# Что рассказать работникам о новом коронавирусе

**Какие профилактические меры предложить работникам**

Нет специфической терапии для профилактики нового коронавируса, например специальных лекарств или вакцины. Меры профилактики такие же, как в случае с любым вирусом, изученным ранее. Всемирная организация здравоохранения выделяет пять основных правил предосторожности.

**Правило 1. Регулярно мыть руки.** Мытье рук с мылом и обработка спиртосодержащим лосьоном убивает вирусы, которые попадают на поверхность кожи. Поэтому мыть руки нужно регулярно: каждый раз после посещения общественных мест, туалета, перед едой, просто в течение дня.



**Обратите внимание**

Через посылки с вещами из Китая заразиться нельзя, вирус не может жить вне биологических объектов. Еда тоже не опасна, ВОЗ рекомендует отказаться только от сырого мяса

**Правило 2. Соблюдать респираторную гигиену.**При чихании или кашле рот и нос нужно прикрывать салфеткой, после выкидывать ее в мусорный контейнер с крышкой. Если салфетки нет — сгибом локтя. Так вирусы и другие микробы распространяются медленнее, чем если прикрывать рот и нос руками.

**Правило 3. Держать дистанцию в общественных местах.**ВОЗ рекомендует соблюдать дистанцию минимум один метр от людей в общественных местах. Особенно стоит дистанцироваться от граждан с признаками заболевания: кашель, насморк, чихание и подобные симптомы. Если у человека респираторная инфекция, например, такая, как новый коронавирус, он распространяет вокруг себя мелкие капли с вирусом. При тесном контакте можно заразиться при вдыхании воздуха.

**Правило 4. Не трогать руками лицо.**Вирус легко перенести с кожи рук в организм, если трогать глаза, нос, рот. Это из-за того, что в процессе жизнедеятельности руки касаются разных поверхностей, на которых могут быть болезнетворные микробы.

**Правило 5. Сразу обращаться к врачу.**Повышение температуры, кашель, затруднение дыхания — симптомы, с которыми сразу стоит обратиться к врачу. Поражение органов дыхания в сочетании с повышенной температурой могут сигнализировать о разных заболеваниях, в том числе о новом коронавирусе. Поэтому лучше сразу выяснить причины и назначить грамотное лечение, чтобы болезнь не прогрессировала.

Кроме правил, которые предлагает ВОЗ, расскажите сотрудникам о необходимости проветривать рабочее пространство. Спертый, горячий воздух — благоприятная среда для вирусов и других болезнетворных микробов. Так же порекомендуйте не давать подсыхать слизистым носа — увлажнять воздух, промывать нос. Важно поддерживать защитные ресурсы организма: регулярные физнагрузки, соблюдение режима труда и отдыха, сон, прогулки на воздухе, витамины.

**Что делать, если работники часто ездят в командировки**



**Обратите внимание**

Следить за динамикой нового коронавируса в мире можно по ссылке: [gisanddata.maps.arcgis.com](https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6)

Самый большой очаг инфекции нового коронавируса сейчас в Китае. Роструд рекомендовал работодателям не направлять туда работников в командировки (рекомендации Роструда от 28.01.2020). Но категоричного запрета нет. Работник по-прежнему может отказаться от командировки, только если ее цель противоречит [Трудовому кодексу](https://e.otruda.ru/npd-doc?npmid=99&npid=901807664) или договору. Отказаться из-за того, что боишься заразиться новым вирусом, нельзя. Вопросы, которые возникают у работников или работодателей в связи с эпидситуацией, можно задать по бесплатной горячей линии Роструда: 8 (800) 707-88-41 или по телефону горячей линии в ГИТ своего региона.

Отдельно проинструктируйте работников, которые отправляются в командировку. В странах, где зафиксированы случаи заболевания новым коронавирусом, рекомендуйте носить медицинский респиратор. Он эффективнее ограждает от инфекции, чем маска, по мнению ВОЗ. Защищать органы дыхания стоит не только вблизи очага заражения, но и в аэропортах, поездах, самолетах и т. п. Проинформируйте работника, что в аэропорту медики могут проверить его температуру тела и провести общий осмотр — отказаться нельзя. Если заметят признаки заболевания, отправят на принудительный коронавирусный карантин.

Главное — не паниковать и отслеживать информацию. На момент подготовки этой статьи ученые совместно с ВОЗ разрабатывают лекарства и вакцину от нового коронавируса. Сначала подготовят тест-образцы, потом пройдет ряд клинических испытаний. ВОЗ и страны-партнеры помогают ускорить эту работу и как можно быстрее ликвидировать вспышку нового коронавируса. Есть шанс, что инфекция самоликвидируется, когда число иммунных людей вырастет. Кроме того, китайские ученые рассчитывают, что вспышка снизится с приходом тепла. «Вирусы лучше выживают в холоде, а люди и животные, наоборот, уязвимы», — поясняет профессор китайского университета.