

**ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА»**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ ректора № 19/1-ОД
від “ 09 ” 04 2021 р.

ЦІЛЬОВИЙ ІНСТРУКТАЖ з ОП №22
про обмеження для запобігання поширенню вірусної інфекції
COVID-19 для здобувачів вищої освіти УКД

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1. При перших симптомах респіраторних захворювань (підвищеній температурі, появі кашлю, нежитю або ускладненні дихання) негайно звертайтеся за медичною допомогою. Обов'язково зателефонуйте своєму сімейному лікарю.

2. Залишайтеся вдома! Самоізоляція - найдієвіший спосіб убезпечити себе від інфікування.

3. Амбулаторне (домашнє) лікування суворо заборонене у разі, якщо людина перебуває в групі ризику або має наступні симптоми: утруднене дихання, кровохаркання, нудоту, ядуху, блювання, сплутаність свідомості.

4. Частіше провітрюйте приміщення. Доступ чистого повітря перешкоджає розповсюдженню вірусів.

5. Усі поверхні: дверні ручки, стільниці, клавіатуру тощо потрібно регулярно протирати дезінфікуючим засобом.

6. Регулярно мийте руки з милом протягом 30- 40 секунд або обробляйте їх спиртовмісним засобом. Якщо на поверхні рук є вірус, миття рук або їх обробка спиртовмісним розчином вб'є його.

7. В громадських місцях носіть маску або респіратор.

8. По можливості не чіпайте руками очі, ніс, рот. Торкаючись руками очей, носа або рота, можна перенести вірус з поверхні рук до організму.

9. Дотримуйтеся правил респіраторної гігієни. При кашлі або чханні прикривайте рот і ніс серветкою або згином ліктя. Використану серветку відразу викидайте у контейнер для сміття.

10. Уникайте контактів з потенційно зараженими відходами або рідинами тваринного походження.

11. Дотримуйтеся звичайних правил гігієни в продуктових магазинах, де продаються м'ясо, риба, інші продукти тваринного походження.

12. Не вживайте в їжу сирі продукти тваринного походження (м'ясо, птицю, рибу, яйця) або ті продукти, які не пройшли належну термічну обробку.

13. Категорично уникайте будь-яких контактів з тваринами (бродячими котами, собаками, птахами, гризунами, кажанами).

14. Дотримуйтеся дистанції. Тримайтесь від людей на відстані мінімум 1,5-2 метра, особливо, якщо у них кашель, нежить, підвищена температура. Кашляючи або чхаючи, людина, яка хворіє на респіраторну інфекцію, поширює навколо себе

дрібні краплі, що містять вірус. Якщо ви перебуваєте занадто близько до такої людини, то можете заразитися при вдихання повітря.

15. Пройдіть лабораторне дослідження, якщо ви мали контакт з людиною хворою на COVID-19.

Критерії за якими людина може вважатися контактною:

- особа проживає в одному домі з хворим на COVID-19;
- особа мала прямий фізичний контакт з хворим на COVID-19 (наприклад, через рукостискання);
- особа мала контакт із слизовими виділеннями з дихальних шляхів хворого на COVID-19 та не використовувала засоби індивідуального захисту;
- особа контактувала із хворим на COVID-19 на відстані до одного метру протягом 15 хвилин і більше та не використовувала засоби індивідуального захисту;
- контакт в літаку в межах двох сидінь з хворим на COVID-19 (супутники подорожі).

2. ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ КАРАНТИНУ

Карантин – адміністративні та медико-санітарні заходи, що застосовують для запобігання поширенню особливо небезпечної інфекційної хвороби (ст.1 Закону України від 06.04.2000 №1645- III «Про захист населення від інфекційних хвороб»).

Карантин встановлюють на період, необхідний для ліквідації інфекційної хвороби. На цей період можуть змінюватися режими та умови роботи. Основними принципами профілактики інфекційних хвороб є дотримання громадянами санітарно - гігієнічних та санітарно - протиепідемічних правил і норм.

Основні поради щодо поведінки у період карантину на робочих місцях

- Верхній одяг зберігайте в окремій закритій шафі, яка використовується тільки для верхнього одягу.
- Перед початком роботи ретельно помийте руки з милом а тоді обробляйте їх спиртовмісним розчином або антисептиком. На сьогоднішній день це обов'язкова процедура в разі будь-яких контактів із потенційно забрудненими об'єктами. Особливу увагу приділіть нігтям, там накопичується найбільше бруду.
- У разі частого користування антисептиком, застосовуйте крем для рук, щоб уникнути підсушування та утворення тріщин шкіри через які можливе інфікування вірусом COVID-19.
- Робоче місце, стіл клавіатуру, відкриті полиці, інші поверхні протріть разовою серветкою з дезінфікуючим засобом для обробки поверхонь на початку роботи та в кінці робочого дня.
- Провітрювати приміщення слід через кожні 2 - 3 години.
- Слід обмежити спілкування з колегами, робочі місця яких знаходяться в інших приміщеннях, виробничі питання вирішувати через засоби телефонного зв'язку.
- Поза межами свого кабінету при відвідуванні місць загального користування слід одягати маску.
- Зберігайте соціальну дистанцію 1- 1,5м.
- Правильно користуйтеся маскою. Знімати маску не доторкаючись до зовнішньої поверхні. Користуватися не більше 2 - 3 годин. Утилізувати маску в закриті ємності.
- Для проведення дезінфекції користуйтеся засобами, дозволеними на Україні, що забезпечить ефективне знезараження щодо вірусної інфекції.

- Необхідно дотримуватися інструкції щодо кожного дезінфекційного засобу, в тому числі щодо отримання його ефективної концентрації та експозиції (дотримання часу перебування на оброблюваній поверхні).

- Антисептики для обробки шкіри рук - спиртовмісні препарати зі вмістом спирту вище 60%, діючі речовини - етиловий, ізопропіловий спирт чи їх комбінації, які мають пролонгований термін дії та певний час захищають шкіру рук від хвороботворних механізмів. Антисептики для обробки шкіри рук з мінімальним терміном експозиції (термін дії від 30 секунд до 2 хвилин)

- Для обеззараження поверхонь меблів, обладнання необхідно обирати такі засоби, які забезпечували б якісну дезінфекцію при невисокій концентрації розчину, не мали неприємного запаху, не псували майно.

РОЗРОБИВ:

Інженер з охорони праці

Галина СЕМКІВ

ПОГОДЖЕНО:

Перший проректор

Михайло КОСЬМІЙ

Відділ кадрів

Леся КОСЬМІЙ

Юрисконсульт

Вікторія БАСЮК