Рекомендации Роспотребнадзора



Что нужно сделать, чтобы приблизить окончание карантинных мероприятий

В настоящее время в мире зарегистрировано более 2 млн случаев заболеваний новой коронавирусной инфекцией.

Весь мир борется с пандемией этой болезни, значительная часть пути уже пройдена.

В нашей стране удается сдерживать натиск инфекции благодаря системно принимаемым мерам.

Государством сделано все необходимое, но теперь очень много зависит от каждого из нас.

Сегодня главной задачей остается победа над коронавирусной инфекцией, достичь которой мы можем только совместными усилиями.

Временные ограничения необходимы, чтобы сберечь себя, своих близких и обезопасить окружающих нас людей от беды.

Чем ответственнее мы относимся к режиму временных ограничений, тем быстрее мы сможем вернуться к активной жизни и повседневным делам.

5 шагов для приближения окончания карантинных мероприятий:

- оставаться дома,
- поддерживать в доме чистоту, используя дезинфицирующие средства,
- общаться с родственниками, используя средства современной связи и коммуникации,
- в случае крайней необходимости, при выходе из дома обязательно использовать маску, закрывающую дыхательные пути,
- соблюдать дистанцию с окружающими людьми 1,5-2 метра, мыть руки с мылом и применять антисептические средства, соблюдать все рекомендации Роспотребнадзора.

Берегите себя и своих близких!

О значении гигиенических процедур в период пандемии коронавируса

Роспотребнадзор напоминает о значимости личной гигиены в период пандемии COVID-19.

Мытьё рук с мылом, простая и известная всем с раннего детства процедура, является важным элементом профилактики коронавирусной инфекции и действительно помогает сохранить здоровье.

Важно помнить, что нет никакой необходимости мыть руки именно «антибактериальным» мылом. Для того чтобы смыть вирус достаточно мыть руки обычным мылом, то есть тем, которое уже есть у вас дома.

Согласно исследованиям НИИ Дезинфектологии Роспотребнадзора, понятия «стандартного» антибактериального мыла не существует. В такие мыла вносят антимикробные добавки, но они могут быть разные и в разном количестве. Некоторые производители могут использовать мыло с такой пометкой и просто без добавок в качестве удачного маркетингового хода. Критериев эффективности такого мыла нет, если не идёт речь о дезинфицирующем средстве - кожном антисептике.

Так называемое «антибактериальное» мыло вирусы может не уничтожить, так как вирусы не бактерии и устойчивость у них другая. Но такое мыло, как и любое другое, может их просто смыть. В связи с этим специалисты Роспотребнадзора рекомендуют пользоваться любым мылом, это обеспечит примерно одинаковый эффект.

Установлено, что частое мытье рук родителей с мылом способствует снижению смертности среди детей раннего возраста от острых респираторных инфекций на 20% и от острых кишечных инфекций на 50%. Грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, норо- и ротавирусных инфекций, глистных инвазий. Передача осуществляется как напрямую, так и опосредованно через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

Согласно официальным формам отраслевого статистического наблюдения Роспотребнадзора в среднем за год посредством контактно-бытового пути передачи, основным элементом, которого являются грязные руки, реализуется более 300 вспышек инфекционных заболеваний, при этом более 85% пострадавших в этих вспышках являются детьми.

Мытье рук является ключевым компонентом в снижении риска целого ряда инфекций, включая острые кишечные инфекции, грипп и другие респираторные инфекции, в том числе новый коронавирус.

В связи с этим очень важно знать, как правильно мыть руки. Правильная методика

мытья рук предполагает использование мыла и теплой проточной воды, которые растирают руками в течение не менее 30 секунд. **Следуйте этим простым правилам:**

• Снимите украшения, закатайте рукава
• Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла
• Тщательно намыльте руки и в течение не менее 30 секунд соблюдайте технику мытья рук
• Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло
• Просушите руки полотенцем

Сушка рук имеет важное значение - руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

Когда мыть руки?

До:
• Приготовления еды
• Приема пищи
• Надевания контактных линз и нанесения макияжа
• Прикосновения к области инфекции кожи, ранам и другим поврежденным кожным покровам
• Проведения манипуляций медицинского характера

После:
• Приготовления еды
• Обработки загрязненного белья
• Ухода за больными
• Уборки и работы по дому и в саду
• Кашля, чихания или рвоты
• Контакта с домашними и любыми другими животными
• Работы, учебы, пребывания на открытом воздухе и в общественных помещениях
• Занятий спортом
• Прикосновения к области инфекции кожи и кожных ран
• Посещения туалета
• Контакта с деньгами
• Работы за компьютером и другой оргтехникой
• Поездки в общественном транспорте

Мойте руки и будьте здоровы!

