

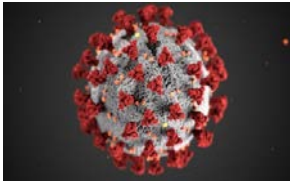
Информация по технике безопасности для технического персонала

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



Март 2020 г

Выпуск 2, номер 1



Вы знаете, каким образом избежать COVID-19?

Отслеживайте симптомы:

Через 2–14 дней после контакта могут возникать следующие симптомы.



Кашель



затруднение дыхания



повышенная температура

Позвоните врачу, если вы...

- Испытываете болезненное состояние и **находились в близком контакте** с человеком, который, как известно, болен COVID-19, ИЛИ
- Вы **недавно прибыли из местности**, [где среди населения широко распространен или распространяется вирус COVID-19](#).

Защитите свое здоровье: инфицированные люди могут передавать вирус COVID-19 через крошечные капли при чихании или кашле. Чтобы предотвратить распространение COVID-19, соблюдайте такие практические рекомендации:

- **Избегайте контакта** с больными людьми.
- **Не касайтесь** глаз, носа и рта.
- **Если вы заболели**, оставайтесь дома.
- **Прикрывайте рот и нос при кашле или чихании** салфеткой, затем выбрасывайте ее в мусорную корзину.
- **Очищайте и дезинфицируйте** предметы и поверхности, которых часто касаются. Для дезинфекции более эффективными являются разбавленные растворы бытовых отбеливателей, спиртовые растворы с минимальным содержанием 70% спирта и самые обычные зарегистрированные Агентством по охране окружающей среды (Environmental Protection Agency, EPA) дезинфицирующие вещества (см. [список дезинфицирующих средств EPA против этого вируса](#)).
 - Вирус может оставаться жизнеспособным на поверхностях до **72 часов**.
- **Используя маску для лица**, следуйте рекомендациям CDC.

- **Часто мойте руки!**
 - Протирайте руки по крайней мере в течение 20 секунд. Нужен таймер? Дважды с начала и до конца пропойте песенку «С Днём рождения».
 - Тщательно ополосните руки под чистой проточной водой.
 - Вытрите руки чистым полотенцем или высушите их на воздухе.

Защитите себя на рабочем месте: согласно информации CDC, меры по предотвращению заболевания заключаются как в очистке, так и дезинфекции. Если вам предложено продезинфицировать территорию, на которой произошел установленный случай распространения COVID-19, убедитесь в наличии средств индивидуальной защиты (СИЗ); прохождении инструктажа по дезинфекции, организованного работодателем, и выполнении требований руководства [CDC по дезинфекции](#), в котором рассматривается следующее, в том числе:

- 1) Очистите поверхность детергентом или хозяйственно-бытовым моющим средством. Очистка является важным первым этапом всего процесса, поскольку она физически удаляет с поверхности загрязнения, органические материалы и множество микроорганизмов.
- 2) Промойте поверхность чистой водой.
- 3) Дезинфекция всегда должна проходить последней, чтобы убедиться в уничтожении любых микробов, оставшихся после очистки. Дезинфицирующие средства не так эффективны при непосредственном применении на грязных поверхностях, поскольку микроорганизмы и вирусы могут скрываться под грязными участками.
 - Необходимо следовать отмеченным на этикетке указаниям по применению данного средства против **оболочечных вирусов**, которые относятся к вызывающему **COVID-19** коронавирусу. **Дезинфицирующие средства могут требовать 10-минутного контакта**, что означает необходимость оставить дезинфицирующее средство **на увлажненной поверхности** в течение 10 минут, чтобы уничтожить бактерии. Если в указаниях по применению таких средств против вирусов приведено различное время контакта или объемы разбавления, выдерживайте наибольшее время контакта или используйте максимально концентрированный раствор. [Обратитесь к руководствам по дезинфекции.](#)

Очищайте и дезинфицируйте все поверхности, к которым часто прикасаются. К ним могут относиться:

- Дверные ручки
- Стеклянные дверцы выше 4 футов (120 см)
- Водопроводные краны
- Душевые насадки
- Дозаторы жидкого мыла
- Поручни и лестничные перила
- Витрины и столы в зонах интенсивного перемещения людей.
- Телефоны
- Другие поверхности, к которым часто прикасаются потребители

- Для большинства поверхностей, таких как полы, стены и другие поверхности, достаточным будет использование универсальных моющих средств. Однако если ваш работодатель предлагает провести дезинфекцию для уничтожения микробов, помните, что не все универсальные моющие средства являются дезинфицирующими. Если вы не уверены, переспросите у своего руководителя или начальника.
- Если вам предложено продезинфицировать территорию после известных подтвержденных случаев с распространением COVID-19, не начинайте работу до проведения вашим работодателем надлежащего инструктажа по обеспечению безопасности или переподготовки.
- Чтобы защититься от воздействия моющих химических средств, **используйте латексные или нитриловые перчатки.**

- Если возможно, **используйте средства защиты глаз**, чтобы предотвратить попадание химических средств в глаза при разбрызгивании.
- Дезинфицирующие средства с этиловым, изопропиловым спиртом или перекисью водорода более безопасны для применения.
- **Без соответствующих указаний со стороны вашего работодателя** не готовьте свою собственную моющую или дезинфицирующую смесь. Такие смеси могут быть неэффективны и вступать в реакцию с другими химическими веществами на рабочем месте, а также нанести вам вред.
- Убедитесь в присутствии достаточной **вентиляции** (притока воздуха) в зонах проведения дезинфекции. При проведении очистки в ванной или другом небольшом помещении убедитесь в том, что дверь закреплена в открытом положении.
- Помните, что в процессе работы нельзя **касаться** лица, глаз или носа.
- **Мойте руки в течение 20 секунд с мылом и водой** при каждом перерыве, до и после приема пищи. Не забывайте часто менять перчатки.
- **Закрывайте** на коже любые порезы, царапины или открытые раны фиксирующимися повязками и часто их меняйте.