

## **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 16 березня 2020 року у світі зареєстровано 169387 випадків захворювання COVID-19, з них 77257 (45,6%) осіб одужали. За межами Китаю зафіксовано 89367 випадків у 142 країнах/територіях/регіонах, 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 рота 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, столики, 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>