

## ПРОФЕСИОНАЛНА ГИМНАЗИЯ ПО СЕЛСКО СТОПАНСТВО – НОВА ЗАГОРА

Утвърдил:



/Лиляна Стоянова/

**ИНСТРУКЦИЯ****ЗА ПРЕДПАЗВАНЕ ОТ КОРОНАВИРУС (COVID-19) /за ученици/**

Коронавирус (COVID-19) е респираторен вирус, който се предава по въздушно-капков път, при пипане на заразени повърхности или директно по пътя ръка-нос, ръка-очи, ръка-уста, ръка-ръка, но само ако ръката на здравия е имала контакт с болен.

Симптомите му са кашлица, висока температура, затруднено дишане, мускулни болки и отпадналост.

Според Световната здравна организация (СЗО) инкубационният период варира между 2 и 14 дни.

За предпазване от заразяване с Коронавирус от особена важност е вземането на превантивни мерки, а именно:

**ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ МЕРКИ, КОИТО СЕ ПРИЛАГАТ В ПГСС:****1. Спазване на общите здравни мерки, включващи:**

- често измиване на ръцете със сапун и вода или използване на дезинфекционен разтвор на алкохолна основа, след кихане и кашляне, преди хранене, след използване на тоалетна и когато ръцете са видимо замърсени;
- спазване на дистанция в закритите помещения;
- почистване на често докосвани повърхности и предмети;

**2. Носене на лични предпазни средства (маски или шлемове).** Носенето на маска или шлем е задължително:

- в общите закрити части на учебната сграда - предверие, фойета, стълбища, коридори, санитарни възли, медицински кабинет, библиотека, сладкарница (освен при хранене) – за всички ученици, учители, в т.ч. от външните за институцията лица;
- в училищните автобуси и автобусите от битовите линии.
- при слагане на маска да се поставя така, че да покрива устата и носа.

**3. Въвеждане на пропускателен режим:**

- Влизането и излизането в сградата на училището, без струпване и при спазване на дистанция се осъществява през два входа; Учениците ще преминават през здравен филтър.
- Задължително е стъпването с обувки в дезинфекционен разтвор на входовете.

- В училище се спазва еднопосочно придвижване по коридорите и стълбите, като учениците и учителите се движат в дясно по посока на движението /указано със стрелки на пода/;
  - В помещението на училищната сладкарница се допускат до 5 ученика, останалите изчакват в коридора. Не се допускат опашки от близкостоящи ученици. Всички спазват дистанция 1,5-2 м. Не се допуска споделяне на храни и напитки;
  - Максимално се ограничава на влизането на външни лица в двора на училището.
4. Дезинфекция на ръцете на учениците с дезинфектант на спиртна основа в началото на всеки учебен час;
  5. Учениците задължително напускат на сградата на гимназията за пълна дезинфекция след втория учебен час /в голямото междучасие/;

Спазването на много добра хигиена - миене и дезинфекцията на ръцете е ключът към предпазване от инфекцията. Ръцете трябва да се мият често и обилно със сапун и вода за най-малко 20 секунди. Ако сапун и вода не са налични, може да се използва дезинфекциращ препарат за ръце на алкохолна основа с поне 60 % спирт. Да се избягва допир на очите, носа и устата с немити ръце!

Маските за лице помагат да се предотврати по-нататъшното разпространение на инфекция от тези, които са болни към други хора около тях.

### **КАК СЕ РАЗПРОСТРАНЯВА COVID-19**

Смята се, че вирусът се разпространява главно от човек на човек.

Между хората, които са в близък контакт помежду си (в рамките на около 2 m) Чрез дихателни капчици, произведени, когато заразеният човек кашля или киха.

Тези капчици могат да попаднат в устата или носовете на хора, които са наблизко или евентуално да се вдишат във белите дробове.

Може ли някой да разпространи вируса, без да е болен?

Смята се, че хората са най-заразни, когато са най-симптоматични (най-болните).

Възможно е известно разпространение, преди хората да проявят симптоми; има съобщения за това, което се случва с този нов коронавирус, но не се смята, че това е основният начин за разпространение на вируса.

Разпространение от контакт със замърсени повърхности или предмети

Възможно е човек да получи COVID-19, като докосне повърхност или предмет, който има вируса върху него, и след това докосне собствената си уста, нос или евентуално очите си, но това не се смята за основния начин на разпространение на вируса

### **КОЛКО ЛЕСНО СЕ РАЗПРОСТРАНЯВА ВИРУСЪТ**

Колко лесно вирусът се разпространява от човек на човек може да варира. Някои вируси са силно заразни (разпространяват се лесно), като морбили, докато други вируси не се

разпространяват толкова лесно. Друг фактор е дали разпространението се поддържа, разпространява се непрекъснато, без да спира.

Вирусът, който причинява COVID-19, изглежда се разпространява лесно и устойчиво в общност („разпространение в общност“) в някои засегнати географски райони.

Разпространението в Общност означава, че хората са били заразени с вируса в дадена област, включително и такива, които не са сигурни как или къде са се заразили.

### **СИМПТОМИ**

Ако смятате, че сте били изложени на COVID-19 и развиете треска и симптоми, като кашлица или затруднено дишане, обадете се на вашия лекар за медицински съвет.

Следните симптоми могат да се появят 2-14 дни след експозицията Треска, Кашлица, Задух

### **КАК ДА ПРЕДПАЗИТЕ СЕБЕ СИ**

Понастоящем няма ваксина за предотвратяване на коронавирусна болест 2019 (COVID-19).

Най-добрият начин да се предотврати заболяването е да се избегне излагането на този вирус.

Почиствайте ръцете си често

Избягвайте да докосвате очите, носа и устата с немити ръце

Избягвайте близки контакти

Избягвайте близък контакт с болни хора

Поддържайте дистанция между себе си и други хора. Това е особено важно за хората, които са изложени на по-висок риск да се разболеят тежко.

Уважаеми ученици, бъдете отговорни към своето здраве и здравето на околните!