

**Федеральное государственное бюджетное учреждение науки
Институт физики твёрдого тела Российской академии наук
(ИФТТ РАН)**



ИНСТРУКЦИЯ

о мерах предупреждения и нераспространения новой коронавирусной инфекции
(COVID-2019), об организации деятельности ИФТТ РАН в период распространения
COVID-19

(редакция от 12.03.2021)

1. Общие положения.

1.1. Настоящая инструкция разработана на основании Федерального закона РФ от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», СП 3.1/3.23146-13 «Общие требования по профилактике инфекционных и паразитарных болезней», Постановления Главного санитарного врача Российской Федерации от 31.01.2020 № 3 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV», Постановления Главного санитарного врача Российской Федерации от 02.03.2020 № 5 «О дополнительных мерах по снижению рисков завоза и распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)», Предписания от 13.03.2020 г. № 263 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий», Письма Роспотребнадзора от 10.03.2020 № 02/3853-2020-27 «О мерах по профилактике новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», Письма Роспотребнадзора от 20.04.2020 № 02/7376-2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы предприятий в условиях распространения рисков COVID-19», Предписания № 213-06 о проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий от 30.04.2020 Главного государственного санитарного врача по Московской области с целью предупреждения возникновения и распространения новой коронавирусной инфекции, представляющей опасность для окружающих.

1.2. Настоящая инструкция распространяется на всех работников ИФТТ
РАН. Работники обязаны выполнять все мероприятия, изложенные в настоящей инструкции.

1.3. Настоящая инструкция вводится в действие приказом директора ИФТТ РАН. Изменение, а также прекращение действия настоящей инструкции происходит на основании приказа директора ИФТТ РАН.

1.4. Лица, виновные в нарушении требований данной инструкции, или дающие указания, противоречащие данной инструкции, а также распространяющие ложную информацию о состоянии своего здоровья или здоровья других сотрудников, могут быть привлечены к дисциплинарной ответственности, а также к иным видам ответственности в соответствии с действующим законодательством.

2. Организация и проведение противозидемиологических мероприятий в ИФТТ РАН.

2.1. В период действия режима повышенной готовности для органов управления и сил Московской области системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций проход на территорию ИФТТ РАН осуществляется в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормами и распоряжениями директора ИФТТ РАН.

2.2. Режим самоизоляции обязаны соблюдать:

- сотрудники с наличием COVID-2019;
- сотрудники с подозрением на наличие новой коронавирусной инфекции COVID-2019, а также сотрудники с проявлениями ОРВИ;
- сотрудники, совместно проживающие с гражданами с наличием COVID-2019, с подозрением на наличие COVID-19, а также с проявлениями ОРВИ.

2.3. На территорию ИФТТ РАН запрещён проход:

- сотрудников с признаками ОРВИ,
- сотрудников, бывших в течение предыдущих 14 дней в контакте с лицами, у которых подтверждён диагноз COVID-19,

2.4. На всех вахтах ИФТТ РАН, через которые осуществляется проход на рабочие места, при входе работников в ИФТТ РАН и в течение рабочего дня (по показаниям) обеспечивается контроль температуры тела работников с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры) с обязательным отстранением от нахождения на рабочем месте лиц с повышенной температурой тела и с признаками инфекционного заболевания.

2.5. На всех вахтах ИФТТ РАН, через которые осуществляется проход на рабочие места, а также в местах скопления большого количества сотрудников, обеспечивается возможность обработки рук кожными антисептиками, предназначенными для этих целей (в том числе с помощью установленных дозаторов) или дезинфицирующими салфетками.

2.6. В ИФТТ РАН обеспечивается качественная уборка помещений с применением дезинфицирующих средств, особое внимание уделяется дезинфекции дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и

стульев работников, орг. техники), мест общего пользования, во всех помещениях - с кратностью обработки каждые 2 часа.

В ИФТТ РАН обеспечивается наличие не менее чем пятидневного запаса дезинфицирующих средств для уборки помещений и обработки рук сотрудников, средств индивидуальной защиты органов дыхания.

