

Рекомендации по профилактике гриппа и ОРВИ в детских образовательных организациях

Заведующий отделением санитарно-эпидемиологической
экспертизы по охране здоровья детей и подростков
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Бурятия»
В.А. Муруева

Что такое грипп и основные меры профилактики гриппа.

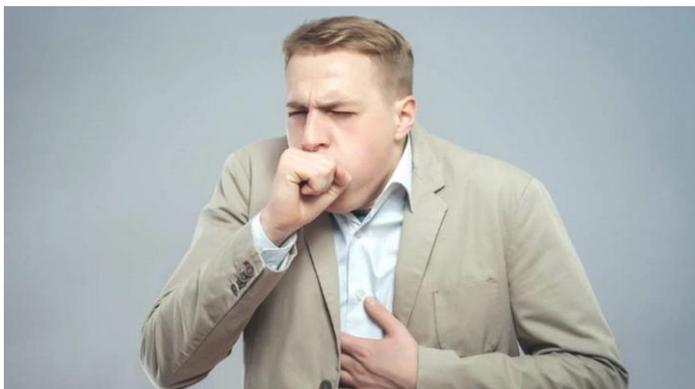
- * **Грипп** — это тяжелая вирусная инфекция. Грипп может приводить к серьезным осложнениям, в ряде случаев заканчивается летально, особенно у маленьких детей, пожилых людей, у лиц со сниженным иммунитетом. У лиц молодого возраста также имеется высокий риск тяжелого течения гриппа.
- * Эпидемии гриппа случаются каждый год в холодное время года и поражают значительное число населения. Ежегодно в мире регистрируется 300-650 тысяч случаев смертности от респираторных инфекций.
- * **Первые признаки:** внезапное общее недомогание, головной боль, ломота во всем теле, озноб, повышением температуры до 39-40 градусов, потливость, возможны головокружения, носовые кровотечения. Кашель и насморк бывают не всегда.
- * **Осложнения, чаще всего такими, как бронхит, пневмония, поражение почек, сердца.**
- * Учитывая тяжелое течение заболевания и возможные негативные последствия, в нашей стране проводится **бесплатная иммунизация** населения против гриппа.
- * Не стоит заниматься самолечением, принимать антибиотики: они не защищают от гриппа и других респираторных вирусных инфекций и не излечивают от него. Лечение необходимо проводить строго по назначению врача.

Не допускать к работе персонал с проявлениями острых респираторных инфекций

Повышенная температура



Насморк



Профилактические мероприятия

При первых признаках гриппа больного необходимо немедленно уложить в постель и вызвать медицинского работника на дом. Помещение, где находится больной, следует тщательно проветривать, убирать, мыть пол и обтирать мебель водой с добавлением дезинфицирующих средств. При кашле и чихании больной должен закрывать рот и нос платком, а окружающие здоровые люди носить медицинские маски, которые необходимо менять каждые 3 часа. Больному необходимо выделить отдельное бельё, посуду, полотенце, которые после употребления следует кипятить, а затем стирать. Посуду обрабатывать кипятком.

- ✦ С целью недопущения распространения гриппа и ОРВИ необходимо помнить, что золотым стандартом профилактики гриппа и ОРВИ является комбинация средств специфической и неспецифической защиты.
- * Индивидуальную профилактику гриппа можно разделить на два направления: неспецифическая и специфическая.
- * Неспецифическая профилактика предполагает применение средств, направленных на общее укрепление организма, создание барьеров на пути проникновения респираторных вирусов в организм через верхние дыхательные пути. Для укрепления организма проводят закаливание, витаминизацию, принимают средства, укрепляющие иммунитет. Для защиты органов дыхания используют прежде всего медицинские маски, а также такие средства, как оксолиновая мазь, гриппферон и др.

