

АНО ДПО Альпинистский клуб "Кенигсберг-2"

УТВЕРЖДАЮ

директор

АНО ДПО Альпинистский клуб

"Кенигсберг-2"

_____/Костромин В.А./

«01» января 2021 г.

**Инструкция по профилактике
коронавирусной инфекции (COVID-19), гриппа и ОРВИ**

1. Общие положения

1.1. Инструкция по профилактике коронавируса (COVID – 19), гриппа и ОРВИ (далее – настоящая Инструкция) разработана в соответствии с положениями Федерального закона от 21 декабря 1994 г. № 68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», Федерального закона от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», учитывая рекомендации Федеральной службы по надзору в сфере прав потребителей и благополучия человека от 10 марта 2020 г. № 02/3853-2020-27 по профилактике новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) и рекомендации для работодателей по профилактике коронавирусной инфекции на рабочих местах от 7 апреля 2020 г. № 02/6338-2020-15.

1.2. Настоящая инструкция разработана и утверждена с целью социально-эпидемиологического благополучия работников ООО «Труд» (далее – Учреждение).

1.3. Инструкция распространяется на работников Учреждения.

1.4. Настоящая Инструкция утверждается приказом по Учреждению.

1.5. Данная Инструкция по профилактике новой коронавирусной инфекции содержит основные меры предупреждения распространения коронавируса, а также требования, предъявляемые к особенностям режимов доступа в помещения и их санитарной обработке, организации питания работников Учреждения, обеспечению работников средствами защиты и другие необходимые мероприятия по противодействию распространения коронавирусной инфекции (COVID-19).

1.6. Коронавирусная инфекция – заболевание, влияющее на дыхательную систему человека.

1.7. Коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

1.7.1. Признаки коронавирусной инфекции - похожие симптомы встречаются у пациентов с ОРВИ или гриппом. При их обнаружении необходимо незамедлительно обратиться к врачу для получения медицинской помощи и исключения коронавируса.

- Высокая температура;
- Затруднённое дыхание;
- Чихание, кашель и заложенность носа;
- Боли в мышцах и в груди;
- Головная боль и слабость;
- Возможна тошнота, рвота и диарея.

1.8. Грипп – это инфекционное заболевание. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих.

1.8.1. При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений:

- лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа;

- осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит);

- осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит);

- осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

1.8.2. Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39 °С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенный нос, боль и першение в горле.

Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает тактику лечения.

1.9. Острые респираторные вирусные инфекции – наиболее частые заболевания.

1.9.1. При этих заболеваниях поражаются органы дыхания, поэтому они и называются респираторными. Виновниками острых респираторных вирусных инфекций могут стать более трехсот разновидностей вирусов и бактерий. Наиболее часто причиной заболеваний являются вирусы гриппа, парагриппа, аденовирусы, риновирусы, респираторно-синцитиальные вирусы.

1.9.2. Пути передачи инфекции: воздушно-капельный и бытовой (заражение через предметы обихода, туалетные принадлежности, детские игрушки, белье, посуду и т.д.). Вирус в воздухе сохраняет заражающую способность от 2 до 9 часов. Восприимчивость к инфекции высока и зависит от состояния иммунитета человека. Возможно и повторное заболевание, что особенно часто отмечается у ослабленных детей. Продолжительность болезни зависит от тяжести заболевания, типа вируса, наличия или отсутствия осложнений.

1.9.3. Самым эффективным способом профилактики гриппа является ежегодная вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно. Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации октябрь-ноябрь.

1.9.4. Правила и меры личной гигиены, включая требования по применению средств индивидуальной защиты, должны применяться всеми работниками.

2. Обязанности работодателя при проведении профилактических мер

2.1. В Учреждении проводится:

- обеспечение условий для гигиенической обработки рук с применением антисептических средств в холле при входе в Учреждение, в местах общего пользования, помещениях для приема пищи, санитарных узлах, а также обеспечение условий для соблюдения правил личной гигиены (постоянное наличие средств для мытья рук, туалетной бумаги в туалетных комнатах);
- ежедневная влажная уборка с применением дезинфекционных средств;
- обработка всех контактных поверхностей в местах общего пользования (дверных ручек, выключателей, поручней, перил, поверхностей столов и т.д.), санитарных узлов (санитарно-техническое оборудование, в том числе вентили кранов, спуск бачков унитаза) – по графику;
- организация проветривания помещений каждые 2 часа;
- организация "входного фильтра" всех лиц, входящих в Учреждение, с обязательным проведением термометрии бесконтактным способом и внесением информации в Журнал термометрии;
- не допускаются в Учреждение лица с признаками инфекционных заболеваний (повышенная температура, кашель, насморк).

