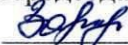


СОГЛАСОВАНА

Председатель СТК

 Е.Н. Зарубина

«20» 08 20 20 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБПОУ ИО БТТТ
от 20.08.2020 г. № 99/о

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ИОТ- 09-2020

**для обучающихся, проживающих в общежитии ГБПОУ ИО БТТТ
в период угрозы распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)**

1. Общие положения

Инструкция разработана для обучающихся всех категорий, включая студентов из числа иностранных граждан, проживающих в общежитии ГБПОУ ИО БТТТ, в целях профилактики распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

2. Коронавирус и его симптомы

Коронавирусы – это семейство вирусов, которые поражают органы дыхания и вызывают разные заболевания: от простуды до пневмонии.

Симптомы коронавируса:

- ощущение повышенной утомляемости;
- повышенная температура;
- возникновение озноба;
- заложенность носа, чихание,
- возникновение кашля,
- боль в горле и мышцах;
- ощущение тяжести в грудной клетке,
- потеря обоняния и чувства вкуса.

Неявные симптомы могут привести к осложнениям (отит, синусит, бронхит, пневмония и др.), поэтому при появлении симптомов необходимо вызвать врача. Не следует заниматься самолечением.

3. Основные правила поведения обучающихся, проживающих в общежитии

3.1. Не нарушать ограничительные меры, введенные в Иркутской области, к нарушителям могут применяться меры административного воздействия, предусмотренные статьей 20.6.1.КоАП РФ «Невыполнение правил поведения при чрезвычайной ситуации или угрозе ее возникновения».

3.2. Свести до минимума количество выходов и время пребывания вне общежития.

3.3. Не подвергать себя риску, связанному с незащищенными близкими контактами и пребыванием в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).

3.4. Не нарушать установленную дистанцию между людьми (1,5-2 метра), в т.ч. разметку в местах общественного пользования.

3.5. Полностью исключить рукопожатие или дружеские объятия, заменить их голосовым приветствием.

3.6. Соблюдать правила личной и общественной гигиены: режим регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками - в течение всего дня, перед приемом пищи, после каждого посещения туалета, после посещения общественных мест (к примеру, продуктовый магазин, вахта, кабинет администрации общежития, помещение для приготовления пищи, и др.)

3.7. Контролировать себя и не дотрагиваться руками до лица, рта, глаз, в целях исключения попадания вируса с кожных покровов на слизистые.

3.8. Не давать подсыхать слизистым носа. Регулярно промывать органы дыхания (рот, нос) и слизистую глаз.

3.9. Соблюдать респираторную гигиену, при чихании или кашле прикрывать нос и рот одноразовой салфеткой, которую необходимо тут же утилизировать;

3.10. Соблюдать домашний режим труда и отдыха, делать перерывы при выполнении учебных (дистанционных) заданий.

3.11. Выполнять посильные физические нагрузки, двигаться, высыпаться, правильно питаться.

3.12. Находясь в комнате общежития:

- не выходите без необходимости из своей комнаты, а также не переходите в соседние комнаты общежития;

- содержите свою комнату в чистоте и порядке, 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 и т.д.);

- соблюдайте чистоту на столе и среди личных вещей постоянного пользования (сумки, сотовый телефон, связка ключей, очки и др.);

- дезинфицируйте гаджеты и поверхности, к которым прикасаетесь: дверные ручки, выключатели, раковины и смесители, пульта, клавиатуру и мышь, ключи, поверхности перил, столешниц, полок, панели бытовой техники и др.

3.13. Если Вам требуется выйти из общежития:

- подумайте, так ли важно для Вас нахождение в предполагаемом общественном или ином месте;

- в общественных местах (магазинах, в общественном транспорте и др.) используйте медицинские перчатки, одноразовую медицинскую или многоразовую тканевую маску, меняя ее каждые 2-3 часа. 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.

3.14. Старайтесь держать дистанцию и предупреждать окружающих Вас людей о не соблюдении ими расстояния в 1,5 м.

3.15. Мойте тщательно руки с мылом после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми, обрабатывайте антисептическими средствами.

4. Алгоритм действий при подозрении на коронавирусную инфекцию

4.1. При подозрении на наличие симптомов оставайтесь в комнате общежития.

4.2. Вызовите врача скорой медицинской помощи, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах.

4.3. Строго следуйте рекомендациям врача. Если врач предложил Вам госпитализироваться, ни в коем случае не отказывайтесь.

4.4. Если Вы остались в комнате общежития:

- минимизируйте контакты со здоровыми людьми;

- пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб;

- пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой;

- обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.

Инструкция составлена в соответствии с рекомендациями Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19).