



ПОЛТАВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР НАУКОВО-ТЕХНІЧНОЇ  
ТВОРЧОСТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ  
ПОЛТАВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ІГОЦЕНТРУМ ПОР  
Дуброва

Наказ № 48 від 28 жовтня 2020 року



**ІНСТРУКЦІЯ №\_\_  
з охорони праці**

**під час карантину щодо запобігання поширенню інфекції, спричиненої  
коронавірусом COVID-19**

**1. Загальні положення**

1. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення, про організацію роботи з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і навчальних закладах», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, постанови Кабінету Міністрів України від 11.03.2020 №211 «Про запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19» листа Міністерства освіти і науки України від 11.03.2020 №1/9-154.

**2. Вимоги з охорони праці та безпеки життєдіяльності під час карантину щодо запобігання поширенню інфекції, спричиненої коронавірусом.**

2.1. Коронавіруси – це велика родина респіраторних вірусів, що можуть спричиняти захворювання: від звичайної застуди до важкого гострого респіраторного синдрому. Основними клінічними ознаками та симптомами коронавірусу є:

- гарячка
- сухий кашель
- втома
- біль у м'язах і суглобах
- біль у горлі
- діарея
- кон'юнктивіт
- головний біль

- втрата нюху та смаку
- висипання на шкірі, поблідіння пальців рук або ніг
- ускладнене дихання або задишка
- біль або стискання в грудях
- розлад мовлення або втрата рухливості

2.2. У разі появи симптомів, що свідчать про гострі респіраторні захворювання рекомендується звернутися до лікаря та надати відомості про тих з ким Ви спілкувались.

2.3. Дотримуйтеся дистанції у громадських місцях: тримайтеся від людей на відстані мінімум одного метра (приблизно три кроки).

2.4. Дотримуйтеся звичайних правил гігієни при відвідуванні продуктових ринків, де продається м'ясо, птиця, або інші продукти тваринного походження.

2.5. Категорично уникайте будь-яких контактів з тваринами (бродячими котами та собаками, гризунами).

### **3. Вимоги з охорони праці під час перебування у ПОЦНТТУМ ПОР.**

3.1. Ретельно і часто мийте руки з милом (тривалість процедури – 20 - 40 секунд) чи обробляйте їх антисептиком.

3.2. Уникайте скупчення людей.

3.3. Використовуйте захисну маску (кожні чотири години - нова). Вона має щільно прилягати, покривати ніс і рот. Обов'язково - якщо захворіли і маєте респіраторні симптоми (кашель, нежить). Якщо перебуваєте у місцях великого скупчення людей - з метою додаткового захисту.

3.4. Дотримуйтеся елементарних правих особистої гігієни.

3.5. Регулярно провітрюйте приміщення та здійснюйте вологе прибирання.

3.6. Здійснюйте щоденну дезінфекцію обладнання та робочої зони.

### **4. Вимоги з охорони праці та безпеки життєдіяльності працівників ПОЦНТТУМ ПОР під час карантину, перебуваючи вдома.**

4.1. Ретельно і часто мийте руки з милом чи обробляйте їх антисептиком:  
- тривалість процедури – 20 - 40 с;  
- вода має бути теплою (комфортної температури), а не холодною чи гарячою;

- обов'язкова процедура, якщо руки видимо забруднені, після приходу з вулиці, перед прийомом їжі, після відвідування туалету, якщо відсутній антисептик для рук.

- спиртовмісний антисептик для рук – розчин із вмістом спирту 60-80% або із 2% хлоргексидину (інші засоби, що реалізують як «антисептик для рук», наприклад настій ромашки або розчини із 40% вмістом спирту, не є такими);

- антисептик має покривати всю поверхню шкіри рук (в середньому на одну обробку слід використовувати 3 мл розчину, а це 24-27 «пшиків» кишеньковим диспенсером, тому рекомендовано його просто наливати в долоню);

- тривалість обробки близько 30 с;

- особливу увагу приділіть нігтям (там накопичується найбільше бруду);

- обов'язкова процедура в разі будь-яких контактів із (потенційно) забрудненими об'єктами;

- у разі частого користування антисептиком застосовуйте крем для рук, щоб уникнути підсушування та утворення тріщин шкіри;

- контролюйте доступ маленьких дітей до антисептика (він містить спирт і токсичний для прийому всередину).

#### 4.2. Уникайте скупчення людей.

4.3. Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс паперовою хустинкою. Використану хустинку треба негайно викинути та помити руки.

4.4. Уникайте тісного контакту з усіма, хто має гарячку та кашель.

4.5. У разі виявлення симптомів захворювання інфекцією, спричиненою коронавірусом СОУШ-19, необхідно своєчасно звернутися до сімейного лікаря.

4.6. Не споживайте сирих чи недостатньо термічно оброблених продуктів тваринного походження. Із сирим м'ясом, молоком тощо слід поводитися обережно.

#### 4.7. Використовуйте захисну маску:

- обов'язково – якщо захворіли і маєте респіраторні симптоми (кашель, нежить);

- якщо перебуваєте у місцях великого скупчення людей – з метою додаткового захисту.

- вона має покривати ніс і рот;

- вона має щільно прилягати, без відступів по краях;

- заміняйте маску, щойно вона стала вологою;

- не чіпайте зовнішню частину маски руками, а якщо доторкнулися, помийте руки з милом чи обробіть спиртовмісним антисептиком;

- заміняйте маску кожні чотири години;

- не використовуйте маску повторно.

**5. Вимоги безпеки у разі виявлення працівників з підозрою на коронавірус:**

5.1. Інфікованому необхідно одягнути маску і негайно направити його до закладу охорони здоров'я.

5.2. Провести дезінфекцію поверхонь, з якими контактували працівники з ознаками захворювання за допомогою хлорвмісних або спиртовмісних засобів.

5.3. Дана інструкція поширюється на всіх працівників **ПОЦНТТУМ ПОР** та її виконання є обов'язковим.

Інженер з охорони праці



В.М. Матієнко