



Өфө ҡалаһы, 450008, Цюрупа урамы, 13
Тел.: +7(347) 218-09-58, +7(347) 218-09-62
e-mail: trade.secretar@bashkortostan.ru,
<https://trade.bashkortostan.ru>

ул. Цюрупа, 13, г. Уфа, 450008
Тел.: +7(347) 218-09-58, +7(347) 218-09-62
e-mail: trade.secretar@bashkortostan.ru,
<https://trade.bashkortostan.ru>

03.09.2020 г. № 7374-07

На № _____ от _____

Администрации МР и ГО
Республики Башкортостан

Ассоциация предприятий
индустрии питания
в сфере образования
Республики Башкортостан

Государственный комитет Республики Башкортостан по торговле и защите прав потребителей в соответствии с поручением в рамках заседания оперативного штаба по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Республики Башкортостан, напоминает об усилении санитарно-противоэпидемического режима на предприятиях общественного питания открытой сети (рестораны, бары, кафе, закусочные, столовые), а также на предприятиях общественного питания закрытой сети (школы, детские сады). В связи с этим, напоминаем о необходимости проведения дезинфекции на данных предприятиях, а также использования диспенсеров с антисептиками для обработки рук.

Повторно направляем для использования в работе и размещения на официальных сайтах и социальных сетях, информацию Роспотребнадзора и ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан».

Приложение на 13 л. в 1 экз.

Первый заместитель
председателя

А.А. Аскарлов

Председателю Государственного
комитета Республики Башкортостан
по торговле и защите прав
потребителей
Гусеву А.Н.

E-mail: trade.secretar@bashkortostan.ru

О направлении рекомендаций по
организации работы образовательных организаций

Уважаемый Алексей Николаевич!

Управление Роспотребнадзора по Республике Башкортостан направляет рекомендации от 08.05.2020 № 02/8900-2020-24 «Рекомендации по организации работы образовательных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19».

Просим довести указанную информацию до сведения руководителей подведомственных образовательных организаций.

Приложение: рекомендации по организации работы образовательных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 на 3 л. в 1 экз.

Заместитель руководителя

А.С. Жеребцов



**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)**

Видовский пер., д. 18, стр. 5 и 7, г. Москва, 127994
Тел.: 8 (499) 973-26-90; Факс: 8 (499) 973-26-43
E-mail: depart@gsen.ru <http://www.rosпотребнадзор.ru>
ОКПО 00083339 ОГРН 1047796261512
ИНН 7707515984 КПП 770701001

08.05.2020 № *02/8900-2020-24*

На № _____ от _____

Органам исполнительной
власти субъектов
Российской Федерации

Территориальным органам
Роспотребнадзора

Минпросвещения России

О направлении рекомендаций по
организации работы образовательных организаций

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в целях недопущения распространения новой коронавирусной инфекции направляет рекомендации по организации работы образовательных организаций.

Органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации довести указанные рекомендации до соответствующих организаций всех форм собственности.

Приложение: на 3 л. в 1 экз.

Руководитель

А.Ю. Попова

**Рекомендации по организации работы образовательных организаций
в условиях сохранения рисков распространения COVID-19**

I. Общие положения.

1. Перед открытием организации провести генеральную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств по вирусному режиму.
2. Закрепить за каждым классом (группой) учебное помещение (групповую), организовав предметное обучение и пребывание в строго закрепленном за каждым классом (группой) помещении. Исключить общение обучающихся и воспитанников из разных классов (групп) во время перемен и при проведении прогулок.
3. По возможности сократить число обучающихся и воспитанников в классе (группе).
4. Исключить объединение обучающихся и воспитанников из разных классов (групп) в одну группу продленного дня, не допускать формирование «вечерних дежурных» групп.
5. Исключить проведение массовых мероприятий.
6. Обеспечить проведение ежедневных «утренних фильтров» с обязательной термометрией (целесообразно использовать бесконтактные термометры) с целью выявления и недопущения в организации обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей), сотрудников с признаками респираторных заболеваний при входе в здание, исключив скопление детей и их родителей (законных представителей) при проведении «утреннего фильтра».
7. Установить при входе в здание дозаторы с антисептическим средством для обработки рук.
8. Пересмотреть режим работы организации, в т.ч. расписание учебных занятий, изменив время начала первого урока (занятия) для разных классов и время проведения перемен, в целях максимального разобщения классов (групп).
9. Обеспечить незамедлительную изоляцию обучающихся и воспитанников с признаками респираторных заболеваний, до прихода родителей (законных представителей) или приезда бригады скорой помощи.
10. С учетом погодных условий максимально организовать пребывание детей и проведение занятий на открытом воздухе. Использовать открытую спортивную площадку для занятий физической культурой, сократив количество занятий в спортивном зале.
11. Проводить во время перемен (динамических пауз) и по окончании работы текущую дезинфекцию помещений (обработка рабочих поверхностей, пола, дверных ручек, помещений пищеблоков, мебели, санузлов, вентилях кранов, спуска бачков унитазов). Дезинфицирующие средства использовать в соответствии с инструкциями производителя в концентрациях для вирусных инфекций.

