Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка детский - сад №12»

г. Избербаш Республика Дагестан Ул. Буйнакского, №112 Учредитель: Управление образованием г.

|  |
| --- |
| Утверждаю:  Заведующий МКДОУ ЦРР-ДС №12  Сулейманова Х.А. |

|  |
| --- |
| Согласовано:  Председатель ПК  МКДОУ ЦРР-ДС №12  Гаджиева А.В. |

Избербаш Тел.2-69-38,E-mail :12ds.pchelka@mail.ru ОГРН1070548000786 ИНН0548113642 КПП054801001

**Инструкция по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19) среди работников**

Настоящая инструкция по профилактике коронавируса разработана для работников МБДОУ Курумканский детский сад «Росинка» 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, дверных ручек, стульев, гаджетов 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 приемом пищи, прикосновения к дверным ручкам.

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

1.4. После мытья рук полное их осушение необходимо провести одноразовыми бумажными полотенцами. Использованное одноразовое полотенце следует скомкать, а затем 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 расстояние и этикет

2.1. 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.

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

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

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

2.5. При планировании отпусков воздержитесь от посещения стран, где регистрируются случаи заболевания новой коронавирусной инфекцией (COVID- 19). З. Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски

З. 1. 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 воздушнокапельным путем.

3.2. Правильно носите маску:

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,

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

3.4. 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,

3.5. 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.

# 4. Ведите здоровый образ жизни

4.1. Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции, включая коронавирусную инфекцию.

4.2. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

# 5. Симптомы коронавируса и порядок действий при их обнаружении

5.1. Определены следующие симптомы заражения коронавирусной инфекцией: высокая температура тела; озноб; головная боль; слабость; заложенность носа; сухой кашель; затрудненное дыхание; боли в мышцах, конъюнктивит,

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

5.2. В случае обнаружения симптомов коронавирусной инфекции:

 оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу;  сообщите своему непосредственному руководителю и специалисту по персоналу о заболевании;  следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

С инструкцией ознакомлен (а)