- * Специфическая профилактика предполагает введение вакцины. Вакцина защищает от заболевания гриппом, но не защищает от заболеваний, вызванных другими респираторными вирусами негриппозной этиологии.
- * Состав вакцин против гриппа обновляется ежегодно в соответствии с данными ВОЗ о том, какие вирусы гриппа будут циркулировать в данном эпидемическом сезоне. Риск заболеть гриппом у привитого человека минимальный, кроме того, вакцинация существенно уменьшает тяжесть течения заболевания ОРВИ и предотвращает развитие осложнений, так как в состав вакцин входят иммуномодуляторы.
- * Широко известный препарат с противовирусным действием для наружного применения — оксолиновая мазь, которой необходимо смазывать слизистую оболочку носа перед выходом из дома.

- * Не следует пренебрегать народными средствами профилактики - чесноком и луком. Они содержат особые вещества - фитонциды, которые препятствуют размножению бактерий и вирусов. Ешьте чеснок и лук при каждой удобной возможности отдельно или в составе блюд.
- * В период эпидемии гриппа рекомендуется принимать витамин С («Аскорбиновая кислота», «Ревит»), а также натуральный витамин С, содержащийся в шиповнике, клюкве, черной смородине, бруснике, жимолости, малине, цитрусовых и чаях, морсах из растений, богатых витамином С (шиповник, клюква, брусника, черная смородина и др.)
- * Соблюдать гигиену рук: грипп может распространяться через загрязненные руки или предметы, поэтому дети, родители и персонал должны знать о важности соблюдения гигиены рук и о надлежащих методах мытья рук; детям и персоналу необходимо часто мыть руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания, перед едой и после посещения туалета; в туалетах и гигиенических комнатах необходимо бесперебойное наличие мыла, бумажных полотенец и дезинфицирующих средств.

Рекомендации по профилактике гриппа и ОРВИ в детских образовательных организациях

I. При подготовке к эпидемическому сезону по гриппу и ОРВИ необходимо провести следующие мероприятия:

1. Принять меры по подготовке образовательных организаций к работе в осенне-зимний период, обратив особое внимание на:

- * работу вентиляционных систем;
- * условия соблюдения оптимального теплового режима, режима проветривания помещений;
- * наличие необходимого оборудования и расходных материалов - термометров, переносных бактерицидных ламп, дезинфекционных средств с вирулицидной активностью для обработки помещений и поверхностей (парт, клавиатуры компьютеров и.т.п.);
- * наличие средств индивидуальной защиты органов дыхания для сотрудников, перчаток, моющих и дезинфекционных средств для рук в дозаторах, запас бумажных салфеток;
- * организацию условий для просушивания одежды после прогулки (наличие сушильных шкафов);
- * наличие медицинского изолятора для временной изоляции детей с признаками ОРВИ с санузелом.

Рекомендации по профилактике гриппа и ОРВИ в детских общеобразовательных организациях

2. Обеспечить своевременное проведение иммунизации против гриппа сотрудников образовательных организаций.
3. Разработать графики и порядки проветривания, влажной уборки и обеззараживания бактерицидными облучателями помещений детского сада (групп, коридоров, санузлов, столовой и др.) на период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ.
4. Обеспечить мероприятия по выявлению в процессе занятий детей с признаками гриппа и ОРВИ.
5. Обеспечить воспитателей инструкциями по мерам изоляции больного и информированию родителей.

6. Организовать работу «утренних фильтров», проработать схемы изоляции детей с признаками ОРВИ, выявленными посредством «утренних фильтров».

7. Обеспечить в санузлах для детей и сотрудников бесперебойное наличие мыла в дозаторах, дезинфицирующих средств для рук в дозаторах (или салфетки), наличие электрополотенец (или рулонных полотенец), наличие плакатов с правилами мытья рук.

8. Заготовить наглядные информационные материалы по профилактике гриппа и ОРВИ для родителей, детей и сотрудников дошкольного учреждения.

