



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 30 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по познавательно-речевому развитию детей
Московского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО:

Решением
Общего собрания работников
Образовательного учреждения
Протокол № 1 от 27.08.2020

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ГБДОУ
д/с № 30 Московского района
Санкт-Петербурга
Леонова О.В.



Приказ № 72

01.09.2020

Инструкция

**по профилактике коронавирусной инфекции (Covid19)
для воспитанников ГБДОУ детский сад № 30 общеразвивающего вида с
приоритетным осуществлением деятельности с приоритетным
осуществлением деятельности по познавательно-речевому
развитию детей Московского района Санкт-Петербурга**

1. Общие положения

1.1 Настоящая инструкция разработана для обучающихся по ознакомлению с новой коронавирусной инфекцией (Covid19) и методами предосторожности с целью изучения профилактических мероприятий по нераспространению коронавирусной инфекции, а также уяснения необходимости соблюдения правил личной гигиены в общественных местах, соблюдение которых позволяет сохранить здоровье и жизнь.

2. Общие сведения о коронавирусе

2.1 Коронавирус – это респираторный вирус, который передается в основном воздушно-капельным путем. В процессе дыхания человек вдыхает капли, выделяемые из дыхательных путей больного (при кашле, чихании, выделения из носа). Также он может распространяться, когда больной касается любой загрязненной поверхности (дверные ручки). В этом случае заражение происходит при касании носа, рта или глаз грязными руками.

2.2 По устойчивости к дезинфицирующим средствам коронавирус относится к вирусам с низкой устойчивостью.

2.3 По данным ВОЗ коронавирусная инфекция передается не только воздушно-капельным путем, но и через мелкодисперсную пыль. Также опасным считается любой контакт с другим человеком. Это может быть не только рукопожатие, но и использование одного бытового предмета.

3. Основные симптомы коронавируса

3.1 Основные симптомы коронавирусной инфекции (Covid19):

- кашель
- чихание
- повышенная температура
- затрудненное дыхание
- повышенная утомляемость
- озноб
- бледность
- заложенность носа
- боль в горле и мышцах
- ощущение тяжести в грудной клетке

4. Меры предосторожности

4.1 Для профилактики коронавирусной инфекции, а также других вирусных и инфекционных заболеваний необходимо соблюдать целый ряд мер по предупреждению заболеваний.

4.2 Правила предосторожности, которые необходимо выполнять в условиях риска заражения вирусом:

- регулярно мыть руки с мылом не менее 30 секунд. Это убивает вирусы, которые попали на поверхность кожи. Поэтому руки следует мыть каждый раз после посещения общественных мест, туалета, перед едой и в течение дня;
- соблюдать респираторную гигиену. Во время чихания или кашля прикрывать нос и рот салфеткой. Использованную салфетку следует завернуть в пакет, завязать его и выбросить в мусорное ведро с крышкой. Если салфетки нет, то прикрыть лицо сгибом локтя;
- держать дистанцию в общественных местах 1,5 метра. Через мелкие капли из носа и рта больного человека коронавирус может передаваться другим людям при вдыхании того же воздуха. В общественных местах необходимо надевать маску;
- не следует трогать руками лицо. Вирус легко перенести с кожи рук в организм, если трогать глаза, нос и рот;
- на период опасности заражения коронавирусной инфекции желательно прекратить рукопожатия. При любом телесном контакте с человеком повышается риск заражения. Поэтому лучше использовать словесное приветствие;
- 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;
- если появилась повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание, следует обратиться к взрослому для оказания первой медицинской помощи и вызова врача. Не стоит заниматься самолечением. Специалисты выяснят причины и назначат грамотное лечение, чтобы остановить болезнь.