

## **Инструкция о мерах личной профилактики при оказании социальных услуг.**

Неукоснительно соблюдать следующие меры личной профилактики:

1. Мыть руки с мылом как можно чаще (в случае отсутствия такой возможности – обрабатывать их спиртосодержащим антисептиком). Обязательно обрабатывать руки до и после каждого посещения пожилых людей, а так же после каждого контакта с деньгами.

2. Не прикасаться руками к слизистым поверхностям и коже лица.

3. Защищать органы дыхания с помощью медицинской маски.

4. Не допускать прямого контакта с людьми (объятия, рукопожатия и т.д.), соблюдать дистанцию не менее 2 метров.

5. Не принимать благодарности у пожилых людей в виде любых предметов (конфеты, печенья и прочее).

6. Минимизировать прикосновения к различным поверхностям в общественных местах, в том числе в общественном транспорте, машине или магазине.

7. При открывании дверей, нажатии на кнопки лифта или кнопку дверного звонка использовать локоть или салфетку.

8. Обрабатывать телефон спиртосодержащими салфетками / антисептиками не реже 1 раза в час.

9. Соблюдать здоровый режим. Потреблять пищевые продукты богатые белками, витаминами и минеральными веществами. Поддерживать должный уровень физической активности.

10. Если при оказании услуг у пожилого человека отмечается наличие таких симптомов как: повышение температуры тела, озноб, боли в мышцах, головная боль, заложенность носа, появление кашля, затрудненного дыхания незамедлительно позвонить участковому врачу, в крайних случаях вызвать скорую помощь.

11. В целях личной профилактики при контакте с больным человеком на расстоянии ближе 2 метров и (или) попадании следов биологических сред на открытые участки кожи или слизистые необходимо вымыть руки, а так же слизистые с мылом и обработать их 70% спиртовым раствором (для глаз можно использовать 2% раствор борной кислоты).