12. Обеспечить дезинфекцию воздушной среды с использованием приборов для обеззараживания воздуха.

13. Обеспечить после каждого урока проведение в отсутствие обучающихся сквозного проветривания помещений и групповых помещений в отсутствие детей.

10. Обеспечить обработку обеденных столов до и после каждого приема пищи с использованием моющих и дезинфицирующих средств.

11. Столовую и чайную посуду, столовые приборы после каждого использования дезинфицировать путем погружения в дезинфицирующий раствор с последующим мытьем и высушиванием либо мыть в посудомоечных машинах с соблюдением температурного режима.

12. Организовать работу персонала пищеблоков с использованием средств индивидуальной защиты (маски и перчатки).

13. Усилить контроль за организацией питьевого режима, обратив особое внимание на обеспеченность одноразовой посудой и проведением обработки кулеров и дозаторов.

14. Обеспечить постоянное наличие мыла, туалетной бумаги в санузлах для детей и сотрудников, установить дозаторы с антисептическим средством для обработки рук.

15. Усилить педагогическую работу по гигиеническому воспитанию обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей). Обеспечить контроль за соблюдением правил личной гигиены обучающимися и сотрудниками.

II. Рекомендации по проведению экзаменов и итоговой аттестации.

1. Провести генеральную уборку с применением дезинфицирующих средств по вирусному режиму мест проведения экзаменов до их начала и после завершения.

2. При проведении итоговой аттестации, экзаменов в общеобразовательных организациях при входе в здание обеспечить проведение обязательной термометрии с использованием бесконтактных термометров с целью выявления и недопущения обучающихся и персонала с признаками респираторных заболеваний.

3. Установить при входе в здание дозаторы с антисептическим средством для обработки рук.

4. Составить график прихода на экзамен обучающихся и персонала в целях максимального разобщения обучающихся при проведении утренней термометрии.

5. Исключить скопление детей в зоне рекреации.

6. В местах проведения экзаменов обеспечить социальную дистанцию между обучающимися не менее 1,5 метров, зигзагообразную рассадку за партами (по 1 человеку).

7. Предусмотреть возможность оснащения помещений для проведения экзаменов оборудованием для обеззараживания воздуха, предназначенным для работы в присутствии детей.

8. Обеспечить персонал, присутствующий на экзамене средствами индивидуальной защиты (маски и перчатки).

9. Организовать питьевой режим с использованием воды в емкостях промышленного производства, в том числе через установки с дозированным розливом воды (куллеры, помпы и т.п.), обеспечив достаточное количество одноразовой посудой и проведение обработки кулеров и дозаторов.

Города и районы

Уфа

Адрес, телефон, почта

Чишменский, Давлекановский,
Благоварский, Буздяжский,
Давлекановский, Кармаскалинский,
Кушнаренковский районы

Уфа, Шиферная, 7
+7 (347) 287-86-00
fuz@02.gosrotgribnadzor.ru

Туймазинский, Бакалинский,
Чембарулинский, Шаранский районы
и город Октябрьский

р.п. Чишмы, Речная, 2А
+7 (34797) 2-12-91
2016a02.gosrotgribnadzor.ru

Белебеевский, Агуйшевский,
Бижбулякский, Ермачевский,
Минялинский районы

Туймазы, Л. Морозова, 1, офис 1
+7 (34712) 7-25-96
2023a02.gosrotgribnadzor.ru

Дуванский, Гараздатский, Кигинский,
Мечетлинский и Сарлайский районы

Белебей, Волгоградская, 41
+7 (34716) 4-24-87, +7 (34716) 4-24-56
r03b002.gosrotgribnadzor.ru

