

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Московской области «Физико-технический колледж»
(ГБПОУ МО «Физтех-колледж»)

СОГЛАСОВАНО:

на заседании Совета Учреждения
Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора ГБПОУ МО
«Физтех-колледж»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00F036FEE3DEA4D9E49B2CD12A12A55C9E
Действителен с 12.05.2026 по 05.08.2027
Владелец ПЧЕЛЬНИКОВ АЛЕКСЕЙ НИКОЛАЕВИЧ

28.08.2026 г.

Инструкция № ИОТ-059-2026
по профилактике коронавирусной инфекции
(COVID-19), гриппа и ОРВИ

1. Общие сведения о респираторных инфекциях

1.1. Коронавирус - это респираторный вирус. Он передается в основном воздушно-капельным путем. В процессе дыхания человек вдыхает капли, выделяемые из дыхательных путей больного. Например, при кашле или чихании, а также каплей слюны или выделений из носа. Также он может распространяться контактным путем, когда больной касается любой загрязненной поверхности, например, дверной ручки. В этом случае заражение происходит при касании рта, носа или глаз грязными руками.

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

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, например, рукопожатие, но и использование одного бытового предмета.

1.2. Грипп - это острая респираторная вирусная инфекция, вызванная вирусами гриппа А, В или С, протекающая с тяжелым токсикозом, лихорадкой, поражением верхних и нижних дыхательных путей.

1.3. ОРВИ - острая респираторная вирусная инфекция, наиболее часто встречающаяся и в большинстве случаев самоограничивающаяся инфекция респираторного тракта, проявляющаяся катаральным воспалением верхних дыхательных путей и протекающая с лихорадкой, ринитом, чиханием, кашлем, болью в горле, нарушением общего состояния разной выраженности

2. Основные симптомы респираторных инфекций

2.1. Респираторные инфекции типа гриппа, ОРВИ и коронавируса имеют достаточно схожую клиническую картину. У заболевших поражается дыхательная система: появляется насморк, кашель, боль в горле и груди. Выраженность симптомов варьируется от лёгких и бессимптомных форм до тяжёлого течения болезни.

2.2. Основные симптомы коронавируса COVID-19:

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

2.3. При появлении симптомов необходимо обратиться к врачу, вызвав его на дом. Не следует ходить в больницу лично или заниматься самолечением.

3. Меры предосторожности

3.1. Для профилактики новой коронавирусной инфекции, а также других вирусных и инфекционных заболеваний, работники и обучающиеся должны соблюдать целый ряд мер по предупреждению заболевания.

3.2. Правила предосторожности, которые необходимо выполнять в условиях риска заразиться вирусом:

- Регулярно мыть руки с мылом, не менее 30 с. Это убивает вирусы, которые попали на поверхность кожи. Поэтому мыть руки следует каждый раз после посещения общественных мест, туалета, перед едой и просто в течение дня.

- Соблюдать респираторную гигиену. Во время чихания или кашля, прикрывать рот и нос салфеткой. Использованную салфетку следует завернуть в пакет, завязать его и выбросить в мусорное ведро с крышкой. Если салфетки нет, то необходимо прикрыть лицо сгибом локтя.

- Держать дистанцию в общественных местах не менее 1,5 м. Через мелкие капли изо рта и носа больного человека коронавирус может передаваться другим людям при вдыхании того же воздуха.

- В местах общего пользования обязателен масочный режим.

- Не следует трогать руками лицо. Вирус легко перенести с кожи рук в организм, если трогать глаза, нос и рот.

- На период опасности заражения новой коронавирусной инфекцией 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, проводить уборки с применением дезинфицирующих средств.

- Если появилась повышенная температура, кашель и затрудненное дыхание, необходимо сразу обратиться к врачу. Не стоит заниматься самолечением. Специалисты выяснят причины и назначат грамотное лечение, чтобы остановить болезнь.

