

Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Златоустовский медицинский техникум».



Инструктаж
по профилактике коронавирусной инфекции студентов ГБПОУ «ЗМТ»

Инструктаж по профилактике коронавирусной инфекции студентов ГБПОУ
«ЗМТ»

Рекомендации ВОЗ для снижения риска заболевания коронавирусной инфекцией

- Часто обрабатывайте/мойте руки, используя антисептические средства на спиртовой основе или мыло и воду;
- При кашле и чихании прикрывайте рот и нос рукой или салфеткой - сразу же выбрасывайте использованную салфетку и вымойте руки;
- Избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются признаки жара и кашель; Соблюдайте социальную дистанцию 1,5-2 м в общественных местах. Во время действия масочного режима, обязательно выполняйте все рекомендации по ношению медицинской маски. Страйтесь избегать массовых скоплений людей.
- Не следует трогать руками лицо. Вирус легко перенести с кожи рук в организм, если трогать глаза, нос и рот.
 - Чтобы организм не пустил вирус или инфекцию внутрь, нужно создать благоприятную среду вокруг себя, вести здоровый образ жизни. Выполнять регулярные физические нагрузки, соблюдать режим труда и отдыха, пить витамины, часто проветривать помещение, проводить уборки с применением дезинфицирующих средств.
- Основные симптомы:
 - повышенная температура; чихание; кашель; затрудненное дыхание;
 - повышенная утомляемость; озноб; бледность;
 - заложенность носа;
 - боль в горле и мышцах; ощущение тяжести в грудной клетке.
 - Отсутствие обоняния и вкуса.
- ✓ При любых этих симптомах, обратитесь за медицинской помощью и сообщите об истории своих перемещений лечебному заведению; ни в коем случае не приходите на занятия. Обязательно оповестите куратора. Обязательно оповестите своих родителей или законных представителей в случае, если вы живете не с ними.
- Потребления сырой или недостаточно хорошо приготовленной продукции животного происхождения следует избегать. Нужно с осторожностью обращаться с сырым мясом, молоком или органами животных, чтобы избежать перекрестной контаминации с неприготовленными продуктами в

соответствии с надлежащей практикой обеспечения безопасности пищевых продуктов.

