**Инструкция**

**По проведению дезинфекционных мероприятий для профилактики заболеваний, вызываемых коронавирусами.**

*Механизмы передачи инфекции:*

* Воздушно-капельный
* Контактный
* *Возможно* фекально-оральный

*Меры профилактики по недопущению возникновения и распространения коронавирусной инфекции(COVID 19)Правило*

1. **Соблюдайте гигиену рук!** Чистые руки- это гарантия того, что Вы не будете распространять вирусы, инфицируя себя, когда прикасаетесь ко рту и носу, и окружающих –через поверхности. Как можно чаще, особенно, после использования общественным транспортом, после посещения улицы и общественных мест, перед и после еды, мойте руки водой с мылом или используйте средство для дезинфекции рук или дезинфицирующие салфетки, чтобы иметь возможность в любой обстановке очистить руки. По рекомендациям Роспотребнадзора, кожные антисептики должны содержать изопропиловый спирт в концентрации не менее 70% по массе, этиловый спирт в концентрации не менее 75% по массе- содержание действующих веществ указано в Инструкциях по применению.
2. **Проводите регулярно влажную уборку помещения, где Вы находитесь, чистку и дезинфекцию поверхностей** с использованием бытовых моющих средств.

Обратите прежде всего внимание на дверные ручки, поручни, столы, стулья, компьютерные клавиатуры и мышки, телефонные аппараты, пульты управления, панели оргтехники общего пользования, кассовые аппараты, банковские терминалы и другие предметы, к которым прикасаетесь в быту и на работе **–**дезинфицировать надо каждый час.

Общественные санитарные узлы (пол, санитарно-техническое оборудование, в том числе вентили кранов, спуск бачков унитаза- 3 раза в день.

**Поддерживать чистоту поверхностей – одно из самых простых, но самых важных правил!** По рекомендациям Роспотребнадзора для дезинфекции лучше использовать хлорактивные дезинфектанты, кислородактивные,катионные поверхностно-активные вещества – четвертичные аммониевые соединения в концентрации в рабочем растворе не менее 0,5%  по вирусному режиму в соответствии с инструкцией по применению. Уборочный инвентарь после проведения уборки подлежит обязательной дезинфекции.

Как можно чаще и регулярно проветривайте помещение и увлажняйте воздух любыми доступными способами в помещении, где Вы находитесь. Если есть возможность, необходимо ежедневно использовать ультрафиолетовые  бактерицидные облучатели закрытого типа, которые можно использовать в присутствии людей.

1. **Избегайте многолюдных мест или сократите время пребывания в местах большого скопления людей** (общественный транспорт, торговые центры, концертные залы и др.). Избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, у которых имеются признаки респираторной инфекции( например, кашляют, чихают). Избегайте рукопожатий и поцелуев при приветствии. Помните, что респираторные вирусы передаются от больного человека к здоровому человеку воздушно-капельным путем (при разговоре, чихании, кашле).

Поэтому старайтесь соблюдать расстояние не менее 1-1,5 м от лиц, которые имеют симптомы респираторной инфекции. Кто вернулся из эпидемиологически неблагополучных по коронавирусу стран –не скрывать факт их посещения, по возможности на 14 дней принять меры по так называемой самоизоляции. Не посещать места массового скопления людей, концерты, рестораны, бары, сократить посещения родственников старших возрастов. Именно они находятся в особой группе риска, так как заболевание протекает у них тяжелее.

Соблюдайте «респираторный этикет»: прикрывайте рот и нос салфеткой (платком), когда чихаете или кашляете, используйте одноразовые бумажные салфетки(платки), которые выбрасывайте сразу после использования; при отсутствии платка чихайте в сгиб локтя.; не касайтесь немытыми руками носа, рта и глаз.

ВАЖНО! При использовании медицинских масок необходимо соблюдать правила: обработать руки спиртосодержащим антисептиком или вымыть с мылом. Удерживая маску за завязки или резинки вплотную поднести к лицу белой стороной внутрь и фиксировать завязками(резинками) в положении, когда полностью прикрыта нижняя часть лица – и рот, и нос. В конце придать нужную форму гибкой полоске (носовому зажиму), обеспечивая плотное прилегание маски к лицу. Снять изделие, удерживая за завязки(резинку) сзади, не прикасаясь к передней части маски. Выбрасывать маску в закрывающийся контейнер для отходов. Вымыть руки с мылом или обработать спиртосодержащим средством.

1. **Ведите здоровый образ жизни!** Работодатель должен обеспечить обязательный контроль термометрии сотрудникам.
2. **В случае появления симптомов респираторной инфекции, в том числе гриппа и коронавирусной инфекции**( повышение температуры тела, озноб, слабость, головная боль, заложенность носа, конюнктивит, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах и чувство «ломоты» в теле): оставайтесь дома и вызывайте врача на дом; если Вы до появления симптомов находились в странах, в которых регистрировались случаи COVID 19 в предыдущие 14 дней, то вызывайте скорую помощь и сообщите об этом диспетчеру, а также прибывшим специалистам.
3. **Помните! Своевременное обращение к врачу и начатое лечение позволит минимизировать риск развития и степень тяжести основного осложнения гриппа и коронавирусной инфекции- пневмонии.**