Провести обучающие занятия с детьми и беседы с родителями по мерам профилактики гриппа:

- * О преимуществах вакцинации против гриппа;
- * О необходимости защищать органы дыхания при посещении общественных мест в период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ, а также в случае наличия симптомов ОРВИ (кашель, насморк), о правилах ношения медицинской маски;
- * О соблюдении гигиены рук - мыть руки с мылом по возвращении домой, перед едой, после посещения туалета, после игры с животными; при насморке и кашле чаще мыть руки;
- * При поездке в общественном транспорте не снимать варежки (перчатки) и не трогать лицо;
- * О воздержании от встреч с друзьями при появлении признаков заболевания (появление кашля, насморка, головной боли, слабости, температуры);
- * Об использовании одноразовых салфеток при кашле, чихании (прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые потом надо выбросить или положить в полиэтиленовый мешок, а руки помыть с мылом или обработать влажными салфетками; сморкаться нужно в одноразовые салфетки, после чего их необходимо выбросить и обработать руки с мылом);
- * О необходимости одеваться в соответствии с погодными условиями; предусмотреть сменные вещи;

Памятка для родителей

- * Не посещать с детьми массовых мероприятий в помещениях при подъеме заболеваемости гриппом и ОРВИ, постараться воздерживаться от поездок в общественном транспорте в этот период.
- * Воздержаться от встреч с родственниками (друзьями), если кто-то из них болен ОРВИ. При необходимости такой встречи защищать органы дыхания медицинской маской;
- * При поездке в общественном транспорте защищать органы дыхания медицинскими масками.
- * Проветривать помещение, в котором дома находится ребенок, несколько раз в день (на время проветривания переводить ребенка в другое помещение).
- * Проводить влажную уборку детской комнаты не менее двух раз в течение дня; (при сухом воздухе в помещении необходимо использовать увлажнители воздуха, так как пересохшая слизистая оболочка носовых ходов теряет барьерную функцию и наиболее подвержена воздействию возбудителей респираторных инфекций).

- * больше гулять на свежем воздухе - это укрепляет иммунитет и при этом заразиться гриппом практически невозможно;
- * Следить за гигиеной ребенка, тщательно мыть руки с мылом после посещения общественных мест, по возвращении домой, после посещения санитарных комнат и перед приемом пищи. Обеспечить себя и ребенка носовым платком, одноразовыми носовыми платками/влажными салфетками. Если ребенок добирается до школы общественным транспортом - обеспечить его на период подъема гриппа и ОРВИ медицинскими масками с учетом правил их использования;
- * Обучить ребенка правилам «респираторного этикета» (здоровым не касаться руками носа, рта и глаз, а больным не посещать общественные места без медицинских масок, кашлять и чихать в носовые платки, желательно одноразовые, или при их отсутствии - в сгиб локтя).
- * в случае заболевания ОРВИ, даже в легкой форме, необходимо остаться дома, поскольку заболевший является источником инфекции, и вызвать врача, так как легкие формы заболевания ОРВИ могут перейти в тяжелую форму с развитием дыхательной недостаточности;
- * проводить назначенное врачом лечение, соблюдать режим лечения; не заниматься самолечением не принимать антибиотики и сульфаниламиды, если они не назначены врачом: на вирус они не действуют и при неосложненном течении ОРВИ не нужны;
- * при повышении температуры необходимо соблюдать постельный режим независимо от степени тяжести болезни до нормализации температуры тела и стойкого улучшения состояния;

Профилактические мероприятия с персоналом образовательных организаций в период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ

1. Обучить младший персонал принципам уборки помещений в период роста заболеваемости гриппом и ОРВИ (проветривание, обработка поверхностей, в том числе столов (парт), дверных ручек, перил дезинфектантами с вирулицидной активностью, обработка бактерицидными облучателями), определить кратность уборки санузлов с обработкой кранов и раковин.
2. мерам личной профилактики гриппа и ОРВИ.
3. не рекомендуется допускать к работе в детских образовательных организациях лиц, не привитых против гриппа и кори.
4. Обеспечить персонал санитарно-защитной одеждой, моющими и дезинфицирующими средствами, инструкциями по уборке помещений.