Для проведения дезинфекции должны применяться дезинфицирующие средства, зарегистрированные в установленном порядке:

- хлорактивные (натриевая соль дихлоризоциануровой кислоты - в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 0,06%, хлорамин Б - в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 3,0%),
- кислородактивные (перекись водорода - в концентрации не менее 3,0%), катионные поверхностно-активные вещества (КПАВ),
- четвертичные аммониевые соединения (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,5%),
- третичные амины (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,5%),
- полимерные производные гуанидина (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,2%),
- спирты (в качестве кожных антисептиков и дезинфицирующих средств для обработки небольших поверхностей - изопропиловый спирт в концентрации не менее 70% по массе, этиловый спирт в концентрации не менее 75% по массе).

В инструкциях по применению этих средств указаны режимы для обеззараживания объектов при вирусных инфекциях и содержании действующих веществ.

2.7. В местах с большим количеством пребывания людей должны использоваться ультрафиолетовые бактерицидные облучатели закрытого типа (рециркуляторы).

2.8. В ИФТТ РАН обеспечивается контроль над эффективной работоспособностью вентиляционных систем.

2.9. В ИФТТ РАН обеспечивается соблюдение сотрудниками социальной дистанции, в том числе путём нанесения специальной разметки и установления специального режима допуска и нахождения в помещениях ИФТТ РАН, где возможно нахождение одновременно большого количества сотрудников (канцелярия, приёмные членов дирекции, проходные с турникетами, место расположения банкомата и другие).

2.10. В ИФТТ РАН обеспечивается сокращение контактов между работниками для ограничения воздушно-капельного и контактного механизмов передачи инфекции путём ограничения контактов между коллективами лабораторий, отделов, не связанных общими задачами и производственными процессами.

2.11. В ИФТТ РАН осуществляется преимущественно электронное взаимодействие, использование телефонной связи для передачи информации, а также бесконтактное взаимодействие при передаче-получении текущей корреспонденции, служебных записок, требований и т.п. в службы ИФТТ РАН.

2.12. Проведение массовых мероприятий, а также участие работников в мероприятиях других коллективов осуществляется со строгим соблюдением санитарно-эпидемиологических мер.

2.13. В ИФТТ РАН обеспечивается информирование работников о клинических признаках коронавирусной инфекции COVID-19, о мерах профилактики, о необходимости соблюдения правил личной и общественной гигиены (памятка для работника – Приложение № 1; размещение информации на информационных стендах ИФТТ РАН, на официальном сайте ИФТТ РАН в сети интернет; рассылка локальных актов на адреса электронной почты сотрудников).

3. Общие обязанности сотрудников ИФТТ РАН, привлекаемых к работе в обычном режиме с выходом на рабочие места.

3.1. Работник обязан проходить измерение температуры при приходе на работу. В случае повышения температуры тела 37,0 °С и выше работник обязан самоизолироваться по месту жительства.

3.2. Работник должен оповещать непосредственного руководителя о любых отклонениях в состоянии своего здоровья и совместно проживающих членов семьи: повышенная температура, насморк, кашель, слабость, головная боль.

3.3. Работник обязан соблюдать правила личной гигиены и производственной санитарии:

- соблюдать дистанцию до других сотрудников не менее 1,5 метра (социальная дистанция);
 - обеспечить регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;
 - пользоваться средствами индивидуальной защиты;
 - регулярно мыть руки с мылом или обрабатывать кожными антисептиками
- в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета, перед приёмом пищи.

4. Общие обязанности руководителей структурных подразделений.

4.1. Руководителем структурного подразделения должен быть организован ежедневный визуальный осмотр и опрос работников на предмет наличия симптомов ОРВИ, уточнения состояния здоровья лиц, проживающих вместе с ним; получения от него информации о возможных контактах с больными лицами или лицами, вернувшимися из другой страны или субъекта Российской Федерации.

4.2. Руководитель структурного подразделения ИФТТ РАН должен обеспечить соблюдение сотрудниками социальной дистанции в помещениях, где находятся рабочие места двух и более человек (с возможным перераспределением рабочих мест отсутствующих сотрудников, а также установлением графика проведения работ).

4.3. Руководитель структурного подразделения ИФТТ РАН обеспечивает дезинфекцию силами работников подразделений поверхностей, оборудования и инвентаря, а также регулярное проветривание помещений (каждые 2 часа).

4.4. Руководитель структурного подразделения ИФТТ РАН обеспечивает строгий контроль использования работниками средств индивидуальной защиты органов дыхания.

4.5. Руководитель структурного подразделения ИФТТ РАН обеспечивает ознакомление с настоящей инструкцией сотрудников своего подразделения.

5. Действия сотрудников в случае подозрения заболевания новой коронавирусной инфекцией COVID-2019.

