

# Правила безопасной работы

В период пандемии COVID-19  
в организации будут действовать  
дополнительные требования

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](https://tinaki.ru)

Новые права  
и обязанности  
для работников

Подготовлено в **«АКТИОН»** Охрана труда

# О чем инструктаж

Симптомы COVID-19  
и осложнения из-за него

Меры профилактики инфекции

Что делать, если выявили признаки  
инфекции

Средства защиты

Информационные ресурсы

Ответственность за ложную  
информацию о COVID-19

Организационные мероприятия по  
рекомендациям Роспотребнадзора

# Об инфекции COVID-19

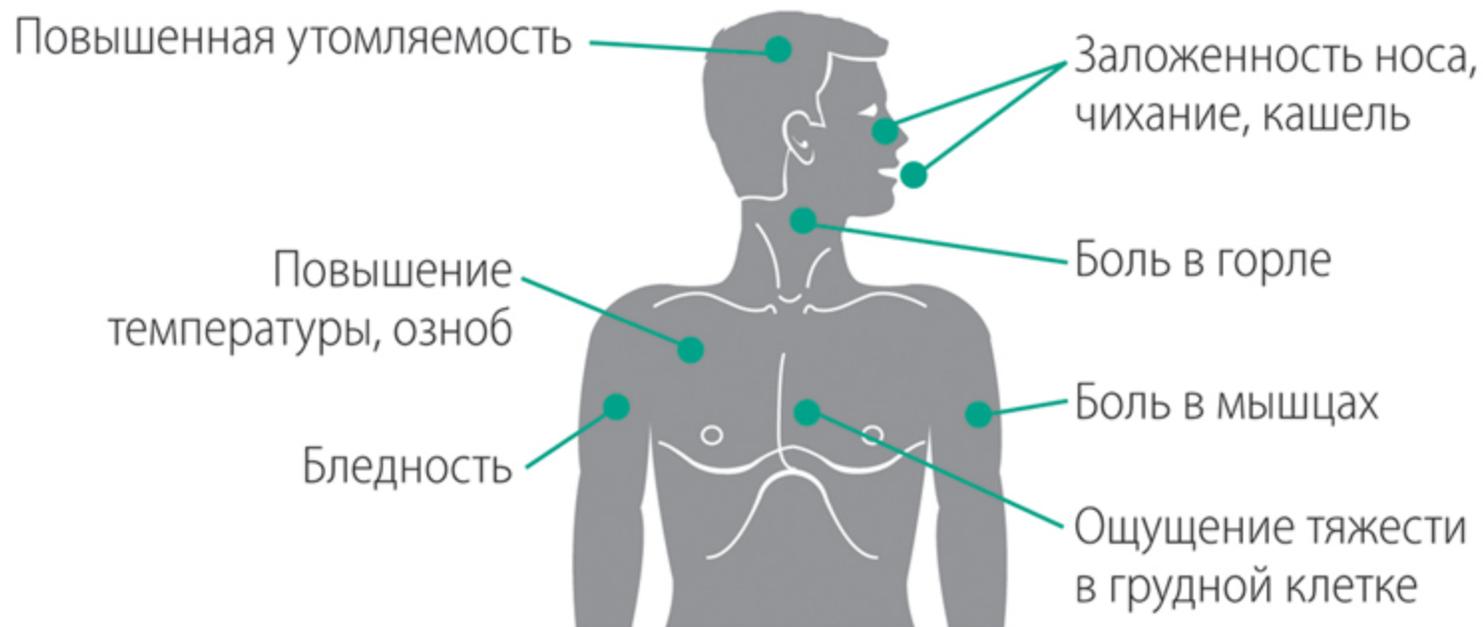
**Вирусное заболевание.  
Передается от одного  
человека к другому прямо  
или через поверхности**