Рырек, Карачина, д. 18
+7 (34714) 3-35-98
2056a02.gosrotgribnadzor.ru

Нефтекамск, Ардель, Дюртюлинский,
Ишимовский, Калтасинский,
Краснокамский, Вавурский районы

Нефтекамск, Социалистическая, 10
+7 (34715) 4-26-65
r06b002.gosrotgribnadzor.ru

Стерлитамак, Салават, Аургазинский,
Габдуллинский, Ишимбайский,
Стерлибашевский, Стерлитамакский
районы

Стерлитамак, Реванполюшная, 2А
+7 (34751) 43-68-00
r07b002.gosrotgribnadzor.ru

Кумертау, Мелкусовский, Куларгинский,
Кукморлинский, Федоровский районы

Кумертау, Габдул, 29
+7 (34751) 4-38-85
r09a002.gosrotgribnadzor.ru

Белорецкий, Абзелиновский, Бурлачский
и Учалынский районы

Белорецк, Пушкина, б/п
+7 (34792) 3-18-79
2103a02.gosrotgribnadzor.ru

Сыбай, Баймакский, Зянгурлинский,
Зилаирский, Хайбуллинский районы

Сыбай, Кирова, 44
+7 (34775) 7-29-75, +7 (34775) 2-39-35
2118a02.gosrotgribnadzor.ru

Уфимский филиал
по железнодорожному транспорту

Уфа, Карла Маркса, 69
+7 (347) 276-10-82
Z_got@02.gosrotgribnadzor.ru



**ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ**
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН

Памятка

«Грипп, коронавирус, другие
ОРВИ – поможет маска!»

SESUFA.RU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ

SESUFA.RU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ

Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска!

В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с зараженным человеком.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта зараженного человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель, респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.

- Надевайте маску, когда увлажняете за чашкой семки с симптомами вирусного респираторного заболевания.
- Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, надевайте маску перед тем, как приближаться к другим людям.
- Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вы необходимо обратитесь к врачу, одновременно надевайте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.
- Носите маску, когда находитесь в людных местах.
- Используйте маску одноразово, повторно использование маски не допускается.
- Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.
- Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую.
- После использования маски, выбросьте ее и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании – наиболее эффективный метод снижения риска заражения и предотвращения распространения гриппа, коронавируса и других возбудителей ОРВИ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОДНОРАЗОВОЙ МАСКИ СНИЖАЕТ ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСОМ И ДРУГИМИ ОРВИ

НАДЕВАЙТЕ МАСКУ В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ, В МЕСТАХ ВОЗДУШНОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИ КОНТАКТАХ С ЛЮДЬМИ С СИМПТОМАМИ ДРУГОГО РЕСПИРАТОРНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ

МАСКА ДОЛЖНА ПЛОТНО ПРИЛЕГАТЬ К ЛИЦУ И ЗАКРЫВАТЬ РОТ, НОС И ПОДБОРОДОК

ПРИ НАЛИЧИИ БЕЗДОРОГНОГО РЕШЕНИЯ В ОБЛАСТИ НОСА, ЕГО НАДО ПЛОТНО ПРИЖАТЬ К СТИНКЕ НОСА

ЕСЛИ НА МАСКЕ ЕСТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ СКИПАКИ, - РАСТРАВЬТЕ ИХ

МЕНЯЙТЕ МАСКУ НА НОВУЮ КАЖДЫЕ 2-3 ЧАСА ИЛИ ЧАЩЕ

ВЫРАСНИВАЙТЕ МАСКУ В УРВНУ СРАЗУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

ПОСЛЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКЕ, - ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

НОСИТЬ МАСКУ НА БЕЗЛОДНЫХ ОТКРЫТЫХ ПУБЛИЧНЫХ МЕСТАХ - НЕЦЕЛЕСООБРАЗНО

ПРОТОРЯНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ НЕЛЬЗЯ

ТОЛЬКО В СООТВЕТСТВИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ НИЖЕУКАЗАН





**ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН**

Города и районы

Уфа

Адрес, телефон, почта

Уфа, Шифинек, 7
+7 (347) 287-85-00
fuz@02.gosrotsebnadzor.ru

Чишмынский, Архангельский,
Белогорский, Бураевский,
Давлекановский, Кармаскалинский,
Кушнаренковский районы

