплового режима в соответствии с требованиями СанПин | постоянно | Администрация школы |  |  |
| 1.5. Соблюдение режима проветривания помещения | после каждого занятия | Кл.рук.технички |  |  |
| 1.6. Обеспечение персонала и обучающихся средствами индивидуальной защиты органов дыхания | постоянно | Администрация школы |  |  |
| 1.7. Обеспечение доступа персонала и обучающихся к бутилированной или кипяченной питьевой воде | постоянно | Администрация школы,технички ,кл.рук. |  |  |
| 1.8. Проведение дезинфекции в санузлах разрешенными средствами | после каждой перемены | Технички школы |  |  |
| 1.9. Дезинфекционная обработка дверных ручек | после каждой перемены | Технички школы |  |  |
| 1.10. Проведение заключительной дезинфекции в период каникул |  | Администрация школы,завхоз,технички школы. |  |  |
| 1.11. Обеспечение в групповых и учебных помещениях в период организации учебно- воспитательного процесса обеззараживание воздуха помещения устройствами, разрешенными к использованию в присутствии людей | постоянно | Администрация школы |  |  |
| 2. Информационные мероприятия: | | |  | |
| 2.1. Размещение в учебных аудиториях, внеучебных помещениях, информационных стендах, главной странице сайта организации информационных материалов (прилагаются) | постоянно | Завуч школы,кл.рук. |  |  |
| 2.2. Проведение родительских собраний, классных (кураторских) часов, посвященных профилактике коронавируса, с участием медицинских рработниковработников | до 29.08.2020 г. | Администрация школы,завуч,кл.рук. |  |  |
| 3. Контрольные мероприятия: | | |  | |
| 3.1. Обеспечение мониторинга для исключения контакта персонала и обучающихся с лицами, вернувшимися из поездки за пределы Республики Дагестан (не ранее двухнедельного срока), либо имеющими контакт с ними. |  | Администрация школы |  |  |
| 3.2. Отмена «кабинетной системы» (ученики не ходят по кабинетам, учителя посещают закреплённые за классом кабинеты) | 01.08.2020 | Администрация школы ,завуч,кл.рук. |  |  |

МКОУ «Экибулакская ООШ».

Комплекс мер по профилактике коронавирусной инфекции.

20 август 2020 г.

МКОУ «Экибулакская ООШ»

Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 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 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

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

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 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.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса. 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.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

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 вторично 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, а 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.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

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

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).

Ухаживать за больным должен только один член семьи.

МК0У «Экибулакская ООШ»

Гигиена при гриппе, коронавирусной инфекции и других ОРВИ

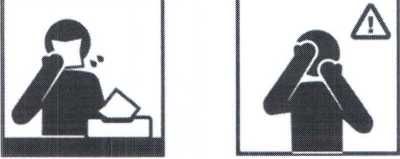
Что нужно делать в период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) для того, чтобы предотвратить собственное заражение и обезопасить окружающих, если заболели вы?

Возбудители всех этих заболеваний высоко заразны и передаются преимущественно воздушно-капельным путем.

При чихании и кашле в воздухе вокруг больного человека распространяются микрокапли его слюны, мокроты и респираторных выделений, которые содержат вирусы. Более крупные капли оседают на окружающих предметах, и поверхностях, мелкие -долго находятся в воздухе и переносятся на расстояния до нескольких сот метров, при этом вирусы сохраняют способность к заражению от нескольких часов до нескольких дней. Основные меры гигиенической профилактики направлены на предотвращение контакта здоровых людей с содержащими вирусы частицами выделений больного человека.

Соблюдение следующих гигиенических правил позволит существенно снизить риск заражения или дальнейшего распространения гриппа, коронавирусной инфекции и других

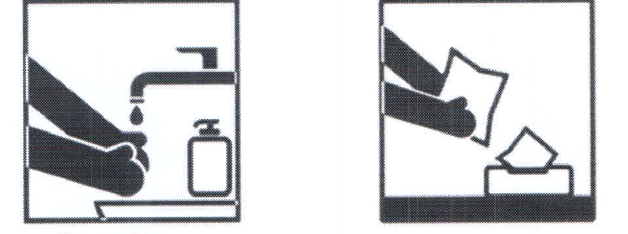
ОРВИ.