II. В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ руководство дошкольного учреждения должно обеспечить:

1. Регулярное информирование родителей о мерах профилактики гриппа и ОРВИ у детей, информирование детей о правилах гигиены рук, в том числе посредством бесед, размещением наглядных материалов на информационных стендах и сайте дошкольных учреждений, размещением информации в родительских чатах.
2. Обеспечить контроль за проведением противоэпидемических мероприятий в дошкольном образовательном учреждении (работа «утренних фильтров» и оперативная изоляция выявленных детей с признаками ОРВИ, наличие информационных материалов для сотрудников, родителей, детей по профилактике гриппа и ОРВИ, правилам мытья рук; соблюдение режимов проветривания и уборки помещений, наличие в санузлах дозаторов с моющими и дезинфицирующими средствами, электрополотенец, контроль за состоянием здоровья сотрудников, обеспеченностью сотрудников средствами индивидуальной защиты органов дыхания (медицинскими масками) с учетом кратности их замены, соблюдением оптимального температурного режима в помещениях дошкольного учреждения.

3. На период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ младший персонал, а также сотрудники пищеблока, медицинский работник ДДУ, сотрудники охраны должны работать в медицинских масках.

4. Педагогический персонал должен надевать медицинские маски при общении с родителями и ребенком с признаками ОРВИ при его выявлении в группе и при сопровождении в изолятор.

- * 6. При возможности исключить перемещение детей по группам и этажам.
- 7. Отменить мероприятия, во время которых дети из нескольких групп находятся вместе в тесном контакте (спортивные мероприятия, дискотеки, спектакли, слеты и другие массовые события).
- 9. При выявлении в группе ребенка с признаками ОРВИ ребенок направляется в изолятор, комната проветривается, стол, за которой сидел ребенок, и соседние столы, дверные ручки, ручки мойки обрабатываются дезинфицирующим средством, проводятся влажная уборка и кварцевание с использованием бактерицидного облучателя рециркуляционного типа.
- 10. Необходимо выделить ограниченное число сотрудников для ухода за больными детьми, пока они находятся в изоляторе и не будут отправлены домой. В целях ограничения распространения гриппа эти сотрудники должны ограничить контакт с другими детьми и персоналом и находиться в медицинских масках и медицинских перчатках.

11. По убытии заболевшего ребенка проводить обработку изолятора проводится (детей).

12. При росте заболеваемости гриппом дети и персонал, подверженные высокой степени риска возникновения осложнений гриппа (не привитые против гриппа), должны оставаться дома, пока уровень передачи гриппа высок.

14. При росте заболеваемости гриппом и ОРВИ руководство дошкольного учреждения в целях прерывания циркуляции респираторных вирусов среди детей и недопущения формирования массовых очагов гриппа и ОРВИ в школах должно обеспечить своевременное введение ограничительных мероприятий, в том числе приостановление учебного процесса (при заболеваемости более 20%).

- * Вирусы гриппа распространяются, главным образом, от человека к человеку через вдыхание мельчайших капелек, образующихся при кашле и чихании. При кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовым платком и выбрасывать его в урну после использования, а также мыть руки.
- * Для соблюдения «респираторного этикета» дети и персонал должны быть обеспечены одноразовыми платками и проинструктированы о важности «респираторного этикета», включая нежелательности касания лица руками. При отсутствии носового платка эпидемиологи рекомендуют чихать или кашлять в сгиб локтя, ограничив рукавом пространство распространения вирусов и сохранив в чистоте собственные руки.

Правила использования медицинской маски

* КОГДА НАДЕВАТЬ?

- * Надевайте маску в людных местах, в транспорте, при контактах с людьми, имеющими признаки острой респираторной вирусной инфекции.
- * При контактах со здоровыми людьми, в случае если вы больны.

* ВАЖНО!

- * Специальные складки на маске надо развернуть, вшитую гибкую пластину в области носа следует плотно прижать к спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу.

* СКОЛЬКО РАЗ?

- * Медицинскую маску используют однократно.

* КАК?

- * Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос, подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать). Если одна из поверхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу.