5.1. Действия сотрудников в случае обнаружения лица с признаками ОРВИ:

5.1.1. Работники с признаками ОРВИ (с одним или несколькими симптомами, описанными в п. 1 Приложения 1 к настоящей Инструкции) обязаны:

- сообщить непосредственному руководителю,
- самоизолироваться по месту жительства,
- сообщить в медицинское учреждение о необходимости медицинской помощи и прохождения теста на COVID-2019,
- по результатам обследования сообщить диагноз непосредственному руководителю.

5.1.2. Непосредственный руководитель лица с признаками ОРВИ обязан:

- отстранить от работы и потребовать незамедлительную изоляцию работника по месту жительства с обязательным извещением медицинской организации о необходимости медицинской помощи,
- сообщить директору ИФТТ РАН данные о работнике,
- осуществлять мониторинг самочувствия работника.

5.2. Действия сотрудников при выявлении контактов с лицом с подтвержденным диагнозом новой коронавирусной инфекции COVID-2019:

5.2.1. Непосредственный руководитель лица с подтвержденным случаем коронавирусной инфекции обязан:

- потребовать незамедлительную изоляцию работника по месту жительства с обязательным извещением медицинской организации о необходимости медицинской помощи,
- сообщить директору ИФТТ РАН данные о работнике,
- сформировать сведения о контактах работника с подтвержденным случаем коронавирусной инфекции в рамках исполнения его служебных обязанностей за последние 14 дней,
- сообщить данные сведения директору ИФТТ РАН, в службу охраны труда, а также непосредственным руководителям лиц из других подразделений, в случае контакта сотрудника с сотрудниками других подразделений,
- требовать самоизоляцию по месту жительства всех контактов 1-го уровня (контакт 1-го уровня – лица, имевшие тесный контакт с пациентом с

подтвержденным случаем коронавирусной инфекции. Вероятность инфицирования: высокая),

- осуществлять мониторинг самочувствия работника.

5.2.2. Работники, имевшие тесный контакт с лицом с подтвержденным случаем коронавирусной инфекции (контакты 1-го уровня), должны незамедлительно:

- сообщить непосредственному руководителю,
- самоизолироваться по месту жительства,
- сообщить в медицинское учреждение о необходимости прохождения

теста на COVID-2019.

5.2.3. Непосредственный руководитель контакта первого уровня обязан:

- потребовать незамедлительную изоляцию работника по месту жительства,
- осуществлять мониторинг самочувствия работника,
- сформировать сведения о контактах работника, проходящего самоизоляцию (контакты 1-го уровня) в рамках исполнения его служебных обязанностей за последние 14 дней,
- сообщить данные сведения директору ИФТТ РАН, в службу охраны труда, а также непосредственным руководителям лиц из других подразделений, в случае контакта сотрудника с сотрудниками других подразделений,
- известить работников, имевших контакт с лицом находящимся на самоизоляции (контакты 2-го уровня – лица, имевшие тесный контакт с контактом 1-го уровня. Вероятность заражения: низкая) о необходимости соблюдать максимальную изоляцию (см. п. 5.2.5) в рамках исполнения своих служебных обязанностей и необходимости добровольного тестирования на COVID-19.

5.2.4. Непосредственный руководитель контакта 2-го уровня обязан:

- обеспечить особый контроль за состоянием здоровья работников из списка контактов 2-го уровня,
- организовать максимально изолированные условия работы в рамках исполнения служебных обязанностей.

5.2.5. Максимальная изоляция в рамках исполнения служебных обязанностей работника - это создание таких условий работы, при которых минимизирован контакт с остальными работниками без потери эффективности работы (отдельное рабочее место, нахождение в уединении при проветриваниях, приеме пищи, перемещении).

5.2.6. Группы контактов 3-го уровня (лица, имевшие тесный контакт с контактом 2-го уровня) работают в обычном режиме.

6. Прочие условия.

6.1. В ИФТТ РАН на основании распоряжений государственных органов РФ, органов власти Московской области может быть организовано тестирование на COVID-19. Сотрудники из контактов любого из перечисленных уровней должны

пройти тестирование по указанию руководства. В случае отказа от прохождения тестирования, сотрудник отстраняется от работы, с самоизоляцией на карантин сроком на 14 дней и необходимостью при выходе на работу предоставить результаты тестирования на COVID- 9, сделанного за свой счет в лицензированной медицинской организации.