2.2. В случае выявления работников с признаками инфекционных заболеваний в течение рабочего дня необходимо данных работников отстранить от работы, направить к врачу.

2.3. Среди работников Учреждения проводится информационно-разъяснительная работа, направленная на формирование осознанного понимания необходимости незамедлительного обращения за медицинской помощью при появлении первых признаков инфекционных заболеваний (повышенная температура, кашель, насморк).

2.4. В случае, если трудовая деятельность позволяет, обеспечить расстояние между работниками, рекомендуется находиться на расстоянии не менее 1,5 метров между людьми.

3. Обязанности работника по соблюдению профилактических мер

3.1. Каждый работник должен оповещать о любых отклонениях в состоянии здоровья, контакте с заболевшими лицами, посещении очагов распространения заболевания. Работник с симптомами заболевания не допускается к работе и направляется в медицинское учреждение. Возобновление допуска к работе проводится только при наличии справки лечебного учреждения о выздоровлении или закрытого листка нетрудоспособности.

3.2. Работники обязаны:

- чаще мыть руки с мылом, особенно после улицы, контактов с другими людьми, посещения туалета. Регулярно обрабатывайте руки антисептиками и дезинфицирующими средствами;

- воздерживаться от прикосновений к глазам, рту и носу, особенно немытыми руками;

- соблюдать респираторную гигиену. Кашляя или чихая, прикрывайте рот и нос салфеткой, затем выкидывайте ее в контейнер для мусора, имеющий крышку. После этого обрабатывайте руки антисептиком или мойте их с мылом;

- ограничить использование приветственных и прощальных ритуалов, подразумевающих тесный контакт между людьми (объятия, рукопожатия и др.). Используйте бесконтактную форму подобных ритуалов, например: кивки, приветственные и прощальные взмахи руками.

- дезинфицировать гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь;

- немедленно поставить в известность своего непосредственного руководителя, специалиста по охране труда, специалиста по кадрам, если в течение рабочего дня у Вас появляются симптомы вирусной 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), необходимо отправиться домой;

- ежедневно измерять температуру тела перед выходом на работу (помимо обязательного её измерения в Учреждении);

- пользоваться средствами защиты в виде масок, респираторов, перчаток;

- использовать для очищения воздуха рециркулятор.

3.3. 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, нельзя всё 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.

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. Ношение масок на улице обязательно тогда, когда того требует действующее законодательство (Указы Мэра Москвы РФ и другие нормативно-правовые акты, регулирующие обязательность ношения масок на улице).

Вместе с тем, эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры. Профилактические меры устанавливаются на уровне федеральной и региональной власти.

3.4. Что делать в случае появления признаков заболевания гриппом, ОРВИ и коронавирусной инфекцией?

-оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу;

-предупредите непосредственного руководителя, специалиста по кадрам, специалиста по охране труда о своем невыходе на работу любыми средствами связи с указанием причины невыхода;

-не занимайтесь самолечением;

-следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

4.Соблюдение профилактических мер при проведении мероприятий (занятий) с получателями социальных услуг

4.1. Работники Учреждения, которые работают в контакте с получателями социальных услуг, обязаны соблюдать меры предосторожности:

-наблюдать за состоянием получателей социальных услуг во время проведения мероприятий (занятий);

- при обнаружении недомогания и иных признаков, схожих с признаками гриппа, ОРВИ прекратить мероприятия (занятие) и довести информацию до законных представителей получателей социальных услуг о причинах прекращения занятий;

- при проведении массовых мероприятий (различных мастер-классов и т.п.) необходимо, чтобы получатели социальных услуг и их законные представители, работники учреждения (в случае их присутствия на указанных мероприятиях) на мероприятии находились в масках (медицинских) и использовали антисептик для рук, прежде чем присутствовать на мероприятии. При необходимости к данному мероприятию привлекается специалист по охране труда.

5. Ответственность работников

5.1. Работники Учреждения несут ответственность за соблюдение требований настоящей инструкции.

5.2. Контроль соблюдения требований настоящей инструкции возлагается на специалиста по охране труда; руководителей, в чьём подчинении находятся работники.

Составил:

_____/Панасина Е.А./