

# Информация по технике безопасности для технического персонала

Перечень рекомендаций касательно здоровья и техники безопасности с целью предотвращения получения производственных травм техническим персоналом



Август 2020

Издание 2, Выпуск 7



## Защитите себя на работе: Как проводить уборку и дезинфекцию для профилактики COVID-19 (коронавируса)

Уборщики/смотрители зданий находятся на переднем крае борьбы с распространением COVID-19 и других опасных вирусов. Узнайте, как проводить уборку и дезинфицировать помещения и территорию, чтобы снизить риск распространения инфекции. Ниже перечислены несколько пунктов, о которых необходимо помнить:

### В зависимости от типа учреждения:

- **Закрывайте доступ в помещения, которыми пользуются заболевшие, и**
- **Подождите как можно дольше (до 24 часов) перед тем, как начать уборку и дезинфекцию помещений и территорий, которыми пользовались заболевшие.**
- **Откройте выходящие на улицу двери и окна, чтобы улучшить циркуляцию воздуха в помещении.**
- **Убедитесь, что у вас имеются все необходимые средства индивидуальной защиты (PPE) и воспользуйтесь ими** — это маски, перчатки и средства для защиты глаз.
- **Проведите уборку и дезинфекцию во всех помещениях (офисах, уборных и местах общего пользования), которыми пользовались заболевшие.**
- **Особенно сосредоточьтесь на поверхностях, к которым часто прикасаются.**
- Если поверхности загрязнены, то **сперва очистите** их с помощью чистящего средства или воды с мылом, а **затем дезинфицируйте**.



### Различия:



**Очистка:** означает **удаление загрязнений** и других веществ с поверхностей.

**Дезинфекция:** означает использование химикатов для **уничтожения бактерий и вирусов** на поверхностях.

## Как проводить дезинфекцию:

- Используйте разбавленные средства бытовой химии на основе хлора или
- Спирта с содержанием спирта не менее 70% или
- Наиболее распространенные бытовые дезинфектанты, зарегистрированные EPA, должны быть эффективными.
- Найдите и воспользуйтесь [безопасными химикатами и методами очистки при уборке и дезинфекции](#).
- **Разбавленные хлорсодержащие растворы** можно использовать в тех случаях, если поверхность подходит для таких средств.
  - **Спросите** своего вышестоящего начальника или менеджера, чтобы определиться, какие химикаты можно использовать на тех или иных поверхностях.
  - **Следуйте** инструкциям производителя по использованию того или иного средства и обеспечьте надлежащее проветривание.
  - **Проверьте** срок годности продукта и убедитесь, что он не просрочен.
  - **Никогда не смешивайте гипохлорит натрия (bleach) с аммиаком (ammonia) или любым другим чистящим веществом.**
- **Спиртовые растворы** (содержащие не менее 70% спирта) можно использовать в тех случаях, если поверхность подходит для таких средств.
- Средства с [заявленной и заверенной EPA эффективностью в отношении новейших вирусных патогенов](#) считаются действенными против COVID-19, на основании данных об эффективности против других трудно поддающихся уничтожению вирусов. Следуйте инструкциям по применению от производителя для всех чистящих и дезинфицирующих средств (например, все что касается концентрации, способа применения, времени воздействия и т. д.).
- При **очистке мягких (пористых) поверхностей**, таких как ковровые покрытия, коврики и шторы, удалите все видимые загрязнения, если таковые имеются, а затем проведите очистку с помощью соответствующих чистящих средств, предназначенных для таких поверхностей. После очистки:
  - Если предметы можно стирать в стиральной машине, то стирайте их в соответствии с инструкциями производителя, при наиболее подходящей температуре воды для таких предметов, после чего полностью высушите их.

**Приготовьте разбавленный раствор гипохлорита натрия (bleach), смешав следующие вещества:**

- 5 столовых ложек (1/3 мерной чашки) гипохлорита натрия на галлон воды или
- 4 чайных ложки гипохлорита натрия на кварту воды

- Если предметы нельзя стирать в стиральной машине, воспользуйтесь средствами с заявленной и проверенной EPA эффективностью в отношении новейших вирусных патогенов, которые предназначены для пористых поверхностей.

---

## Рекомендации в отношении белья, одежды и других вещей, которые можно стирать в стиральной машине:

- Стирайте вещи в соответствии с инструкцией производителя. Если это возможно, стирайте их при наиболее подходящей температуре воды для таких предметов, после чего полностью высушите их. Грязное белье и вещи, с которыми контактировали заболевшие лица, можно стирать вместе с вещами других людей.
- **Не встряхивайте грязное белье и вещи** — так вы снизите вероятность рассеивания вируса в воздухе.
- **Очищайте и дезинфицируйте корзины для белья или тележки для перевозки белья** согласно приведенным выше инструкциям для твердых или мягких поверхностей.



---

## Средства индивидуальной защиты (PPE) и гигиена рук:

- Если вы очищаете зараженные поверхности, носите **маски, одноразовые перчатки и халаты** при выполнении всех задач по уборке и очистке, включая сбор и вынос мусора.
  - Перчатки и халаты должны быть совместимы с дезинфицирующими средствами, которые вы используете.
- Дополнительные PPE (например средства для защиты глаз) **могут быть обязательны**, в зависимости от используемых чистящих средств или дезинфектантов, а также при возможности образования брызг.
- **Перчатки и халаты следует снимать осторожно**, чтобы избежать заражения человека, носящего их и окружающей территории. Тщательно **мойте** руки после снятия PPE.

- **Немедленно сообщайте своему непосредственному начальнику о нарушении целостности PPE** (например, при порванной перчатке) или о любых других случаях потенциального контакта с вирусом.
- **Мойте руки часто, в том числе сразу же после снятия перчаток и после контакта с заболевшим человеком**, мойте их с водой и мылом в течение 20 секунд. Если вода с мылом недоступны и на руках нет видимых загрязнений, то вы можете воспользоваться санитайзером на спиртовой основе, который должен содержать **60%—95% спирта**.
  - **Однако если на руках есть видимые загрязнения, то всегда мойте их водой с мылом.**
- **Совершайте привычные действия по предотвращению распространения коронавируса**, включая частое мытье рук, избегайте прикосновения к глазам, носу или рту невымытыми руками.
- **Особенно важно мыть руки также и в следующих случаях:**
  - После того, как вы высморкаетесь, прокашляетесь или чихнете
  - После пользования туалетом
  - Перед приемом или приготовлением пищи
  - После контакта с животными или домашними питомцами
  - Перед оказанием привычных процедур по уходу за другим лицом, нуждающимся в поддержке (например, за ребенком) и после таких процедур

**Дополнительную информацию вы сможете найти в [полном тексте руководства Центра по контролю и профилактики заболеваний \(CDC\) \(временные рекомендации\)](#), а также в [списке дезинфектантов, одобренных EPA](#).**