р.п. Чишмык, Девчала, 2А
+7 (34797) 2-12-91
01@02.gosrotsebnadzor.ru

Туймзинский, Емелинский,
Чемякучиасский, Шаранский районы
и город Октябрьский

Туймази, Д. Морозова, 1, офис 1
+7 (34721) 7-21-96
202@02.gosrotsebnadzor.ru

Белебеевский, Альшеевский,
Бижбулякский, Ермекеевский,
Миякинский районы

Ванюев, Волгоградская, 4/1
+7 (34716) 4-24-67, +7 (34716) 4-24-56
403@02.gosrotsebnadzor.ru

Дуванский, Белокатайский, Кусельский,
Мечетлинский и Салаватский районы

Бирск, Калинин, Д. 18
+7 (34714) 5-35-98
203@02.gosrotsebnadzor.ru

Ифеевский, Агидель, Дюртюлинский,
Иглинский, Калтасинский,
Кремлянский, Янгулинский районы

Нефтекамск, Социалистическая, 10
+7 (34713) 4-26-69
206@02.gosrotsebnadzor.ru

Стерлитамак, Салават, Аургазинский,
Ифуринский, Ишимбайский,
Стерлибашевский, Стерлитамакский
районы

Стерлитамак, Революционная, 2А
+7 (3473) 43-68-00
207@02.gosrotsebnadzor.ru

Кумертау, Мелгузовский, Курчатовский,
Куюргазинский, Федоровский районы

Кумертау, Гафуры, 29
+7 (34761) 4-38-85
209@02.gosrotsebnadzor.ru

Белоросский, Абзельгановский, Бураевский
и Учалынский районы

Таловаяк, Пушкина, 6/1
+7 (34792) 3-18-79
410@02.gosrotsebnadzor.ru

Сибай, Баймакский, Зиянгулинский,
Эмелинский, Хайбуллинский районы

Сибай, Карла Маркса, 4А
+7 (34775) 2-29-73, +7 (34775) 2-38-35
416@02.gosrotsebnadzor.ru

Уфимский филиал
по вопросам городского транспорта

Уфа, Карла Маркса, 69
+7 (347) 778-10-82
Z_gdt@02.gosrotsebnadzor.ru

Памятка

«Гигиена при гриппе,
коронавирусной
инфекции и других
ОРВИ»



Гигиена при гриппе, коронавирусной инфекции и других ОРВИ

Что нужно делать в период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) для того, чтобы предотвратить собственное заражение и обезопасить окружающих, если заболел вы?

Доброутенная вещь чистый заблуждений выдвинул справки и передается преимущественно воздушно-капельным путем

При чихании и кашле в воздухе вокруг больного человека распространяется микробная его споры, молекулы и респираторных заболеваний, которые содержат вирусы. Близкие окружающие попадают на окружающие предметы, и микроорганизмы, таким образом попадают в носоглотку и переносится на расстоянии до нескольких сот метров, при этом вирусы сохраняют способность к заражению от нескольких часов до нескольких дней. Основные меры гигиенической профилактики направлены на предотвращение контакта здоровых людей с содержащими вирусы частями тела больного человека.

Соблюдение следующих гигиенических правил позволит существенно снизить риск заражения или дальнейшего распространения гриппа, коронавирусной инфекции и других ОРВИ.



При кашле или чихании направляйте носоглотку не на окружающих, а в локоть, согнутую руку или в салфетку



В общественных местах используйте одноразовые платочки



Часто мойте руки



После посещения общественных мест используйте антисептики для рук

Гигиена при ОРВИ и гриппе



Если вы болеете, ограничьте контакты с окружающими



Соблюдайте дистанцию при общении с окружающими



Всегда мойте руки



Соблюдайте гигиену дыхания

Как не заразить окружающих

- Мыть руки после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновения к дверным ручкам, лифтам, другим общественным местам или посещениям в парках, детских учреждениях, магазинах, супермаркетах, аптеках, ресторанах, гостиницах, а также после посещения туалетов, не прикасаться к своим глазам, носу, рту. Пользоваться одноразовыми платками и салфетками в транспорте, общественных местах и местах скопления людей.
- После посещения мест скопления людей в обязательном порядке мыть руки с мылом и антисептиком для рук.
- При кашле и чихании направлять носоглотку не на окружающих, а в локоть, согнутую руку или в салфетку. Не распространять слюну и выделения из носа.
- Не распространять слюну и выделения из носа, кашля, чихания, другими предметами и поверхностями в общественных местах.
- Ограничить посещение общественных мест (магазины, школы, детские учреждения, спортивные мероприятия, общественные мероприятия).
- Не находиться в общественных местах в течение длительного времени.

