



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ №2  
*Чумак* Е.Л.Чумак  
«15» марта 2020 г.

## ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ НОВОЙ КОРОНОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ 2020

### 1. Клинические признаки новой коронавирусной инфекции COVID-19.

Коронавирусы — большое семейство вирусов, которые поражают органы дыхания и вызывают разные болезни: от простуды до пневмонии.

Инкубационный период составляет от 2 до 14 суток.

Для COVID-19 характерно наличие клинических симптомов острой респираторной вирусной инфекции:

- миалгия (недуг мышечной ткани, который сопровождается острой или тупой болями как в напряженном, так и в расслабленном состоянии) и повышенная утомляемость, в 44% случаев;
- повышение температуры тела и озноб, в 90% случаев;
- бледность, одышка, в 55% случаев;
- заложенность носа, чихание, кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты), в более чем 80% случаев;
- боль в горле и мышцах;
- ощущение тяжести или заложенности в грудной клетке, в более чем 20% случаев.

Наиболее тяжелая одышка развивается к 6-8-му дню от момента заражения. Также установлено, что среди первых симптомов могут быть миалгия (11%), спутанность сознания (9%), головные боли (8%), кровохарканье (5%), диарея (3%), тошнота, рвота, учащенное сердцебиение. Данные симптомы в первые дни заражения инфекцией могут наблюдаться и при отсутствии повышения температуры тела.

Первые симптомы могут привести к осложнениям, таким как отит, синусит, бронхит, пневмония и другие болезни. Поэтому при появлении симптомов вызовите врача на дом. Не занимайтесь самолечением. Вызовите врача на дом, если повысилась температура, начался кашель, трудно дышать.

### 2. Клинические варианты и проявления новой коронавирусной инфекции COVID-19.

- Острая респираторная вирусная инфекция легкого течения;
- Пневмония без дыхательной недостаточности;
- Пневмония с ОДН (острая дыхательная недостаточность);
- ОРДС (острый респираторный дистресс-синдром, также респираторный дистресс-синдром взрослых — жизнеугрожающее воспалительное поражение лёгких, характеризующееся диффузной инфильтрацией и тяжёлой гипоксемией. Вызывается множеством причин, которые напрямую или косвенно поражают лёгкие. ОРДС часто приводит к смерти, требует проведения интенсивной терапии и искусственной вентиляции лёгких);
- Сепсис;
- Септический (инфекционно-токсический) шок;

- Гипоксемия (развивается более чем у 30% заболевших).

### **3. Меры предосторожности в связи с распространением новой коронавирусной инфекции.**

Какие меры предосторожности помогут не заболеть:

- регулярно мойте руки после посещения общественных мест, туалета, перед едой, просто в течение дня. Это убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи;
- не трогайте лицо, глаза, нос грязными руками, чтобы вирусы с кожи не попали в организм;
- соблюдайте респираторную гигиену, при чихании или кашле прикрывайте нос и рот одноразовой салфеткой или рукавом;
- держите дистанцию в людных местах. ВОЗ рекомендует соблюдать дистанцию минимум 1 метр особенно от людей с признаками заболевания, 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 регулярно проводите влажную уборку рабочего места, в том числе с использованием дезинфицирующих средств.