



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ  
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Управление  
Федеральной службы по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека по  
Красноярскому краю

Территориальный отдел в г. Ачинске  
Толстого ул., д. 23, г. Ачинск, 662165  
тел/факс: (8-251) 5-08-39  
E-mail: [achinsk@24.rosпотребнадзор.ru](mailto:achinsk@24.rosпотребнадзор.ru)  
Web-сайт: <http://24.rosпотребнадзор.ru>  
ОКПО 76736519, ОГРН 1052466033608,  
ИНН / КПП 2466127415 / 244332001

31.08.2020 г. № 24-01-01/02-753-2020

Руководителям Управлений  
образования г.г. Ачинска, Боготола,  
Назарово, Ачинского, Боготольского,  
Назаровского, Большеулуйского,  
Бирюльского, Козульского,  
Тюхтетского районов

О проведении «урока здоровья»  
в общеобразовательных  
учреждениях

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в г. Ачинске направляет Вам информацию о правилах профилактики новой коронавирусной инфекции для ознакомления учеников школ при проведении «урока здоровья» 2 сентября 2020 года.

Приложение: информация на 3 л.

Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
в городе Ачинске

А.В. Шевелева

Еремеевская Г. В. 8 (39151) 50675



## Профилактика коронавирусной инфекции в школе.

Что такое коронавирусная инфекция (COVID-19) – это острая респираторная вирусная инфекция возбудителем является вирус, а за его форму его назвали коронавирус (название связано со строением вируса, шиповидные отростки которого напоминают корону).

В период продолжения распространения COVID-19 в стране и мире, важно предпринять меры, предотвращающие дальнейшую передачу инфекции.

В особой защите от инфицирования вирусом нуждаются дети и общеобразовательные учреждения. Поэтому, важным аспектом в борьбе с пандемией сегодня является профилактика коронавируса в школе, которая позволит предотвратить потенциальное распространение вируса среди учащихся и персонала учебного заведения.

Короновирусы очень малы. Мы не можем увидеть их без микроскопа.

Когда заболевший человек кашляет, чихает, разговаривает, вирусы разносятся вокруг с капельками слюны. Здоровый человек вдыхает эти вирусы и заражается. В окружающей среде вирусы остаются живыми более 2 часов.

### Как можно еще заразиться?

- Прикоснувшись к любой поверхности (стол, дверная ручка, телефон, перила) если там есть вирусы.
- Прикасаясь немытыми руками к носу, рту, глазам.
- При рукопожатии, поцелуях, объятиях.

Новый коронавирус попадает в организм через слизистые (дыхательных путей, конъюнктивы глаз, и так далее).

Чаще всего заболевание начинается со слабости и недомогания, повышения температуры и сухого кашля. У некоторых людей могут отмечаться боли и ломота в мышцах и суставах, заложенность носа, насморк, фарингит или диарея. Чаще всего, эти симптомы развиваются постепенно и проявляются довольно слабо.

До 80% случаев заболеваний протекают легко, сопровождаясь лишь легким недомоганием и невысокой температурой. У некоторых инфицированных людей вообще не возникает каких-либо симптомов или плохого самочувствия.

В отличие от многих других респираторных вирусов, коронавирус чаще атакует нижние дыхательные пути — бронхи и легкие, вызывая пневмонию и дыхательную недостаточность, которая и является причиной тяжелого течения заболевания.



Поэтому при усугублении картины может усилится кашель, появится боль в грудной клетке при дыхании, одышка. Такие симптомы могут быть признаками развития пневмонии.

## ИНСТРУКЦИИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ИНФИЦИРОВАНИЯ COVID-19 ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Роспотребнадзор разработал для учащихся инструкцию по профилактике возникновения коронавируса в школе. Она включает такие пункты:

1. Чаще мойте руки с мылом, а если отсутствует такая возможность, то пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками;
2. Соблюдайте безопасное расстояние – в общественных местах необходимо находиться не ближе одного метра друг к другу;
3. Ведите здоровый образ жизни – полноценный сон, физическая активность, употребление продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными веществами;
4. Обеспечивайте защиту дыхательных органов ношением специальной маски – в зависимости от конструкции её нужно менять спустя 2, 4 или 6 часов;
5. При возникновении симптомов Ковид-19 оставайтесь дома и незамедлительно обратитесь к врачу.

Соблюдение инструкции по предупреждению инфицирования вирусом является залогом формирования здоровой и безопасной среды в школьном учреждении, ведь вы (дети) относитесь к группе риска.



## **Памятка по профилактике коронавирусной инфекции для школьников:**

- часто мой руки мылом или обрабатывай антисептиком – если на поверхности кожи есть вирус, то её обработка мыльным или спиртовым раствором ликвидирует его;
- соблюдай личную гигиену – прикрывай рот и нос салфеткой, в момент кашля и чихания. Сразу после этого выкинь её и тщательно помой руки;
- соблюдай безопасную дистанцию, пребывая в общественных местах – вирусом можно заразиться, если вдыхать воздух, находящийся рядом с зараженным человеком. Поэтому, от людей нужно держаться на расстоянии не менее 1 – 1,5 м;
- если почувствовал себя плохо, сразу сообщи учителю, если находишься на уроках, или родителям, пребывая дома – чем раньше ты обратишься за помощью, тем выше шансов быстро выздороветь и никого не заразить.