Как не заразить окружающих

- Минимизировать контакты со здоровыми людьми (приветствие, рукопожатие, поцелуй).
- Если вы испытываете насморк, но вы чувствуете необходимость общения с другими людьми или посещения общественных мест (школы, магазины, супермаркеты, аптеки, рестораны, гостиницы, а также после посещения туалетов, не прикасаться к своим глазам, носу, рту. Пользоваться одноразовыми платками и салфетками в транспорте, общественных местах и местах скопления людей.
- После посещения мест скопления людей в обязательном порядке мыть руки с мылом и антисептиком для рук.
- При кашле и чихании направлять носоглотку не на окружающих, а в локоть, согнутую руку или в салфетку. Не распространять слюну и выделения из носа.
- Не распространять слюну и выделения из носа, кашля, чихания, другими предметами и поверхностями в общественных местах.
- Ограничить посещение общественных мест (магазины, школы, детские учреждения, спортивные мероприятия, общественные мероприятия).
- Не находиться в общественных местах в течение длительного времени.

Города и районы

Уфа

Адрес, телефон, почта

Чимшэнский, Архангельский,
Батаварский, Булзекский,
Давлекановский, Кармалкинский,
Кушнаревский районы

Уфа, Шафиева, 7
+7 (847) 287-86-00
buza@02.gosrottehna.gov.ru

Туркестанский, Бакалинский,
Чекмагушевский, Шаранский районы
и город Октябрьский

р.п. Чимш, Ренчик, 2А
+7 (84777) 2-12-91
z016@02.gosrottehna.gov.ru

Белебеевский, Алышевский,
Бижбулякский, Ермекеевский,
Миякинский районы

Турмазин, Д. Морозова, 1, офис 1
+7 (84712) 7-22-96
202@02.gosrottehna.gov.ru

Дуванский, Белокатайский, Кигинский,
Мечетлинский и Салаватский районы

Белебей, Волгоградская, 4П
+7 (84716) 4-24-67, +7 (84716) 4-24-56
/03@02.gosrottehna.gov.ru

Нефтекамск, Агидель, Дюртюлинский,
Иглинский, Каптанский,
Краснокамский, Янаульский районы

Бирск, Калинин, д. 1В
+7 (84714) 3-35-98
z04@02.gosrottehna.gov.ru

Стерлитамак, Салават, Аургазинский,
Гадурьевский, Ишимбайский,
Стерлибашевский, Стерлитамакский
районы

Нефтекамск, Спичальническая, 10
+7 (84713) 4-76-69
z06@02.gosrottehna.gov.ru

Кумертау, Малгозиноский, Куварчинский,
Куморганский, Девлоросский районы

Стерлитамак, Ревлюковичева, 2А
+7 (8473) 43-68-00
z07@02.gosrottehna.gov.ru

Белорецкий, Абзелиновский, Бураевский
и Учалынский районы

Кумертау, Габдул, 29
+7 (84760) 4-48-85
z09@02.gosrottehna.gov.ru

Сибай, Баймакский, Зямагуринский,
Зиланский, Хайбуллинский районы

Белорецк, Лушнина, 6П
+7 (84792) 3-18-79
/00@02.gosrottehna.gov.ru

Уфимский филиал
по железнодорожному транспорту

Сибай, Карова, 4А
+7 (84775) 2-29-73, +7 (84775) 2-38-36
z11@02.gosrottehna.gov.ru

Уфа, Карла Маркса, 69
+7 (847) 276-10-82
z.gdt@02.gosrottehna.gov.ru



**ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН**

Памятка

«Грипп, коронавирусная
инфекция и другие острые
респираторные вирусные
инфекции (ОРВИ)»

SESUFA.RU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ

SESUFARU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ

Группы, сертифицированная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)

Группы, сертифицированная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) являются на первом месте по числу случаев заболевания людей.

Несмотря на повсеместное возникновение, нарастающее из-за борьбы с возбудителем гриппа, вирусологической инфекцией и гриппом ОРВИ обеспокоить их до сих пор не удается.

Естественно от естественной группы выделяют также и человека.

