



"ТРУД И ЗДРАВЕ"- ООД - СЛИВЕН

8800, Сливен, ул. „Димитър Пехливанов”, № 2, тел.: 044 625 176, 0889 436 202, 0884 035 605
<http://www.trudizdrave.com/>, email: trudizdrave@abv.bg

ПРЕПОРЪКИ ОТ СЛУЖБАТА ПО ТРУДОВА МЕДИЦИНА при „Труд и здраве“ ООД, във връзка с обявената епидемиологична обстановка по повод епидемията с новият коронавирус 2019-nCov.

Какво представлява тръгналият от Китай коронавирус 2019-nCov?

- Новият коронавирус 2019-nCov е идентифициран в Китай в края на 2019 г. и е нов щам на коронавирус, който досега не е бил откриван при човека;
- Въпреки че източник на инфекцията са животни, вирусът се предава от човек на човек. Към момента няма достатъчно епидемиологична информация, която да потвърди колко лесно и устойчиво вирусът се предава между хората. Изглежда вирусът се предава главно чрез въздушни капчици, когато хората кихат, кашлят или издишат;
- Инкубационният период за коронавирус 2019-nCov (т.е, времето от контакта с болен и появата на симптоми) понастоящем се изчислява от 2 до 12 дни.

Какви са симптомите на коронавирус 2019-nCov?

От известното досега, вирусът може да причини умерени грипоподобни симптоми като:

- Треска;
- Кашлица;
- Затруднено дишане;
- Мускулни болки;
- Отпадналост;

По-сериозните случаи развиват тежка пневмония, остър респираторен дистрес синдром, сепсис и септичен шок, които могат да доведат до смъртта на пациента. Хората със съществуващи хронични заболявания изглежда са по-предразположени към тежко протичане на заболяването.

Има ли ваксина срещу 2019-nCov?

Към този момент няма ваксина срещу коронавируси, включително щам 2019-nCoV. Ето защо е много важно да се предпазим от инфекция или да задържим по-нататъшното разпространение на заразата.

Службата по трудова медицина при „Труд и здраве“ ООД препоръчва следните превантивни мерки, с които може да запознаете персонала, които е необходимо да се спазват в условия на епидемия:

1. Да се избягва присъствие в масови прояви и места, където се събират много хора, като тържества, обществени пазари, кино, театри, молове и др.;
2. Да се избягва контакт с болни хора, особено такива с респираторни заболявания;
3. Други мерки, които всеки лично трябва да предприема за предпазване от зараза с коронавируса:

Спазване на добра лична хигиена като:

- редовно измиване на ръцете с вода и сапун (Миенето и дезинфекцията на ръцете са ключът към предотвратяване на инфекция. Трябва да се мият ръцете често и обилно със сапун и вода за най-малко 20 секунди. Ако сапун и вода не са налични, можете да се използва и дезинфекциращ препарат за ръце на алкохолна основа с поне 60% алкохол. Вирусът навлиза в тялото ви през очите, носа и устата, така че избягвайте да ги докосвате с немити ръце);
- Използване на дезинфекциращи кърпички за еднократна употреба на спиртна основа;
- Носене на ръкавици и ако е необходимо да се сменят или мият ежедневно;
- Закриване със сгънатата лакътя на устата и носа при кихане или кашляне;
- Носене на маска на лицето (с маските за лице помагат да се предотврати по-нататъшното разпространение на инфекция от тези, които са болни към други хора около тях);
- Избягване на докосване на лицето, както и търкането на очите и устните с мръсни ръце;

Поддържане на хигиена в офиса, на работното място и жилището като:

- Редовно дезинфекциране на повърхностите в затворените помещения;
- Често проветряване на въздуха в затворените помещения, особено при ползване на климатици или климатични инсталации за регулиране на микроклимата.

При неразположение на лицата, като повишена температура, болка в гърлото, хрема, отпадналост, затруднено дишане, мускулни болки и др., те да се обърнат към Личните си лекари и да не се практикува самолечение;

Ограничаване на пътуванията в страни и райони, в които има регистриран случай на заболял с коронавирус 2019-nCov.

Връщащите се от страни и райони, в които имат регистриран случай за заболяване с коронавирус 2019-nCov и в срок до 14 дни от завръщането се почувстват неразположени или имат треска, кашлица или затруднено дишане, тогава:

- Да потърсят незабавно медицинска помощ;
- Преди да посетят лекарския кабинет или спешното отделение, да се обалят по телефон и да информират лекаря за скорошното си пътуване и техните симптоми;
- Да избягват контакт с други хора;
- Да не пътуват, докато са болни;
- Да покрият устата и носа си с тъкан или ръкав (не с ръце), когато кашлят или кихат. Препоръчва се използването на медицински маски. Респираторните маски осигуряват недостатъчна защита на здравите хора. Поради дишането маските се овлажняват, така че след 20 минути защитата им престава да действа.
- Да измиват и дезинфекцират ръцете си, за да избегнат разпространението на вируса на други хора.

4. Последните мерки, предприети в България след заседание на кризисния щаб в МЗ:

➤ Всички лица които се прибират от рискови държави, с регистрирани случаи за заболяване с коронавирус 2019-nCov трябва да се изолират в домовете си. Карантината е 14 дни.

➤ Все още няма ясно становище, дали тези лица под домашна карантина имат право на болничен или ще трябва да излязат в платен или неплатен отпуск.

28.02.2020

Лекар „Трудова медицина“:.....

(Д-р Силвена Шивикова)

Управител:.....

(инж. Зоя Мечева)