* КАК ЧАСТО?

- * Менять маску - 1 раз в 3 часа (или чаще).
- * Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую.

* УТИЛИЗАЦИЯ

- * Выбрасывайте маску сразу после использования.

* ПОМНИТЕ!

- * В сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами маска максимально снизит риск заражения гриппом, коронавирусом и ОРВИ.



Рекомендации по профилактике коронавирусной инфекции

(письмо Роспотребнадзора от 14.02.2020г.

№ 02/2230-2020-32)

Механизмы передачи инфекции:

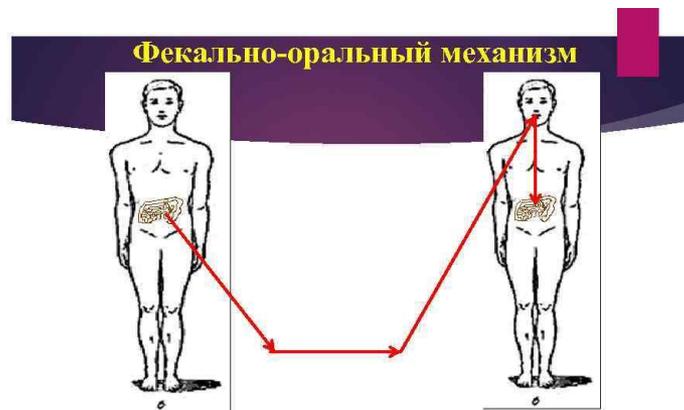
Воздушно-капельный



Контактный



Фекально-оральный



Обеспечение персонала

Дезинфицирующими
салфетками



Кожными антисептиками для обработки
рук



Для проведения дезинфекции применяют дезинфицирующие средства, зарегистрированные в установленном порядке и разрешенные к применению в организациях общественного питания, в инструкциях по применению которых указаны режимы обеззараживания объектов при вирусных инфекциях



По окончании рабочей смены (или не реже, чем через 6 часов) проводятся:

проветривание



- влажная уборка помещений с применением дезинфицирующих средств путем протирания дезинфицирующими салфетками (или растворами дезинфицирующих средств) ручек дверей, поручней, столов, спинок стульев (подлокотников кресел), раковин для мытья рук



Для уничтожения микроорганизмов необходимо соблюдать время экспозиции и концентрацию рабочего раствора дезинфицирующего средства в соответствии с инструкцией по препарату. При необходимости поверхность промывают водой и высушивают с помощью бумажных полотенец

Ока-Таб (таблетки 3,3 гр), 1 кг, банка



Форма выпуска: таблетки №300 (1 кг). Вес таблетки - 3.300 г. (используется для расчета потребности дезсредств).

Назначение: предназначен для обработки - аптечная посуда, белье нательное, белье постельное, выделения больного (моча, фекалии, мокрота), детские и социальные учреждения, коммунальные объекты, жесткая мебель, жидкость после ополаскивания зева, игрушки, ИМН из металлов, резин на основе натурального и силиконового каучука, стекла, пластмасс, ИМН обычные, ИМН одноразовые перед утилизацией, инструменты парикмахерских, массажных, косметических салонов, коммунальные объекты (бани, бассейны, гостиницы и т.п.), кровь, лабораторная посуда, мед. отходы из текстильных материалов (ватные и марлевые тампоны, марля, бинты), мокрота, моча, мусоросборочное оборудование, мусоропроводы, обувь из пластика, резины, одноразовая посуда, пищевые отходы, поверхности в помещениях, поверхности приборов и аппаратов, посуда без остатков пищи, посуда из-под выделений, посуда с остатками пищи, предметы для мытья посуды, предметы личной гигиены, предметы ухода за больными, резиновые и полипропиленовые коврики, санитарно-техническое оборудование, санитарный транспорт, смывные воды, столовая посуда, транспорт для перевозки пищевых продуктов, уборочный инвентарь, фекалии.

Состав: натриевая соль дихлоризоциануровой кислоты 86.8 %.