# Коронавирус живет на ...



# 10

ОСНОВНЫХ  
СИМПТОМОВ



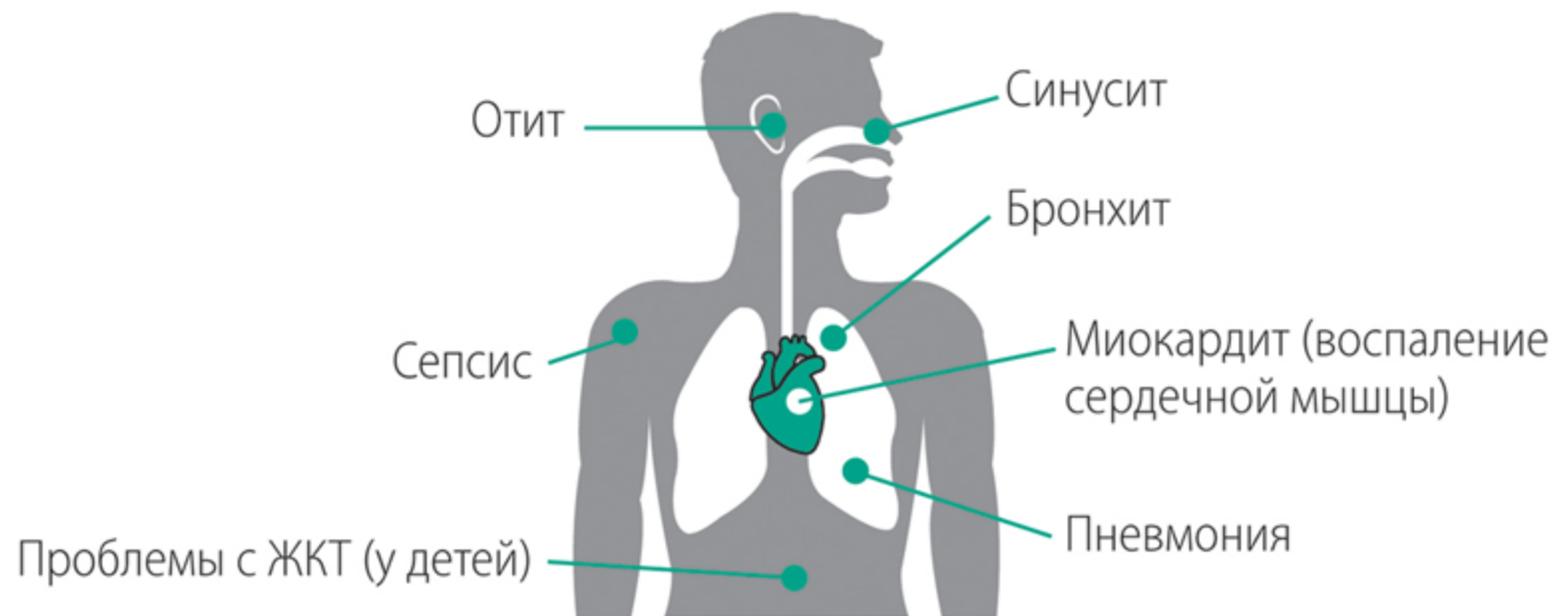
Некоторые  
из них менее  
типичны для  
COVID-19

СИМПТОМЫ	ПРОСТУДА	ГРИПП	КОРОНАВИРУС
Интервал между заражением вирусом и проявлением симптомов	1–3 дня	1–4 дня	2–14 дней
Симптомы начинают проявляться	Постепенно	Внезапно	Постепенно
Продолжительность симптомов	7–12 дней	3–7 дней	Слабовыраженные – 2 недели Тяжелые и критические – 3–6 недель
<b>Основные симптомы</b>			
Повышенная температура	Иногда	Типична	Типична
Насморк	Типичен	Иногда	Менее типичен
Воспаление горла	Типично	Иногда	Менее типично
Кашель	Типичен	Иногда	Типичен
Боль в теле	Редко. Если есть, то слабая	Типична	Менее типична
Затрудненное дыхание	Редко	Редко	Типично

## Как различать простуду, грипп и коронавирус

Если у вас болит горло, вероятнее всего это простуда, нежели грипп или коронавирус

## Осложнения от COVID-19



# 7

ТИПИЧНЫХ  
заболеваний

# Меры профилактики

# 5

**Какие меры  
предосторожности  
помогут не заболеть**

правил профилактики

выделяет ВОЗ

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](https://tinaki.ru)

# Основные рекомендации ВОЗ для профилактики

Регулярно мойте руки

Не трогайте руками лицо

Соблюдайте респираторную гигиену

Держите дистанцию в людных местах

Обратитесь к врачу, если:

- повысилась температура
- начался кашель
- трудно дышать

# Какие еще меры профилактики рекомендуют врачи

- Проветривайте рабочее пространство. Спертый воздух – благоприятная среда для вирусов и других микробов.
- Не давайте подсыхать слизистым носа. Регулярно промывайте нос и увлажняйте воздух в помещении.
- Соблюдайте режим труда и отдыха, выполняйте физнагрузки, гуляйте на воздухе, высыпайтесь, пейте витамины.

