



Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию Санкт-Петербургское государственное
бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«КОЛЛЕДЖ ПЕТЕРБУРГСКОЙ МОДЫ»
(СПб ГБ ПОУ КПМ)

ПАМЯТКА по правилам профилактики коронавирусной инфекции (COVID-19)

Уважаемые обучающиеся Колледжа и родители!

В целях реализации постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.03.2020 N 6 "О дополнительных мерах по снижению рисков распространения COVID-2019" и на основании предписания Главного государственного санитарного врача по городу Санкт-Петербургу от 17.03.2020 N 78-00-09/27-0107-2020 Правительство Санкт-Петербурга и Постановления Правительства Санкт-Петербурга № 127 от 18 марта 2020 года и на основании правил профилактики коронавирусной инфекции (COVID-19) (далее - коронавирусная инфекция) Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

РЕКОМЕНДУЕМ:

- до 30.04.2020 воздержаться от посещения на территории Санкт-Петербурга спортивных, культурных, зрелищных, публичных и иных массовых мероприятий (музеи, организации, осуществляющие выставочную деятельность, театры, иные организации исполнительских искусств, организации, осуществляющие публичную демонстрацию фильмов, зоологические парки, связанные с посещением данных организаций гражданами Российской Федерации, иностранными гражданами, лицами без гражданства);
- воздержаться от поездок за пределы Российской Федерации и на территории субъектов Российской Федерации, в которых выявлены случаи заражения новой коронавирусной инфекцией;
- гражданам старше 65 лет воздержаться от посещения общественных мест;
- чистить и дезинфицировать поверхности, используя бытовые моющие средства. Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы;
- соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями. Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. Избегая посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.
- соблюдать здоровый образ жизни, в том числе здоровый режим дня, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.
- одевать медицинские маски для защиты органов дыхания:
 - при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит. Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

Гражданам Санкт-Петербурга, посещавшим территории за пределами Российской Федерации в период пандемии коронавирусной инфекции:

- Незамедлительно сообщать о своем возвращении в Российскую Федерацию, месте, датах пребывания за пределами Российской Федерации, контактную информацию по номеру телефона 112;
- Обеспечить свою изоляцию на дому на 14 дней со дня возвращения в Российскую Федерацию;
- осуществлять вызов медицинского работника амбулаторно-поликлинического учреждения по месту жительства для осмотра;
- по направлению и требованию врача незамедлительно ехать в карантинные пункты, соблюдать режим ограничения в передвижении.

При нахождении на самоизоляции нужно ежедневно уведомлять врачей о своем самочувствии. Для этого нужно звонить по телефонам горячей линии или в местную поликлинику.

Телефоны ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ в Санкт-Петербурге

Единый консультационный центр Роспотребнадзора:

8 (800) 555-49-43

Горячая линия Роспотребнадзора по коронавирусу в Санкт-Петербурге:

+7 (812) 575-81-03

+7 (812) 712-29-81

Горячая линия оперативного штаба:

8 (800) 200-01-12