4. Профилактические мероприятия по предотвращению распространения респираторных инфекций во время нахождения в Колледже

4.1. При входе в Колледж перед началом рабочего и учебного дня (в течение рабочего дня - по показаниям) каждый без исключения сотрудник и обучающийся должен пройти процедуру «входного фильтра» с измерением температуры тела бесконтактным способом.

4.2. При входе с улицы в Колледж сотрудник и обучающийся должен пройти процедуру обработки рук кожным антисептиком.

4.3. В случае обнаружения у работника или обучающегося повышенной температуры, сотрудник или обучающийся не допускается до работы и обучения. В таком случае заболевшего отправляют домой для вызова медицинского работника на дом.

4.4. В целях профилактики работники и обучающиеся обязаны часто мыть руки и пользоваться антисептиками.

4.5. Работники и обучающиеся должны соблюдать масочный режим во всех местах общего пользования. Маску следует менять через каждые 3 часа (если маска увлажнилась, то необходимо ее сразу заменить). Одноразовые медицинские маски из нетканого материала не подлежат повторному использованию и какой-либо обработке. Использованную одноразовую медицинскую маску необходимо поместить в отдельный пакет, герметично закрыть его и лишь после этого выбросить в мусорное ведро. Многоразовую маску нужно выстирать с мылом или моющим средством, затем обработать с помощью парогенератора или утюга с функцией подачи пара. После обработки маска не должна оставаться влажной, поэтому в конце её необходимо прогладить горячим утюгом, уже без функции подачи пара.

4.6. Без необходимости не должны покидать свое рабочее место. В случае производственной необходимости общения с другими людьми, соблюдать дистанцию не менее 1,5 м. Большую часть времени проводить общение с использованием средств связи.

4.7. Сотрудники и обучающиеся должны осуществлять прием пищи в специально отведенных местах, оборудованных раковинами для мытья рук, при наличии кожных антисептиков.

4.8. Следить за чистотой поверхностей рабочего стола, оргтехники, использовать дезинфицирующие средства вирулицидного действия.

4.9. Проветривать помещения каждые 2 часа.

4.10. Использовать для очищения воздуха рециркулятор (по возможности).

4.11. Каждый работник и обучающийся обязан самостоятельно контролировать состояние своего здоровья. В случае ухудшения самочувствия следует обратиться к медицинскому работнику Колледжа или в поликлинику.

4.12. Не следует приходить на работу и обучение при наличии признаков острого респираторного заболевания.

4.13. Сотрудник и обучающийся должен сообщить руководству о наличии у него признаков острого респираторного заболевания, контактах с больными COVID-19, возвращении из зарубежных стран или регионов РФ с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой.

4.14. Если случай заражения коронавирусом все же был выявлен, то после госпитализации больного следует тщательным образом продезинфицировать помещения, в которых он находился.

5. Ответственность за распространение коронавирусной инфекции

5.1. Коронавирус внесен в перечень заболеваний, которые опасны для окружающих (постановление Правительства РФ от 31.01.2020 № 66).

5.2. Если не выполнять требования санитарно-эпидемиологических правил по профилактике коронавируса, то виновного могут привлечь к административной или уголовной ответственности. Вид и тяжесть наказания зависит от того, кто совершил нарушение и пострадал ли, кто в результате.

5.3. Распространение коронавирусной инфекции преследуется по закону, а за умышленное заражение грозит уголовная ответственность (ст. 236 УК РФ). Заболевший работник или обучающийся обязан оставаться дома или обратиться за медицинской помощью, чтобы не навлекать опасность на своих коллег.

5.4. Выполнение профилактических мероприятий и соблюдение мер предосторожности, а также ответственность всех работников и обучающихся при выполнении своих обязанностей позволит избежать заражения новой опасной инфекцией коронавируса COVID-19. Каждый работник и обучающийся должен понимать, что непосредственно от его действий и соблюдения правил защиты зависят не только здоровье и жизнь его самого, но и окружающих людей.

Инструкцию разработал:

Ведущий специалист по охране труда

/Рудая Г.В./