



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МОУ «Мирновская школа»
М.И. Ситник

ИНСТРУКЦИЯ №44

об особенностях поведения в школе в связи с угрозой распространения острой респираторной вирусной инфекции

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения острой респираторной вирусной инфекции.

- Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.
- Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.
- Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно -капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать дистанцию не менее 1 метра.
- Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Острая респираторная вирусная инфекция распространяется этими путями.
- При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.
- Избегая посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.
- Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.
- Соблюдайте разработанные графики прихода (подвоза) в школу, перемен и посещения школьной столовой.
- При посещении общественных мест одевайте маску.
- При первых признаках заболевания немедленно сообщите об этом родителям, учителю медицинской сестре школы.