6.2. Ответственность за выполнение общих мероприятий, указанных в части 2 настоящей инструкции, возложена на должностных лиц на основании приказов ИФТТ РАН.

6.3. Руководители структурных подразделений должны быть ознакомлены с настоящей инструкцией под подпись.

7. Контактные телефоны.

7.1. При появлении первых признаков ОРВИ или других инфекций необходимо, вызвать врача на дом по телефону **112**.

7.2. Горячая линия Департамента здравоохранения **8-495-870-45-09**.

7.3. Круглосуточная информационная линия по вопросам диагностики и профилактики COVID-19 **8(499) 251-83-00**.

Разработчик:

Руководитель службы ОТ ИФТТ РАН

Туранова О.В.

Согласовано:

Врио зам. директора ИФТТ РАН
по правовым вопросам

Ибрагимова И.Ю.

ПАМЯТКА ДЛЯ РАБОТНИКА

1. Симптомы заболевания COVID-19.

Коронавирус - это возбудитель острой респираторной вирусной инфекции.

Пути передачи:

- воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре),
- воздушно-пылевой (с пылевыми частицами в воздухе),
- контактный (через рукопожатия, предметы обихода).

Факторы передачи:

- воздух (основной),
- пищевые продукты и предметы обихода, контаминированные вирусом.

Подозрение заболевание COVID-2019 возникает при:

- Выявлении симптомов ОРВИ у работника,
- Выявлении контактов с пациентом с подтвержденным COVID-2019.

Основными признаками коронавируса являются:

- слабость, усталость
- температура
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты)
- боль в горле
- заложенность носа
- озноб, чувство ломоты в руках и ногах
- затрудненное дыхание
- белый налет на языке

По симптоматике COVID-19 схож с простудой и респираторными заболеваниями. Особое внимание стоит обратить на одышку: при ее наличии немедленно обратитесь к врачу.

Симптомы заражения COVID-19 могут проявиться в течение 14 дней после контакта с больным человеком, так же течение заболевания может проходить бессимптомно, как следствие необходимо своевременное выявление работников, имевших тесный контакт с инфицированным.

2. Общие меры профилактики.

2.1. Как можно чаще мойте руки с мылом. При отсутствии доступа к воде и мылу используйте одноразовые спиртовые салфетки или увлажняющие гигиенические салфетки.

2.2. Прикасайтесь к лицу и глазам только недавно вымытыми руками или одноразовой салфеткой.

2.3. Используйте одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте. Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще. Выбрасывайте маску в урну сразу после использования. После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом.

Перед тем как надевать маску/повязку, необходимо вымыть руки с мылом. Затем приложить изделие к лицу, поверхности носа, закрепить резинки за ушами. Во время одевания нужно избегать прикосновений руками к лицевой части изделия. Точно так же, когда человек снимает повязку, он должен избегать контакта с загрязнённой стороной.

Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок, вшитое крепление маски плотно прижато к носу, складки маски расправлены.

Также можно применять многоразовые марлевые повязки. Защитные свойства повязка сохраняет в течение 3-х часов после дезинфекции.

Дезинфекция многоразовой повязки после использования:

- машинная стирка по $t > 75^{\circ}\text{C}$ (или ручная стирка в растворе хозяйственного мыла).
- применение хлорсодержащих отбеливающих/стирающих веществ не допускается.
- обязательная сушка и последующее проглаживание утюгом по $t > 75^{\circ}\text{C}$.

Важно запомнить, что повязка - это предмет личной гигиены, его нельзя передавать другим людям и следует регулярно менять.

Если нет маски, при кашле и чихании прикрывайте рот одноразовым платком или салфеткой. При невозможности - прикрывайте рот областью локтевого сгиба. Не следует прикрывать рот кистями рук при кашле и чихании, так как это способствует распространению вируса. При невозможности — немедленно вымойте руки с мылом или тщательно протрите их одноразовыми спиртовыми салфетками или увлажняющими гигиеническими салфетками.

2.4. Избегайте контактов с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.).

2.5. Избегайте мест массового скопления людей.

2.6. Соблюдайте режим социальной дистанции не менее 1,5м.

2.7. По возможности - не прикасайтесь к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах и ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.

2.8. Регулярно (1 раз в 2 часа) проветривайте помещение, в котором находитесь.

2.9. Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансировано питайтесь и регулярно занимайтесь физическими упражнениями.