# Что делать, если выявили признаки инфекции

**Обо всех ухудшениях  
здоровья и признаках  
заболевания сообщите  
руководителю**

# Не занимайтесь самолечением

Вызовите врача и не приходите на работу, если выявили признаки у себя или членов семьи

Не посещайте медучреждение самостоятельно

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](http://tinaki.ru)

Воздержитесь от личных  
поездок за рубеж  
и в другие регионы России  
неблагополучные по  
статистике коронавируса

# Средства защиты

## Меры профилактики COVID-19 при носке средств защиты

# Основные правила

- Мойте руки до и после применения СИЗ
- Регулярно меняйте маски
- Следите за временем использования респиратора
- Не трогайте лицо руками в перчатках
- Обрабатывайте СИЗ дезинфицирующими растворами. Например, протирайте очки до и после использования



Перед тем как надеть маску, обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом



Наденьте маску так, чтобы она закрывала нос и рот без зазоров между лицом и маской



Не касайтесь маски во время использования. Если прикоснулись, обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом



Через два-три часа замените маску на новую. Не используйте одноразовые маски повторно

## Как использовать одноразовые маски

Маска – эффективное средство только в сочетании с другими способами профилактики. Не забывайте избегать близких контактов, часто мыть руки или обрабатывать их антисептиком, дезинфицировать поверхности

# Как выкинуть одноразовую маску

- Снимите маску, держась за резинки сзади. Не прикасайтесь к передней части маски
- Положите маску в герметичный пакет
- Выбросьте пакет в мусорный бак с крышкой
- Вымойте руки с мылом и обработайте их антисептиком

# Информационные ресурсы

**По всей стране работают «горячие» линии. Специалисты отвечают на вопросы от населения**



**РОСТРУД**

Федеральная служба  
по труду и занятости

# Запишите номер горячей линии Роструда



**8 800 707 8841**

бесплатно по всей России

Роструд отвечает на вопросы  
работников или работодателей в  
связи с эпидситуацией в мире

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](https://tinaki.ru)

# Круглосуточно без выходных



## РОСПОТРЕБНАДЗОР

Федеральная служба по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека

Единый консультационный центр



**8 800 555 49 43**

бесплатно по всей России

Специалисты центра отвечают  
на вопросы на русском  
и английском языках

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](http://tinaki.ru)

# Ответственность за ложную информацию

**О заболеваниях,  
которые опасны  
для окружающих**

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](http://tinaki.ru)

# Уголовный кодекс

Статья 207.1 Публичное распространение заведомо ложной информации об обстоятельствах, представляющих угрозу жизни и безопасности граждан

Часть 4 статьи 128.1 Клевета о том, что лицо страдает заболеванием, представляющим опасность для окружающих

# Какие профилактические меры предприняли в организации

## Что изменилось в работе

# Четыре принципа в борьбе с COVID-19

Изолировать  
работников  
от источников  
инфекции

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

Ограничивать  
социальные  
контакты

[tinaki.ru](https://tinaki.ru)

Уничтожать  
возбудителя  
дезинфекцией  
и уборкой

Рассказывать  
работникам  
о профилактике  
коронавируса

# Что будут делать ответственные

Измерять температуру тела на КПП и на рабочих местах через каждые 4 часа

Отстранять от работы и изолировать от остальных тех, у кого повышенная температура тела или признаки заболевания

Проветривать помещения каждые 2 часа и контролировать уборку

Выдавать антибактериальные салфетки и антисептики, следить, как их применяют

При входе в организацию  
обработайте руки кожным  
антисептиком из дозатора  
и расскажите дежурному  
о своем самочувствии

Соблюдайте  
ДИСТАНЦИЮ



НЕ БОЛЕЙТЕ!

ФБУЦРФССРФ  
"Тинаки"

[tinaki.ru](http://tinaki.ru)