Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Новоаннинский сельскохозяйственный колледж»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ «НСХК»

_____ Н.Э. Кабанова
«19» апреля 2020 год

ИНСТРУКЦИЯ № 36
по охране труда в целях профилактики заражения новой короновирусной инфекцией Covid-2019 для обучающихся

1. Общие сведения охраны труда

1.1 Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики. Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).

Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?

Чувство усталости

Затруднённое дыхание

Высокая температура

Кашель и / или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:
Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (страны, где зафиксировано множество случаев коронавирусной инфекции)?

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (страны, где зафиксировано множество случаев коронавирусной инфекции)?

Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует отнестись максимально внимательно.

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.

Как передаётся коронавирус?

Как и другие респираторные вирусы, 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. Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

2. Требования охраны труда по профилактики заражения Covid-2019 для обучающихся

2.1 Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;
2.2 Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
Медицинские маски – средства защиты «барьерного» типа. Функция маски - задержать капли влаги, которые образуются при кашле, чихании, и в которых могут быть вирусы – возбудители ОРВИ и других респираторных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем.

ВАЖНО! Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики (избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов), и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях.

Прежде всего. маски предназначены для тех, кто уже заболел: маска удерживает на себе большую часть слюны кашляющего или чихающего человека. Таким образом. в воздух попадает значительно меньше вирусных частиц и опасность инфицирования для окружающих снижается. Кроме того, маску должны носить люди, оказывающие медицинскую помощь заболевшим и осуществляющие уход за ними. Здоровые люди должны использовать маску при посещении публичных мест, общественного транспорта.

Правильное ношение маски:

Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.
После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.
Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

Через два-три часа постоянного использования маску надо менять. Одноразовые медицинские маски из нетканого материала не подлежат повторному использованию и какой-либо обработке. В домашних условиях использованную одноразовую медицинскую маску необходимо поместить в отдельный пакет, герметично закрыть его и лишь после этого выбросить в мусорное ведро.

2.3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

2.4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
Правильная методика мытья рук предполагает использование мыла и теплой проточной воды, которые растирают руками в течение не менее 30 секунд. Следуйте этим простым правилам:

- Снимите украшения, закатайте рукава
- Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла
- Тщательно намыльте руки и в течение не менее 30 секунд соблюдайте технику мытья рук
- Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло
- Просушите руки полотенцем

Сушка рук имеет важное значение - руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

2.5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
Правильное проведение дезинфекции на рабочем месте:
Дверные ручки
Вымойте с мылом или обработайте антисептиком на основе спирта не менее 70% или хлорсодержащим раствором. Мыть нужно те ручки, к которым вы прикасаетесь. После обработки дверных ручек обязательное вымойте руки с мылом.

Выключатели
Протрите салфеткой с антисептиком. Если в доме все здоровы, часто протирать выключатели нет необходимости.

Ручки шкафов
Вымойте их с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

Спинки стульев, не обитые тканью и мягким пористым материалом
Вымойте с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

Письменный стол
Вымойте с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

Бытовая техника
Протрите панели управления салфетками с антисептиком на основе спирта во время уборки дома.

2.6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.

2.7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

2.8 Используйте кожный антисептик для обработки рук.
Кожный антисептик – современное дезинфицирующее средство, предназначенное для обработки рук. В момент выбора, какое именно средство приобрести, стоит обратить внимание на спектр действия антисептика, содержание спирта, а также внимательно изучить инструкцию для того чтобы понимать сколько времени его нужно втирать в кожу и в каком количестве использовать.

При выборе дезинфицирующего средства всегда нужно обращать внимание, на возбудителей какой этиологии он воздействует. Если вы выбрали средство только с антибактериальным действием, то имейте в виду, что в период распространения ОРВИ, гриппа и других респираторных заболеваний, он вам может не помочь, так как эффективность этого средства в отношении вирусов не изучалась. В таком случае стоит выбрать кожный антисептик с широким спектром действия, который сможет уничтожить и бактерии, и вирусы. Чтобы понять, на каких возбудителей воздействует средство необходимо прочитать инструкцию.

В состав эффективного антисептика для рук должно входить не менее 60–80 % изопропилового или этилового спирта.
Важно понимать, что потереть антисептик между ладонями в течение 5 секунд недостаточно. В инструкции по применению стоит обратить внимание на время экспозиции и количество средства, которое необходимо для однократной обработки рук. Обработка рук антисептиком включает в себя тщательную обработку кожи между пальцами, кончиков пальцев, втирание средства до полного высыхания, но не менее 30 секунд. В инструкциях к некоторым кожным

антисептикам есть рекомендации проводить эту процедуру трижды и не менее 2-х минут, чтобы убить все вирусы.

