

РОСЖЕЛДОР
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Ростовский государственный университет путей сообщения»
(ФГБОУ ВО РГУПС)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по воспитательной
работе и социальному развитию
ФГБОУ ВО РГУПС



Е.Г. Шепилова

« 26 » августа 2020г.

ПАМЯТКА

по правилам поведения в университете
в условиях коронавирусной инфекции

1. Общие положения.

Памятка разработана на основе Методических рекомендаций МР 3.1/2.1.0205-20 по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в образовательных организациях высшего образования, утверждённых 29.07.2020 Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации Поповой А.Ю.

Настоящие методические рекомендации содержат основные требования, предъявляемые в Ростовском государственном университете путей сообщения к личной гигиене, мерам профилактики для противодействия распространения коронавирусной инфекции COVID-19 во время нахождения в университете. Распространяются на всех обучающихся и работников вуза.

Вход в здания университета осуществляется только при наличии одноразовой или многоразовой маски, прохождения «входного фильтра», с обязательной термометрией бесконтактным способом. При наличии признаков инфекционных заболеваний (повышенная температура, кашель, насморк) вход не разрешается. Обучающийся/работник должен сообщить об этом своему непосредственному руководителю.

Термометрия проводится в течении дня не менее 2-х раз.

2. Правила поведения в университете.

Во время нахождения в университете необходимо:

- помнить о соблюдении социальной дистанции (1,5 метра), избегать скоплений обучающихся (в том числе в холлах, коридорах, при входе в аудитории

(помещения), т.к. вирус передаётся от больного человека к здоровому воздушно-капельным пути (при чихании, кашле и разговоре);

- использовать одноразовые или многоразовые маски (со сменой одноразовых масок не реже 1 раза в 3 часа, многоразовых – в соответствии с инструкцией). Повторное использование одноразовых масок, а также использование увлажненных масок не допускается. Использованную одноразовую маску перед размещением в контейнер для сбора отходов нужно упаковать в полиэтиленовый пакет. Допускается не использовать маски при проведении учебных занятий творческой направленности, преподавателям-во время проведения лекций;

- обеспечивать проветривание помещений ответственным лицам кафедр, закрепленным за аудиториями, либо старостам учебных групп перед началом учебных занятий, во время перемен;

- соблюдать гигиену рук, особенно после посещения мест общего пользования, если нет возможности вымыть руки с мылом, использовать спиртосодержащие или дезинфицирующие гели, растворы, салфетки;

- обрабатывать руки кожными антисептиками или дезинфицирующими салфетками при входе в буфеты и столовую. Прием пищи в учебных помещениях, на рабочих местах запрещен;

- избегать прикосновений руками к лицу (глазам, носу или рту);

- прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками при кашле, чихании (после использования-выбросить в урну);

- не использовать приветственные рукопожатия, поцелуи, объятия и другие проявления телесного контакта.

Студенты, прибывшие для обучения из иностранных государств, допускаются к учебному процессу после 14-дневной (со дня въезда в Российскую Федерацию) изоляции, с проведением на 10-12 день обследования на COVID-19 методом ПЦР (полимеразной цепной реакции).

3. Информационная справка

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

COVID-19 (COronaVirus Disease 2019) – заболевание, вызываемое коронавирусом SARS-CoV-2 (коронавирус 2 тяжелого острого респираторного синдрома Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus 2).

Основные симптомы заболевания:

- повышение температуры;

- кашель и боль в горле;

- чувство усталости;

- затрудненное дыхание.

Основной механизм передачи коронавирусной инфекции – воздушно-капельный (или воздушно-пылевой), при котором возбудители локализуются в слизистой оболочке дыхательных путей и переносятся в новый организм через воздух.

При этом пути передачи возбудитель поступает во внешнюю среду при чихании и кашле с каплями жидкости и внедряется в организм человека при вдыхании воздуха, содержащего инфицированные частицы. Если частицы маленькие, они какое-то время находятся в воздухе в виде аэрозоля (капли, взвешенные в воздухе), а если частицы крупнее, то они оседают на различные поверхности на расстоянии до двух метров вокруг больного человека. Очень часто это предметы частого пользования: ручки двери, поручни в транспорте, мобильные телефоны и т.д. Прикасаясь к своему лицу человек заносит вирус на слизистые носа, рта, глаз.

При повышении температуры, появлении кашля и затруднении дыхания необходимо как можно быстрее обратиться за медицинской помощью (вызвать на дом участкового врача или сразу скорую медицинскую помощь).

Для профилактики новой коронавирусной инфекции COVID-19 нужно вести здоровый образ жизни. Соблюдение здорового режима, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность, повышает сопротивляемость организма к инфекции.