Свойства: активно в отношении: бактерии - *Mycobacterium terrae*, грамотрицательные бактерии, грамположительные бактерии; вирусы - аденовирусы, ВИЧ, герпеса, грипп, парентеральных гепатитов, полиомиелит, прочие возбудители ОРВИ, энтеральных гепатитов; возбудители особо опасных инфекций - сибирская язва, туляремия, холера, чума; патогенные грибы - дерматофитон, кандида; дезодорирующие свойства.

Применение:

дезинфекция поверхностей по бактериям (исключая туберкулез) - 0.015 % / 60 мин. 0.03 % / 30 мин.
дезинфекция поверхностей по вирусным инфекциям - 0.015 % / 60 мин. 0.03 % / 30 мин.
дезинфекция поверхностей по кандидозу - 0.06 % / 60 мин. 0.1 % / 30 мин.
дезинфекция поверхностей по дерматофитам - 0.06 % / 60 мин. 0.1 % / 30 мин.

Срок хранения: в упаковке - 10 лет, в рабочем растворе - 4 дней.

При наличии туалетов проводится их влажная уборка и дезинфекция в установленном порядке

Для уборки туалетов выделяется отдельный инвентарь, который хранится в специально отведенных местах, максимально приближенных к местам уборки. Инвентарь для мытья туалетов имеет сигнальную окраску и хранится отдельно.



По окончании уборки в конце смены весь уборочный инвентарь промывается с использованием моющих и дезинфицирующих средств, просушивается и хранится в чистом виде в отведенном для него месте.

Количество одновременно используемой столовой посуды и приборов должно обеспечивать потребности организации.



Не допускается использование посуды с трещинами, сколами, отбитыми краями, деформированной, с поврежденной эмалью.

Организации общественного питания и пищеблоки образовательных организаций рекомендуется оснащать современными посудомоечными машинами с дезинфицирующим эффектом для механизированного мытья посуды и столовых приборов.



мойка посуды на специализированных мочных машинах производится в соответствии с инструкциями по их эксплуатации, при этом применяются режимы обработки, обеспечивающие дезинфекцию посуды и столовых приборов при температуре не ниже 65 град. С в течение 90 минут

Для мытья посуды ручным способом необходимо предусмотреть трехсекционные ванны для столовой посуды, двухсекционные – для стеклянной посуды и столовых приборов.

Мытье столовой посуды ручным способом производят в следующем порядке:

- механическое удаление остатков пищи;
- мытье в воде с добавлением моющих средств в первой секции ванны;
- мытье во второй секции ванны в воде с температурой не ниже 40 град. С и добавлением моющих средств в количестве, в два раза меньшем, чем в первой секции ванны;
- ополаскивание посуды в металлической сетке с ручками в третьей секции ванны горячей проточной водой с температурой не ниже 65 град. С с помощью гибкого шланга с душевой насадкой;
- просушивание посуды на решетчатых полках, стеллажах.



При применении одноразовой посуды производится сбор использованной посуды в одноразовые плотно закрываемые пластиковые пакеты, которые подвергаются дезинфекции в конце рабочего дня



Для дезинфекции могут быть использованы средства из различных химических групп:

- * Хлорактивные (с концентрацией активного хлора в рабочем растворе не менее 0,06%).
- * Кислородоактивные (в концентрации в рабочем растворе не менее 3,0%).
- * Катионные поверхностно-активные вещества (КПАВ) (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,5%).
- * Третичные амины (не менее 0,05%).
- * Полимерные производные гуанидина (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,2%).
- * Спирты (в концентрации не менее 70% по массе, этиловый спирт не менее 75% по массе).

Дезинфицирующие средства хранят в упаковках изготовителя, плотно закрытыми в специально отведенном сухом, прохладном и затемненном месте, недоступном для детей.



Меры предосторожности при проведении дезинфекционных мероприятий и первой помощи при случайном отравлении изложены для каждого конкретного средства в Инструкциях по их применению.



Спасибо за внимание!