**Что делать, если в вашей семье есть больной COVID-19**

Если у кого-то из членов вашей семьи установлен диагноз "коронавирусная инфекция", и заболевание протекает в легкой форме, позволяющей больному лечиться дома, вам следует принять ряд мер, которые снизят риск заражения COVID-19 вас и других членов семьи.

Заболевший СОVID-19 должен быть изолирован в отдельной комнате, а также пользоваться индивидуальными столовыми приборами и посудой (тарелки, чашки, стаканы), индивидуальной зубной щеткой и полотенцами. Заходить в комнату больного нужно как можно реже.

Обеспечьте больного и себя одноразовыми медицинскими масками, обязательно используйте маску, когда заходите в комнату к больному, меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или по мере увлажнения от дыхания.

Если туалет и/или ванная комната в доме только одна, обрабатывайте их дезинфицирующими средствами каждый день.

Проветривайте комнату, в которой находится больной, 2-3 раза в день.

При кашле или чихании больной должен использовать бумажные платки/полотенца.

После кашля или чихания больной обязательно должен вымыть руки.

Белье, которым пользовался больной, необходимо помещать в отдельную корзину/пакет и стирать при температуре не ниже 60 градусов Цельсия обычным моющим средством отдельно от вещей других членов семьи.

Посуду заболевшего необходимо мыть отдельно, специально выделенной для этих целей губкой в горячей воде с помощью обычного моющего средства, или в посудомоечной машине, отдельно от посуды, которой пользуются другие члены семьи.

Бытовые отходы от больного, в том числе использованные одноразовые медицинские маски, должны быть  сложены  в отдельный мусорный пакет в его комнате, а после заполнения завязанный пакет может быть утилизирован с остальными смешанными бытовыми отходами.

**Профилактика коронавируса в коллективе**

**Работодателям рекомендуется обеспечить:**

Обработку рук работников при входе в организацию или предприятие.

Контроль [температуры](https://coronavirus-control.ru/temperatura-pri-koronaviruse/)  при входе в организацию и в течение дня. Температура должна измеряться бесконтактным способом.

При обнаружении сотрудника с повышенной температурой тела,  он отстраняется от работы и обращается за мед. помощью.

Контроль соблюдения самоизоляции сотрудников на дому при возвращении из стран, где были зарегистрированы случаи коронавируса.

Информирование работников о соблюдении правил личной и общественной гигиены.

Качественную уборку помещений с использованием дезинфицирующих средств. Кратность обработки поверхностей – каждые 2 часа.

Регулярное (каждые 2 часа) проветривание помещения.

Использование в помещениях бактерицидных ламп с целью обеззараживания воздуха.

**Правила поведения в общественных местах и на работе**

Держать дистанцию 1,5 метра. Легче всего определить её в супермаркете: между стоящими в очереди должна свободно помещаться тележка для продуктов. Кстати, лучше пользоваться ею, а не корзинкой, это поможет соблюдать дистанцию даже тогда, когда об этом забываешь.

В людном месте надо максимально ограничить контакт с другими лицами, поверхностями и предметами. Чем меньше человек прикасается к поручням, сидениям, ручкам и т.д., тем меньше риск заражения. Не стоит прикасаться в общественных местах к лицу.

Одноразовые салфетки должны стать обязательной вещью в сумочке или кармане. Ими протирают руки и прикрывают при кашле и чихании рот и нос. После использования эти гигиенические средства утилизируются. Но если вдруг салфетки нет, а срочно нужно чихнуть – чихать надо в сгиб локтя, а не прикрываться ладонью.

На работе, независимо от общей уборки техперсоналом, надо очищать своё рабочее место (клавиатура, экран, ручки ящиков стола и т.д.) с использованием дезинфицирующих средств.

Врач-эпидемиолог ГУЗ «ЛГРД»

Сидорова З. В.