О рекомендациях как обезопасить ребенка от бытового травмирования

В период самоизоляции, а также карантина в домашних условиях Роспотребнадзор

напоминает родителям о некоторых важных правилах безопасности при организации личного пространства и досуга ребенка.

1. **Не давайте детям играть с мелкими деталями игрушек, батарейками и другими мелкими предметами** , которые они могут случайно проглотить

Это правило особенно касается детей в возрасте до трех лет. Не храните мелкие предметы, детали, магниты, батарейки (особенно так называемые «кнопочного» типа для часов, брелоков и другой переносной электроники) в местах, доступных для маленьких детей. Они могут быть непреднамеренно проглочены детьми и застрять в желудке. Это может быть очень опасно, а в худшем случае, может привести к летальному исходу. Особая осторожность должна соблюдаться с мелкими предметами, особенно батарейками, которые в диаметре 20 мм и более, поскольку выше вероятность, что они застрянут в пищеводе ребенка. Проглоченная литиевая батарейка, к тому же, может генерировать электрический ток от контакта с жидкостями в желудке. Это может привести к серьезным повреждениям, а, следовательно, потребуется неотложная медицинская помощь и незамедлительное ее извлечение.

Что делать, если Ваш ребенок проглотил мелкую деталь или кнопочную батарейку:

- немедленно обратиться к врачу или вызвать скорую помощь;
- в случае с батарейкой не позволяйте вашему ребенку пить или есть, пока рентген не определит наличие батарейки;
- если у вас есть упаковка от игрушки, мелких предметов, батареи или непосредственно само устройство или игрушка, часть которого была проглочена ребенком, возьмите их с собой, поскольку это поможет врачу идентифицировать проглоченный предмет, тип батареи или мелкой детали, ее химический состав.

2. **Обращайте внимание на внешний вид и функциональность игрушек**

При покупке игрушек обращайте внимание на их внешний вид, маркировку и следующие особенности конструкции, сборки:

- Игрушка и ее составные части, включая крепежные детали, должны выдерживать механические нагрузки, возникающие при использовании игрушки по назначению, при этом она не должна разрушаться и должна сохранять свои потребительские свойства.
- Доступные кромки, острые концы, жесткие детали, пружины, крепежные детали, зазоры, углы, выступы, шнуры, канаты и крепления игрушек должны исключать риск травмирования ребенка.
- Игрушка и съемные детали игрушки, предназначенной для детей в возрасте до 3 лет, а также игрушки, непосредственно закрепляемые на пищевых продуктах, должны иметь такие размеры, чтобы избежать попадания в верхние дыхательные пути.
- Игрушка со снарядом, выпускаемым при помощи пускового механизма, а также обладающий кинетической энергией снаряд, должны минимизировать риск травмирования ребенка и (или) лица, присматривающего за ним.
- Не допускается поверхностное окрашивание и роспись игрушек-погремушек и игрушек, контактирующих со ртом ребенка.
- На игрушках, не предназначенных для детей в возрасте до 3 лет, должно быть нанесено условное графическое обозначение с предупреждающим указанием возрастной группы.

3. **Помните об опасности переворачивающейся мебели.**

По международной статистике 34% детей забираются на мебель. Если шкаф, тумба, комод, телевизор, другая мебель или бытовая техника, тяжелые или бьющиеся

предметы интерьера доступны детям, не устойчивы или не закреплены, есть высокий риск травмирования детей. Чаще всего получают травмы дети возрастной категории от 3 до 5 лет, однако статистика происшествий показывает, что пострадать могут даже младенцы. Следите, чтобы ребенок не мог самостоятельно открыть ящики комодов и шкафов, устанавливайте специальные замки и фиксаторы. Подробнее можно ознакомиться со специальным материалом на государственном информационном ресурсе в сфере защиты прав потребителей.

4. **Обратите внимание на особую уязвимость детей в цифровом мире**

Современные дети - самая многочисленная (22,6 млн) и самая медийно активная часть социума. Современные дети родились и растут в домах, где зачастую есть два телевизора, планшет, смартфон, доступ в интернет, компьютер или ноутбук, игровая приставка и многое другое. Дети являются потребителями самых разных типов контента: ТВ, книги, журналы, брошюры, игры, музыка, кино, мультфильмы.

Обращайте внимание, какой именно медиаконтент потребляют дети. С особой осторожностью относитесь к играм, игрушкам, медиаактивностям, эксплуатирующим детский азарт (детские казино, компьютерные игры с покупками и пожертвованиями). Учтите, что если к приложениям в компьютере или телефоне привязаны банковские карты, то дети смогут самостоятельно приобрести и установить практически любой контент, в том числе не предназначенный для них и имеющий ограничения по возрасту.