2.9 Соблюдайте график посещения образовательного учреждения для учебной группы, в целях избежание контактов с обучающимися из других групп, во время перемен контактируйте только с лицами своей группы, минимизируйте контакты с посторонними лицами.

2.10 Своевременно приходить к началу занятий (по графику) для прохождения термометрии.

2.11 Воздержатся от посещения массовых культурные и иных мероприятий при скоплении людей свыше 10 человек.

2.12 В случае ухудшения самочувствия (озноб, кашель, слабость, температура) немедленно сообщить классному руководителю либо преподавателю, по возможности изолироваться от людей и ждать указаний преподавателя.

3. Требования охраны труда при подозрении заражения инфекцией

3.1 Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.

Проинформируйте классного руководителя об ухудшении самочувствия, с помощью телефонной или иной связи.

3.2 Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

3.4 Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.

3.5. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

3.6. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.

Виды исследований на новую коронавирусную инфекцию COVID-19

Молекулярная диагностика

Этот тест предназначен для диагностики коронавирусной инфекции и проводится тем, у кого есть симптомы респираторного заболевания или тем, кто имел контакты с возможным источником инфекции. Для этого берется мазок из носа и ротоглотки и методом ПЦР выявляется наличие или отсутствие генетического материала вируса (РНК коронавируса) в биологическом материале человека. Отсутствие генетического материала возбудителя означает, что человек не инфицирован *на момент взятия анализа*. Для подтверждения или исключения наличия инфекции тест выполняется повторно через 10 дней после первичного взятия мазка. Также повторное тестирование необходимо при выписке больных COVID-19 из стационара – для этого необходимо получение двух отрицательных результатов с промежутком не менее суток.

Применяемые сегодня тест-системы отличаются высокой точностью. Однако возможны и отрицательные ответы (даже при наличии симптомов, схожих с COVID-19). Причины этому могут быть следующие: небольшая вирусная нагрузка (малое количество вируса в биоматериале), поздние стадии заболевания (вирус уже «спустился» в лёгкие из верхних дыхательных путей), человеческий фактор (нарушения при заборе биологического материала).

Анализ на антитела (IgM и IgG)

IgM и IgG – это иммунные клетки, которые вырабатываются в организме человека в результате его контакта с вирусом. IgM вырабатываются в самом начале заболевания и свидетельствуют о продолжающемся остром заболевании - текущей инфекции. IgG появляются когда человек

преодолел инфекцию, и остаются достаточно долго после болезни. Принято считать, что их наличие говорит о перенесенном заболевании и о формирующемся иммунитете.

Тест позволяет оценить коллективный иммунитет населения нашей страны к COVID-19. Пройти его может любой, кто желает как можно скорее узнать свой иммунный статус по отношению к новой коронавирусной инфекции и при этом не имеет симптомов заболевания и контактов с инфекцией. Полученные результаты могут служить не только для определения антительного иммунного ответа у конкретного человека, но и для оценки количества переболевших в разных группах населения. Тест на антитела методом иммуноферментного анализа крови (ИФА) еще и определяет титр – количество выявленных антител.

Экспресс-тест выявляет наличие или отсутствие антител. Для исследования используется капиллярная или венозная кровь.

Анализ на вирусные антигены

Вирусные антигены – это белки, входящие в состав вируса, которые распознаются иммунной системой. Анализ на вирусные антигены – это еще один тест для диагностики коронавирусной инфекции, в том числе у тех, кто контактировал с ней. Но если анализ на антитела исследует наличие их в крови, то этот тест выявляет вирусные антигены в мазке из носа.

Отсутствие вирусных антигенов означает и отсутствие у человека инфекции. Но, как и во всех остальных тестах, результат актуален лишь на момент сдачи анализа и не гарантирует, что человек не мог заразиться позже, уже после проведения исследования. Тест на антигены достаточно прост, может быть проведён непосредственно на приёме у врача. При этом существенным ограничением его применения является невысокая аналитическая чувствительность.

4. Требования охраны труда при заражении инфекцией

4.1 Строго выполняйте указания врача о госпитализации либо лечении на дому в условиях самоизоляции.

4.2 Сообщите классному руководителю о подтвержденном диагнозе, а также круге лиц из числа работников и обучающихся с кем Вы контактировали.

Специалист по охране труда Е.А. Закурдаева