Это связано с тем, что вирус, прежде всего вирус гриппа и коронавирус обильно распространяется среди само существо и устроившийся вирус, способный размножиться человека вновь. Так, первоначальный принцип человек имеет хороший иммунитет против, но тем не менее новый возбудитель вирус, который легко проникать через него, так как иммунитет против этого вида вируса организм пока не вырабатывает.

Для чего необходимо выявить вирусы и вирусы?

Хорошо также известно инфекция дети и взрослые люди, для тех безразлична группа или инфекция остается, которые могут появиться во время заболевания. Дети более более тяжело в связи с тем, что их иммунитет система еще не сформировалась с длиной вирусом, а для взрослых людей. Также, как и для людей с врожденными заболеваниями, вирус проникает в организм ослабленного иммунной системы.

Группы риска

- Дети
- Люди старше 60 лет
- Люди с хроническими заболеваниями легких (бронхиты, астма, хроническая обструктивная болезнь легких)
- Люди с врожденными заболеваниями сердечно-сосудистой системы (сердечная порочная болезнь, вентрикулярная блокада, сердечная недостаточность)
- Беременные женщины
- Медицинские работники
- Работники общепита, гримеры, продающие общепитающие напитки

Каким образом предотвратить заражение?

Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капли слюны или слезы, которые выделяются во время чихания, кашля, рвоты. Инфекция и контактная инфекция.

Симптомы

В зависимости от количества вида возбудителя симптомы могут различаться. В зависимости от количества возбудителя, так и по времени появления.

- Повышение температуры
- Озноб, общее недомогание, слабость, головная боль, боль в мышцах
- Сильная жажда, повышенная температура и рвота
- Конъюнктивит (покраснение)
- Носовое кровотечение

SESUFARU



VK.COM/SESUFA



OZON.RU

В среднем, болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможна повторная инфекция.

Диагностика

- Назначение
- Эпидемиологический
- Определение беременности, развитие на ранних этапах
- Обострение хронических заболеваний

Лечение заболевания проводится под контролем врача, который также может назначить препараты для снятия симптомов и для улучшения состояния. Заболевший должен соблюдать постельный режим, пить много жидкости и быть в тепле.

Антибиотики

Принимать антибиотики в первые дни заболевания - большая ошибка. Антибиотики не способны справиться с вирусом, кроме того, они подавляют иммунитет на длительный период. Антибиотики назначают только врач, только в случае развития осложнений, назначаются препараты для борьбы с инфекцией. Принимать антибиотики следует только в случае профилактики развития осложнений - только и безопасно.

Заболевший человек должен оставаться дома и не посещать работу или учебы.

Профилактика

Самые эффективные способы профилактики гриппа являются вакцинация, соблюдение гигиены, избегание контактов с больными. Также важно поддерживать иммунитет, кто входит в группу риска (Учитывая все вышесказанное, вакцинация - лучший способ профилактики гриппа, особенно в период эпидемии, начиная с 6-месячного возраста).

Вакцины против большинства возбудителей острых респираторных вирусных инфекций не разработаны.

Универсальные вакцины профилактики

- Часто и длительно забитые руки
- Избегать контактов с заболевшими людьми
- Придерживаться здорового образа жизни (сон, чистота, физическая активность)
- Чистые носовые ходы
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь
- Чаще бывайте в людных местах
- Индивидуальная маска, которая необходима в транспорте или в людных местах
- Избегать общественных мест и мероприятий при простуде
- Не трогайте лицо, глаза, нос и слизистые носоглотки

При первых признаках вирусной инфекции - обратиться к врачу!

