

ПАМЯТКА по профилактике гриппа и ОРВИ, коронавирусной инфекции

ЗДОРОВЬЕ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЕЙШИМ БЛАГОМ!

СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ – ДОЛГ КАЖДОГО!!

**Необходимая мера - соблюдение
рекомендаций по использованию масок,
перчаток и гигиены рук!!!**

**Для обеспечения здоровья устанавливается следующий
АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ ПРИЗНАКОВ
РЕСПИРАТОРНОЙ ИНФЕКЦИИ:**

1. Учащемуся, имеющему признаки респираторной инфекции, **СЛЕДУЕТ ОТКАЗАТЬСЯ** от посещения колледжа и обратиться к врачу за медицинской помощью.

2. Преподаватели колледжа в начале учебного занятия при проверке присутствующих учащихся обязаны **ВЫЯВИТЬ** лиц с признаками респираторной инфекции и **НАПРАВИТЬ** их для прохождения *температурного контроля* к медицинскому работнику (каб.107); в отсутствии мед. работника – на отделение (каб. 309), на вахту колледжа или измерить температуру самостоятельно (термометр в аптечке в каб. 310, 312).

3. Учащийся, прибывший в колледж с признаками респираторной инфекции (кашель, насморк, головная боль и др.), **ОБЯЗАН ПРОЙТИ** температурный контроль.

4. *При наличии* температуры учащийся **ОТСТРАНЯЕТСЯ** от учебных занятий и **НАПРАВЛЯЕТСЯ** к врачу в поликлинику для получения медицинской помощи.

5. *При отсутствии* температуры учащийся **МОЖЕТ ПРОДОЛЖИТЬ** посещение учебных занятий с **ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ** соблюдением масочного режима.

ПРАВИЛА ПО ГИГИЕНЕ РУК

Гигиена рук включает в себя следующие процедуры:

мытьё рук с помощью мыла;

антисептика кожи рук с применением средств дезинфекции кожных покровов/антисептиков для кожи (далее – антисептики).

Правила мытья рук.

Включите теплую воду и смочите руки водой.

Нанесите мыло на руки и намыльте.

Мойте тыльные стороны кистей рук. Тщательно промывайте руки между пальцами со всех сторон на обеих руках.

Мойте ладони. Тщательно промывайте руки между пальцами со всех сторон на обеих руках.

Мойте внешнюю сторону четырех пальцев противоположной ладони с перекрещиванием пальцев.

Мойте большие пальцы круговыми движениями, зажимая их в кулаке другой руки.

Кончиками пальцев трите внутреннюю часть ладони одной руки, затем второй.

Смойте мыло.

Вытрите руки насухо.

Закройте кран с помощью бумажного полотенца.

Мойте руки 20-40 секунд, выполняя движения в любой последовательности. Все участки кожи кистей рук должны быть затронуты в процессе их обработки.

Правила по гигиенической антисептике кожи рук.

Если доступ к проточной воде и мылу затруднен, обработайте руки антисептиком.

Целесообразно использование антисептика с содержанием спирта не менее 70%.

Нанесите 3-5 мл антисептика на сухие руки.

Обрабатывайте руки антисептиком 20-30 секунд. Основной комплекс движений тот же, что и при мытье рук.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ МАСОК

1. Перед надеванием маски вымойте руки проточной водой с мылом. Если доступ к проточной воде и мылу затруднен, обработайте руки антисептиком, для этого нанесите 3-5 мл антисептика на сухие руки. Используйте определенный набор движений в любой последовательности. Все участки кожи кистей рук должны быть затронуты в процессе их обработки.

2. Наденьте маску цветной стороной наружу держась за ушные фиксаторы, расположив ее таким образом, чтобы складки на наружной поверхности были направлены вниз. Плотно прижмите крепление в области носа. При наличии специальных складок на маске их необходимо развернуть. Маска должна закрывать рот, нос и подбородок.

3. После использования снимите маску, держась за ушные фиксаторы. Поместите использованную маску в полиэтиленовый пакет, а затем в контейнер для мусора.

4. Многоцветные средства индивидуальной защиты органов дыхания могут применяться только при условии индивидуального использования. Процесс их обработки и последующего использования осуществляется по индивидуальному принципу с использованием моющих, дезинфицирующих или других средств, рекомендуемых изготовителем. После использования многоцветной маски перед ее повторным применением необходима стирка в горячей воде (не менее 60 градусов) с мылом или стиральным порошком, затем проглаживание утюгом с паром.

При невозможности немедленной обработки многоцветной маски (например, нахождение вне дома), следует поместить ее в индивидуальный пакет.

5. После снятия маски вымойте руки проточной водой с мылом или обработайте руки антисептиком как это описано в пункте 1.

6. Общие правила использования одноразовых и многоцветных масок:

Правило 1. Использовать маску не более двух часов.

Правило 2. Немедленно заменить маску в случае ее намокания (увлажнения), даже если прошло менее двух часов с момента использования.

Правило 3. Не касаться руками закрепленной маски.

Правило 4. Тщательно вымыть руки с мылом или обработать антисептиком после прикосновения к используемой или использованной маске.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПЕРЧАТОК

При использовании перчаток необходимо соблюдать следующие правила:

перед надеванием перчаток необходимо вымыть руки с мылом (при отсутствии такой возможности обработать спиртосодержащими средствами дезинфекции кожных покровов/антисептиками для кожи);

носить одноразовые перчатки следует не более одного-двух часов;

не следует надевать перчатки, если их поверхность повреждена;

в случае нарушения целостности одной перчатки, менять на новые следует обе;

одноразовые перчатки не предполагают повторного использования;

прежде чем выбросить использованные перчатки, их обрабатывают антисептиком и помещают в герметичный пакет;

повторное использование обработанных резиновых перчаток ухудшает их герметичность;

после снятия перчаток следует упаковать их в пакет и утилизировать, руки необходимо тщательно вымыть с мылом (в течение 20-40 секунд), соблюдая последовательность движений, либо обработать антисептиком;

при повторном использовании текстильных или кожаных перчаток, их необходимо правильно обрабатывать: текстильные – стирать при температуре не ниже 60 °С, затем прогладить утюгом с паром, кожаные – обработать дезинфицирующим средством.