


Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Иркутской области

« ИРКУТСКИЙ ТЕХНИКУМ РЕЧНОГО И АВТОМОБИЛЬНОГО ТРАНСПОРТА »


СОГЛАСОВАНО:

Председатель профсоюзной  
организации ГБПОУ ИО «ИрТриАТ»

 О.В.Карелина  
« 31 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ ИО «ИрТриАТ»  
Е.А.Торунов

 « 31 » августа 2020 г.

**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19)**  
**среди обучающихся ГБПОУ ИО ИрТриАТ**  
**ИОТ-02-118**

2020 г.

## **ИНСТРУКЦИЯ** **по профилактике коронавирусной инфекции (COVID-19)** **среди обучающихся ГБПОУ ИО ИрТриАТ**

### **1. Что такое коронавирус**

Коронавирусы - большое семейство вирусов, которые поражают органы дыхания и вызывают разные болезни: от простуды до пневмонии.

Коронавирус начинается как любой другой вирус или инфекция. Сначала появляются первые симптомы:

- повышенная утомляемость;
- повышение температуры и озноб;
- бледность;
- заложенность носа, чихание, кашель;
- боль в горле и мышцах;
- ощущение тяжести в грудной клетке;
- отсутствие обоняния и вкуса

Первые симптомы могут привести к осложнениям, таким как отит, синусит, бронхит, пневмония и другие болезни. Поэтому при появлении симптомов вызовите бригаду скорой медицинской помощи по тел: 103,112. Не занимайтесь самолечением.

### **2. Как вести себя в связи с распространением коронавируса**

Какие меры предосторожности помогут не заболеть:

- регулярно мойте руки после посещения общественных мест, туалета, перед едой, просто в течение дня. Это убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи;
- не трогайте лицо грязными руками, чтобы вирусы с кожи не попали в организм;
- соблюдайте респираторную гигиену, при чихании или кашле прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой;
- держите дистанцию в людных местах. ВОЗ рекомендует соблюдать дистанцию минимум 1 метр, особенно от людей с признаками заболевания;
- проветривайте рабочее пространство. Спертый воздух - благоприятная среда для вирусов и других микробов;
- не давайте подсыхать слизистым носа. Регулярно промывайте нос и увлажняйте воздух в помещении;
- соблюдайте режим труда и отдыха, выполняйте физические нагрузки, гуляйте на воздухе, высыпайтесь и пейте витамины.

### **3. Рекомендации для снижения риска распространения коронавируса**

- При входе в здание техникума необходимо измерить температуру бесконтактным способом и провести гигиеническую обработку рук с применением антисептических средств. В случае обнаружения у обучающегося повышенной температуры, он не допускается к занятиям.
- Лица с признаками инфекционных заболеваний, выявленные в течение дня, незамедлительно изолируются до приезда бригады скорой (неотложной) медицинской помощи или прихода родителей (законных представителей) для лиц, младше 18 лет.
- Избегайте скопления обучающихся на входе, в коридорах, возле расписания занятий и т.д.
- В целях самозащиты мойте и обрабатывайте руки антисептическими средствами в течение дня.
- Замените рукопожатия и объятия на словесные приветствия.
- Регулярно обрабатывайте мобильный телефон антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол – то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно. Для борьбы с коронавирусной инфекцией лучше всего использовать салфетки и гели на основе спирта. Популярный антисептик хлоргексидин больше предназначен для защиты от бактерий, но в крайнем случае можно использовать и его.

Мобильный телефон следует обрабатывать после каждого посещения публичных мест, общественного транспорта и т. д. И обязательно – вечером, после окончания учебного дня.

- По приходу домой рекомендуется хорошо вымыть руки, лицо, прополоскать горло (можно использовать настой календулы, который способен смягчить слизистую оболочку, а также антисептики на водной основе) и промыть нос (можно использовать раствор хлорида натрия (физраствор 0,9%)

Инструкцию составил  
Специалист по охране труда



Г.Б. Еккель