Рекомендации
для работника, являющегося контактным с лицом, имеющим признаки острой респираторной инфекции по месту жительства

Если у вас дома кто-то из родных и близких, проживающих совместно с вами, заболел острой респираторной инфекцией (далее – ОРИ), Вам необходимо соблюдать профилактические мероприятия, ежедневно утром и вечером измерять температуру тела, следить за своим самочувствием.

ВНИМАНИЕ! Вы должны на работе предупредить своего руководителя о контакте с заболевшими ОРИ родственниками и выполнять следующие рекомендации:

- ✓ Во время работы и нахождения в общественных местах использовать средства защиты (маска, перчатки), производить смену масок каждые 2-3 часа;
- ✓ Организовать свою работу с соблюдением социальной дистанции 1-1,5 м (провести перестановку рабочих столов, установить перегородки из оргстекла, организовать изолированный участок работы и др.), при наличии возможности – в отдельном кабинете;
- ✓ Осуществлять проветривание помещения по 10-15 минут каждый час;
- ✓ Не посещать без необходимости другие помещения предприятия, ограничить личные контакты по работе, использовать дистанционные способы общения с коллегами по работе (внутренняя связь, мобильные телефоны, интернет и др.);
- ✓ Прием пищи осуществлять изолированно от других сотрудников в отдельном помещении либо посещать столовую на предприятии согласно смещенному графику в часы с наименьшей скученностью посетителей. По возможности для приема пищи использовать отдельную посуду и приборы;
- ✓ Соблюдать гигиену рук каждый раз при снятии маски, перед её надеванием, перед приёмом пищи, после посещения санитарного узла и по мере необходимости. Используйте для гигиены рук антисептические средства на спиртовой основе.

ВНИМАНИЕ! В случае появления у Вас признаков ОРИ в течение рабочего дня, измерьте температуру тела, сообщите руководителю об ухудшении самочувствия и покиньте рабочее место. Вызовите врача на дом для оценки состояния вашего здоровья.