SESUFARU



VK.COM/SESUFA



OZON.RU

Города и районы**Адрес, телефон, почта**

Уфа

Уфа, Шафиева, 7
+7 (347) 287-85-00
fuuz@02.gosrotsebnadzor.ruЧимленский, Архангельский,
Благодарский, Буздякский,
Давленовский, Казимский,
Кушнарковский районыР.п. Чимла, Речная, 2А
+7 (34797) 2-12-31
z03@02.gosrotsebnadzor.ruТуркманский, Галацкий,
Чемкагушевский, Шаранский районы
и город ОктябрьскийТурназы, Л. Морозова, 1, офис 1
+7 (3472) 7-25-96
tuuz@02.gosrotsebnadzor.ruБелебеевский, Альшеевский,
Бижбулякский, Еремеевский,
Миняевский районыКалифеев, Волгодарская, 4П
+7 (34776) 4-24-67, +7 (3476) 4-24-56
z03@02.gosrotsebnadzor.ruДуванский, Белокатайский, Кигинский,
Мечетлинский и Салинский районыБирск, Калинин, Д. 78
+7 (34774) 3-35-98
z03@02.gosrotsebnadzor.ruНефтекамск, Агидель, Дюртюлинский,
Ишимевский, Камский,
Краснокамский, Ренувский районыНефтекамск, Социалистическая, 70
+7 (34715) 4-26-69
z06@02.gosrotsebnadzor.ruСтерлитамак, Салават, Аургазинский,
Гарфаровский, Ишимбаевский,
Стерлитамакский, Стерлитамакский
районыСтерлитамак, Революционная, 7А
+7 (34773) 43-68-00
z07@02.gosrotsebnadzor.ruКумертау, Мелеузовский, Кутарчинский,
Курганский, Федоровский районыКумертау, Табура, 79
+7 (34751) 4-38-85
z08@02.gosrotsebnadzor.ruБелорецкий, Абзелитовский, Буздякский
и Учалынский районыБелорецк, Пушкина, 6/1
+7 (34792) 3-18-79
z10@02.gosrotsebnadzor.ruСибай, Баймакский, Зиянтуринский,
Зеленский, Хайбуллинский районыСибай, Кирова, 44
+7 (34751) 2-29-73, +7 (34775) 2-48-55
z11@02.gosrotsebnadzor.ruУфимский филиал
по эпидемиологическому транспортуУфа, Карла Маркса, 69
+7 (347) 276-10-47
z.gdi@02.gosrotsebnadzor.ru**ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН**

Памятка

«Профилактика гриппа и
коронавирусной инфекции»

SESUFA.RU



VK.COM/SESUFA



#02.FBUZ

SESUFA.RU



VK.COM/SESUFA



#02.FBUZ

Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции

Натуральная гриппа и коронавирусной инфекцией называют у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от упорной рвца факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предотвращением и избеганием: опасные люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астма, диабет), среднетяжелыми заболеваниями, и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1 ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.
Гигиена рук - это важное для профилактики заболевание гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2 СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ СОСТОЯНИЕМ И ЭТИКЕТ

Всегда держитесь от больного человека в здоровому воздушно-капельным путем (при кашле, чихане), потому что необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте тесных контактов с людьми, особенно в транспорте, магазинах, ресторанах, дискотеках и др.) удаляет вирусы.

Находясь в массе или замкнутом пространстве используйте средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Иногда посещение местами и помещений многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление питательных продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ СЕБЯ ОТ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Средств личной защиты профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которой осуществляется распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при ношении масок сложной конструкции (маски, повязки и облаточенные трансдермальные и периды роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;

- при респираторной вирусной инфекции, передающиеся воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут быть разных конструкций. Они могут быть одноразовыми или могут использоваться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, от-на разовой до многократной. Но любая маска должна быть и ту же

маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

- чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить;
- маска должна плотно закрывать нос и рот и не оставлять зазор;
- старайтесь не касаться поверхности маски; если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте повторно одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска устает, если вы выполняете в месте массового скопления людей, в общественных местах, в том же при уходе за больным, но она неспособна защитить на открытой дороге.

Во время пребывания на улице постарайтесь избегать толпы и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, маски рекомендуют, что это означает не обязательно носить повязку от заболевания. Кроме ношения масок необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5 ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППИ, КОРИ, ОРВИ ИЛИ ДРУГОЙ ИНФЕКЦИИ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Скорее обратитесь к врачу, сообщайте о состоянии своего и детей как можно раньше.

В некоторых случаях могут быть рекомендованы специальные препараты: противовирусные, антибиотики.

КАКОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Среди основных шагов при вирусной инфекции. Улучшение состояния при вирусной инфекции может быть достигнуто только, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией легких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению симптомов тяжелой болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППИ, ОРВИ ИЛИ ДРУГОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Выделите время.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

(Примечание: до контакта между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями).

Часто проветривайте помещение.

Соблюдайте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, проводите рот и нос чистой или другими защитными средствами (салфетка, шарфы и др.).

Ухаживая за больным, надевайте только один чистый костюм.

SESUFARU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ

SESUFARU



VK.COM/SESUFA



002.FBUZ