Пользуйтесь одноразовой Не прикасайтесь к лицу

бумажной салфеткой при немытыми руками

чихании, кашле, насморке



Чаще мойте руки Пользуйтесь дезинфицирующими

Салфетками на спиртовой основе

Гигиена при ОРВИ и гриппе



Оставайтесь дома в  
период массовых  
заболеваний

Ограничьте контакты с болеющими людьми

Влажная уборка дома  
ежедневно

Пользуйтесь, одноразовой  
маской

Как не заразиться

Мыть руки после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике общественного пользования на рабочем месте, перед едой и приготовлением пищи. Уделите особое внимание тщательному намыливанию (не менее 20 секунд), и последующему полному осушению рук.

После возвращения с улицы домой - вымыть руки и лицо с мылом, промыть нос изотоническим раствором соли.

Прикасаться к лицу, глазам-только недавно вымытыми руками. При отсутствии доступа к воде и мылу, для очистки рук использовать дезинфицирующие средства на спиртовой основе. Или воспользоваться одноразовой салфеткой, при необходимости прикосновения к глазам или носу

Надевать одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте. Менять маску на новую надо каждые 2-3 часа, повторно использовать маску нельзя.

Отдавать предпочтение гладким прическам, когда вы находитесь в местах скопления людей, распущенные волосы, часто контактируя с лицом, увеличивают риск инфицирования.

Избегать близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

Не прикасаться голыми руками к дверным ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных пространствах.

Ограничить приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.

Чаще проветривать помещения.

Не пользоваться общими полотенцами.

Как не заразить окружающих

Минимизировать контакты со здоровыми людьми (приветственные рукопожатия, поцелуи).

Если вы испытываете недомогание, но вынуждены общаться с другими людьми или пользоваться общественным транспортом - использовать одноразовую маску, обязательно меняя ее на новую каждый час.

При кашле или чихании обязательно прикрывать рот, по возможности - одноразовым платком, если его нет - ладонями или локтевым сгибом.

Пользоваться только личной или одноразовой посудой.

Изолировать от домочадцев свои предметы личной гигиены: зубную щетку, мочалку, полотенца.

Проводить влажную уборку дома ежедневно, включая обработку дверных ручек, выключателей, панелей управления оргтехникой.

МКОУ «Экибулакская ООШ»

Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска!

В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушнокапельным путём, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с заражённым человеком.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает  
попадание в организм здорового человека капель респираторных  
выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.

* Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.
* Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем, как приближаться к другим людям.
* Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.
* Носите маску, когда находитесь в людных местах.
* Используйте маску однократно, повторное использование маски недопустимо.
* Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.
* Если маска увлажнилась, её следует заменить на новую.
* После использования маски, выбросьте её и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании -  
надёжный и эффективный метод снижения риска заражения и  
предотвращения распространения гриппа, коронавируса и других

возбудителей ОРВИ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОДНОРАЗОВОЙ МАСКИ СНИЖАЕТ  
ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСОМ И

ДРУГИМИ ОРВИ

1. НАДЕВАЙТЕ МАСКУ В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ, В МЕСТАХ БОЛЬШОГО Iji СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИ КОНТАКТАХ С ЛЮДЬМИ С СИМПТОМАМИ ВИРУСНОГО РЕСПИРАТОРНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ

2. МАСКА ДОЛЖНА ПЛОТНО ПРИЛЕГАТЬ К ЛИЦУ И ЗАКРЫВАТЬ РОТ, НОС И ПОДБОРОДОК

3. ПРИ НАЛИЧИИ ВШИТОГО КРЕПЛЕНИЯ В ОБЛАСТИ НОСА, ЕГО НАДО ПЛОТНО ПРИЖАТЬ К СПИНКЕ НОСА

4. ЕСЛИ НА МАСКЕ ЕСТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ СКЛАДКИ, - РАСПРАВЬТЕ ИХ

5. МЕНЯЙТЕ МАСКУ НА НОВУЮ КАЖДЫЕ 2-3 ЧАСА ИЛИ ЧАЩЕ

6. ВЫБРАСЫВАЙТЕ МАСКУ В УРНУ СРАЗУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

7. ПОСЛЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКЕ,-ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

8. НОСИТЬ МАСКУ НА БЕЗЛЮДНЫХ ОТКРЫТЫХ ПРОСТРАНСТВАХ - « НЕЦЕЛЕСООБРАЗНО

9. ПОВТОРНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ НЕЛЬЗЯ

10. ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФЕКЦИИ