



МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
(МОЗ України)

вул. М. Грушевського, 7, м. Київ, 01601, тел. (044) 253-61-94, E-mail: moz@moz.gov.ua,
web: http://www.moz.gov.ua, код ЄДРПОУ 00012925

**Федерація роботодавців
України**

Федерація профспілок України

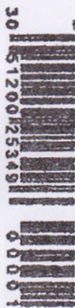
**Обласні та Київська міська
державні адміністрації**

З метою організації додаткових заходів з недопущення поширенню на території України випадків захворювання на COVID-19, надсилаємо для використання рекомендації щодо проведення профілактичних заходів на підприємствах та установах.

Також інформуємо, що для надавачів транспортних послуг, закладів громадського харчування та продовольчої торгівлі було надано додаткові рекомендації з урахуванням особливостей їх роботи.

Заступник Міністра

Віктор ЛЯШКО



Трохимець В.О.



Міністерство охорони здоров'я України
26-04/6209/2-20 від 02.03.2020
Ляшко Віктор Кирилович

Міністерство охорони здоров'я України

26-04/6209/2-20 від 02.03.2020



Запорізька обласна державна адміністрація
03 03 2020
Відп. № 02443/08-33
13:40 5

Рекомендації щодо проведення профілактичних заходів з недопущення поширення випадків COVID-19 на підприємствах та в установах

Поширення випадків нової коронавірусної інфекції (COVID-19) в країнах Європейського союзу та країнах, що ділять спільний державний кордон з Україною, потребують підвищення рівня обізнаності, посилення та проведення додаткових профілактичних заходів на підприємствах та в установах на всій території країни.

Загальна інформація про захворювання

Коронавірусна інфекційна хвороба COVID-19 була вперше виявлена в місті Ухань провінції Хубей Китайської народної республіки в грудні 2019 року.

Станом на 2 березня 2020 року в світі зафіксовано понад 89 000 випадків в 67 країнах, в тому числі в країнах, що мають спільний державний кордон з Україною – Білорусі, Румунії та Російській Федерації

Вірус передається від людини до людини повітряно-крапельним шляхом при тісному контакті. При кашлі чи чханні, а також при простому видиху людина виділяє непомітні краплі, більшість з яких осідають на поверхнях, які оточують наші робочі місця, місця спільного користування, такі як робочі столи, кухонні поверхні та посуд, телефони та клавіатури комп'ютерів. Якщо в цей момент інша людина знаходиться в на дистанції 1 метра від хворого на COVID-19, вона може вдихнути інфікований матеріал або він може осісти безпосередньо на слизову оболонку рота, очей чи носа, чи просто бути перенесеним до слизової мимовільним рухом чи дотиком до обличчя, які ми несвідомо робимо до 30 разів на годину.

Більшість осіб, що захворіли на COVID-19, мають симптоми, такі як підвищення температури тіла, ломота в тілі, кашель, та швидко одужують. Найбільші ризики несуть люди похилого віку, особи з ослабленим імунітетом, хронічними захворюваннями серцево-судинної системи, легневими хворобами та цукровим діабетом.

Завданням роботодавців та організаторів робочих процесів та підприємствах, в установах та організаціях є забезпечення підлеглих і колег в період підвищеного ризику поширення респіраторних хвороб, в тому числі COVID-19. Цього можливо досягнути шляхом підвищення обізнаності та посилення профілактичних заходів з попередження захворювань.

Основні профілактичні індивідуальні заходи

До основних індивідуальних профілактичних заходів належать:

— гігієна рук – часте миття з рідким милом або обробка спиртовмісними антисептиками не рідше ніж раз на 3 години, та після кожного контакту з тваринами, відвідування громадських місць, використання туалету, прибирання, перед приготуванням їжі тощо;

— гігієна кашлю – прикриття роту та носа при кашлі та чханні зігнутою рукою в лікті або одноразовою серветкою, яку необхідно знешкоджувати відразу після використання;

— утримання від контактів з особами, що мають симптоми респіраторних захворювань – кашель, лихоманка, ломота в тілі, або збереження обов'язкової дистанції та обмеження часу при контакті (не менше 1 метра);

— утримання від дотиків обличчя руками;

— у разі виникнення симптомів захворювання, таких як лихоманка, кашель, ломота в тілі тощо, слід залишитися вдома та утриматись від відвідування місць скупчень людей;

— використання медичної маски лише за наявності респіраторних симптомів, перелічених вище, її своєчасна заміна (кожні 3 години або негайно після забруднення) з подальшим знешкодженням та миттям рук з милом або обробкою рук спиртовмісним антисептиком відразу після знімання маски.

Інформаційні матеріали додаються.

Організація роботи

— проведіть роз'яснювальну роботу з персоналом щодо індивідуальних профілактичних заходів профілактики та реагування на виявлення симптомів серед працівників;

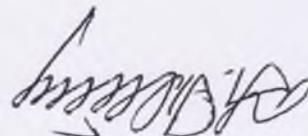
— роздрукуйте та/або оновіть інформаційні постери та нагадування персоналу про важливість та техніку миття рук та/або обробку рук спиртовмісними антисептиками (додаються);

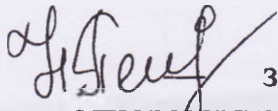
— не допускайте працівників, які мають ознаки респіраторних захворювань до роботи та обслуговування громадян;

— передбачте можливості дистанційної роботи та/або компенсації працівникам, які вимушені залишитися вдома в умовах самоізоляції при виникненні симптомів респіраторних хвороб та підвищеної температури;

— мінімізуйте кількість працівників, які контактують з клієнтами/відвідувачами, впровадьте дистанційне консультування/надання послуг та/або надання послуг за принципом «єдиного вікна» там, де це можливо;

— максимально використовуйте можливості телекомунікації та дистанційної роботи, особливо для працівників, які витрачають тривалий час на шлях до роботи громадським транспортом та/або мають хронічні захворювання;





забезпечте та контролюйте постійну наявність рідкого мила, одноразових паперових рушників, спиртовмісних антисептичних засобів як для персоналу, так і для відвідувачів/клієнтів;

— сплануйте та забезпечте наявність медичних масок для використання особами, в яких починають розвиватися симптоми респіраторних захворювань, таких як нежить або кашель, та проведіть відповідне навчання з їх правильного використання та знешкодження;

— оновіть контактну інформацію щодо закладів охорони здоров'я, які надають медичну допомогу при інфекційних хворобах, використовуйте її в роботі та поширюйте серед працівників.

Прибирання

— забезпечте вологе прибирання з використанням миючих та дезінфекційних (в кінці зміни) засобів і провітрювання не рідше, ніж кожні 3 години та після закінчення робочого дня/зміни, а для місць підвищеної прохідності, загального масового користування або проведення публічних заходів не рідше, ніж кожні 2 години;

— проводьте ретельне прибирання і обробку поверхонь, місць контакту рук працівників і відвідувачів/клієнтів (ручки дверей, місця сидіння, раковини, столик, кухонні покриття, переговорні кімнати, конференц-зали, спортивні та розважальні кімнати тощо) спиртовмісними дезінфекційними засобами з мінімальним терміном експозиції;

— забезпечте наявність одноразових серветок та/або серветок зі спиртовмісним антисептиком в місцях спільного користування (наприклад, офісних кухнях), для самостійного витирання поверхонь працівниками перед використанням.

Подорожі та відрядження

— переконайтесь, що в вашій організації/підприємстві є найбільш актуальна інформація щодо країн, в яких поширюється COVID-19;

— уважно враховуйте не лише інформацію про обмеження в'їзду та виїзду в країну/регіон та місцеві вимоги, а і можливі ризики в цілому та відмовтесь від участі в заходах, які не є винятково обов'язковими до участі, а також відмовтесь від організації заходів, які створюють ризики для міжнародних учасників або для вас, як організаторів;

— надайте подорожуючим вичерпну інформацію щодо профілактики COVID-19;

— працівники, які повертаються з країн, де зареєстровані випадки COVID-19, повинні ретельно самостійно моніторити власний стан здоров'я та при виникненні симптомів респіраторних хвороб або температури понад 37,3 С повинні самоізолювати себе (пам'ятка про самоізоляцію додається).

Для отримання актуальної інформації, рекомендацій щодо планування та організації роботи та донесення її до працівників, користуйтеся надійними джерелами:

Розділ веб-сторінки Всесвітньої організації охорони здоров'я, присвячений захисту населення від нового коронавірусу:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Веб-сторінки МОЗ України та ДУ «Центр громадського здоров'я МОЗ України»:

<https://phc.org.ua/>

<https://moz.gov.ua/>

Сторінки у мережі Фейсбук:

<https://www.facebook.com/phc.org.ua/>

<https://www.facebook.com/moz.ukr>

Пам'ятка про самоізоляцію

Що означає «самоізоляція»?

Самоізоляція означає, в першу чергу, утримання від контактування з іншими людьми для того, щоб зменшити ризики інфікування. Це включає будь-які ситуації, коли ви можете тісно контактувати з іншими людьми (наприклад, близький контакт віч-на-віч на відстані менше 1 метра або тривалістю понад 15 хвилин). В тому числі публічні заходи, робота, навчання, релігійні служби, спортивні змагання, розважальні заходи, користування транспортом, екскурсії, відвідування ресторанів тощо.

Виключенням є лише звернення за медичною допомогою.

Для кого потрібна самоізоляція?

Самоізоляція потрібна, в першу чергу, якщо:

- Ви очікуєте результатів тесту на новий коронавірус COVID-19.
- Якщо ви близько контактували з особами, що захворіли на COVID-19.
- Якщо ви нещодавно повернулись з провінції Хубей Китайської народної республіки, Ірану, окремих регіонів Італії (Ломбардія, П'ємонт та Венето) – навіть при відсутності симптомів.
- Якщо ви нещодавно повернулись з Китаю (окрім провінції Хубей), Таїланду, Японії, Південної Кореї, Сінгапуру, Малайзії, Тайваню та відчуваєте кашель, ускладнення дихання та/або підвищення температури.

Скільки триває самоізоляція?

Якщо вам було рекомендовано або ви прийняли рішення про самоізоляцію, вона повинна тривати не менше 14 днів з дати настання випадку, який став причиною самоізоляції – подорожі, контакту з хворим тощо.

Як підготуватись до самоізоляції?

По-перше, спробуйте спланувати час самоізоляції так, щоб у вас не виникало необхідності виходити з дому або приймати відвідувачів та гостей, в тому числі поясніть це друзям та родичам, а також спробуйте обговорити умови дистанційної роботи з роботодавцем.

Збережіть контакти вашого лікаря та попередньо повідомте його про ваше рішення вашого рішення про самоізоляцію, а також оберіть контактну особу з кола ваших друзів або родичів, до яких ви будете звертатись в першу чергу за допомогою.

Що робити, якщо я живу не сам/сама?

Якщо ви проживаєте з сім'єю чи сусідами, намагайтесь ізолюватись в окремій кімнаті, яку є можливість провітрювати. Якщо є можливість користуватись окремою ванною кімнатою та/або туалетом, а також харчуватись і готувати їжу окремо – скористайтесь нею.

Не забувайте про загальну гігієну, регулярне миття рук з милом, прибирання, в тому числі вологе прибирання поверхонь, гігієну кашлю та використання одноразових серветок та хустинок. При вимушених контактах з людьми, за можливості, одягайте медичну маску та викидайте її після використання або забруднення.

Якщо у вас є домашні улюбленці, ізолюйте себе від них також, або мінімізуйте контакт з ними.

Як мені харчуватися та здійснювати покупки?

Спробуйте мінімізувати походи в магазини. Якщо є можливість – попросіть друзів або родичів доставляти вам їжу до порогу дверей або користуйтесь послугами доставки з дистанційною оплатою їжі та інших необхідних товарів.

Що робити, якщо мені необхідно покинути житло?

Якщо все ж є невідкладна необхідність відвідати місця надання послуг – одягайте маску та мінімізуйте контакти.

Якщо потрібно скористатись транспортом – обирайте місце біля вікна та, за можливості, в пустих рядах. Користуйтесь антисептиком для рук та дотримуйтесь гігієни кашлю.

Якщо вам стало зле в громадських місцях – негайно зверніться за медичною допомогою.

Що робити якщо в мене з'явилися симптоми?

Якщо під час самоізоляції у вас з'явилися симптоми – кашель, ускладнене дихання, підвищена температура – негайно зверніться за медичною допомогою та повідомте про свою історію подорожей та можливого контактування з особами, хворими на гострі респіраторні захворювання