

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной
организации сотрудников

З.Б.Латыпова

2020 г.



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по ЭД и РИК

ФГБОУ ВО «БГПУ им.М.Акмоллы»

А.А.Фазлыев

2020 г.



Инструкция №О-19-ОТ

для проживающих в общежитиях БГПУ им. М. Акмуллы о правилах проживания и поведения в условиях предупреждения распространения коронавирусной инфекции (COVID-19)

Коронавирусы — большое семейство вирусов, которые поражают органы дыхания и вызывают разные болезни: от простуды до пневмонии.

Коронавирус начинается как любой другой вирус или инфекция. Сначала появляются первые симптомы:

- повышенная утомляемость;
- повышение температуры и озноб;
- головная боль;
- заложенность носа, чихание, кашель;
- боль в горле и мышцах;
- конъюнктивит
- ощущение тяжести в грудной клетке.

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. Поэтому при появлении симптомов вызовите врача на дом.

Внимание! В целях недопущения распространения коронавирусной инфекции в общественных местах действует режим обязательного использования средств индивидуальной защиты: ношение медицинских масок и перчаток.

Распространения заболевания преследуется по закону. За заражение окружающих предусмотрена административная и уголовная ответственность в соответствии со ст. 236 УК РФ.

Правила применения масок и перчаток

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов из-за различной пропитки. При покупке маски поинтересуйтесь о времени ее непрерывного ношения. 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.

- Помните, что многоразовые маски после использования должны пройти тщательную обработку: стирка со средством, отпаривание и глажка утюгом без пара. Одноразовую маску необходимо утилизировать, поместив в герметичный пакет.

В общественных местах носите полиэтиленовые, латексные, нитриловые перчатки. Трикотажные перчатки будут менее эффективны, в качестве защиты рук от вирусов и бактерий.

«Перчатки защитят руки, но не нужно руками в перчатках трогать глаза, уши или нос и тем самым давать дорогу вирусу».

Снимать перчатки надо быстро, «чулком», захватывая для снятия за перчатку в области запястья. Надо стараться не касаться кожи. Нельзя стягивать перчатки за пальцы, нужно взять двумя пальцами за край основания перчатки у запястья и быстрым движением снять ее. Двумя пальцами освободившейся кисти руки, следует брать у основания оставшейся перчатки изнутри. Контакт с наружной инфицированной поверхностью перчатки будет исключён.

После снятия перчаток обязательно надо вымыть руки с мылом. Затем обработать руки антисептиком, захватывая области и выше линии наружного края перчаток.

Правила нахождения в общежитиях:

В целях предупреждения распространения коронавирусной инфекции:

- В местах общего пользования постоянно проводится обработка с применением дезинфицирующих средств контактных поверхностей: дверных ручек, перил, поручней;

- Ежедневно проводится контроль состояния здоровья проживающих сотрудниками Клиники БГМУ с регистрацией в журнале;

- В случае выявления и подтверждения вируса COVID-2019 у заболевшего, проживающего в общежитии, организуется тестирование всех лиц, проживающих в общежитии.

- Проживающие заходят в здание общежития и выходят из него средства индивидуальной защиты: **медицинских масках и перчатках;**

- Войдя в здание общежития, обработайте руки антисептическими (дезинфицирующими) средствами возле турникета;

- Пройдите процедуру бесконтактного замера температуры тела;

- Зарегистрируйтесь в журнале замера температуры.

- После регистрации в журнале замера температуры воспользуйтесь системой электронного пропуска;

- В случае выявления повышенной температуры тела у проживающего и (или) других симптомов ОРВИ (насморк, кашель, мышечная боль, слабость и т.д.) дежурный охранник обязан оперативно сообщить данную информацию заведующему общежитием и дежурному медицинскому персоналу Клиники

БГМУ. Проживающий с признаками ОРВИ изолируется от других проживающих в отдельное помещение санатория-профилактория ФОЦ «Аванте».

Находясь в общежитии и в комнате:

- Не выходите без необходимости из комнаты, а также не переходите в другой корпус или комнату общежития;
- Имейте запас антисептика, медицинских масок и перчаток.
- Тщательно мойте руки с мылом перед едой, после посещения туалета просто в течение дня. Это убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи, обрабатывайте руки кожными антисептиками;
- Не давайте подсыхать слизистым носа. Регулярно промывайте нос.
- Содержите свою комнату в чистоте и порядке, проводите влажную уборку ежедневно, проветривайте помещение каждые 2 часа. Пыльная среда и спертый воздух в помещении – благоприятная среда для вирусов и других микробов;
- Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка, резиновая обувь для душевой комнаты, посуда ит.д.);
- Соблюдайте чистоту на столе и среди личных вещей постоянного пользования (сумки, сотовый телефон, связка ключей, очки и др.);
- Дезинфицируйте поверхности, к которым прикасаетесь, дверные ручки, клавиатуру компьютеров, мышки, экраны смартфонов и другую оргтехнику антисептическим или дезинфицирующим раствором;
- Соблюдайте дистанцию (1,5м) в местах общего пользования: на кухнях, коридорах;
- Полностью исключите рукопожатие или дружеские объятия;
- Соблюдайте респираторную гигиену, при чихании или кашле, прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой, которую необходимо тут же утилизировать;
- В кухнях и комнатах санитарно-бытового обслуживания общежитий соблюдать следующие требования: соблюдать дистанцию, не допускать нахождение более трех человек, обязательно быть в маске и перчатках.

Проживающим в общежитии обучающимся необходимо:

- Соблюдать домашний режим труда и отдыха, делать перерывы при выполнении учебных (дистанционных) заданий;
- Выполнять посильные физические нагрузки, двигаться, высыпаться, правильно питаться и принимать витамины.

Если Вам требуется выйти из общежития:

- Подумайте, так ли важно для Вас нахождение в предполагаемом общественном или ином месте;
- Если появляется необходимость выйти из общежития, спланируйте самый оптимальный и безопасный маршрут движения до объекта и обратно;
- В общественных местах (магазинах, в общественном транспорте и др.) обязательно используйте медицинские перчатки, одноразовую медицинскую или многоразовую тканевую маску, меняя ее каждые 2-3 часа;
- контролируйте себя и не трогайте лицо, глаза, нос грязными руками, чтобы вирусы с кожи не попали в организм;

- Соблюдайте установленную дистанцию между людьми (1,5 метра), в т.ч. разметку в местах общественного пользования и предупреждайте окружающих вас людей о не соблюдении ими расстояния;

- Мойте тщательно руки с мылом после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми, обрабатывайте антисептическими средствами;

Алгоритм действий при подозрении на коронавирусную инфекцию

Если проживающий находясь в своей комнате почувствовал недомогание и при подозрении на наличие симптомов ОРВИ, то

проживающий должен:

1. Остаться в своей комнате общежития;
2. Вызвать врача Поликлиники БГМУ или скорой медицинской помощи, проинформировать его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах.

3. Строго следовать рекомендациям врача. Если врач предложил госпитализироваться, ни в коем случае не отказываться.

4. Лицам, проживающим с заболевшим, так же не покидают эту комнату. В отношении заболевшего и лиц, проживающих с ним в одной комнате, устанавливается режим самоизоляции с размещением комнатах в здании санатория-профилактория университета.

Дежурный охранник ЧОП обязан незамедлительно проинформировать заведующего общежития о факте вызова (Фамилия заболевшего, номер комнаты) врача поликлиники или приезда бригады скорой медицинской помощи.

Заведующий общежития: оповещает: администрацию университета о заболевании проживающего.

Разработал ведущий специалист по охране труда



Н.М.Васильева