

Рекомендации по соблюдению правил личной гигиены работниками предприятий продовольственной торговли и общественного питания, пищеблоков организаций

Работникам организации торговли и общественного питания необходимо соблюдать следующие правила личной гигиены:

- Контролировать температуру тела, используя контактные и бесконтактные термометры, тепловизоры, и дезинфицировать руки при входе на предприятие.
- Оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в гардеробной.
- Перед началом работы тщательно мыть руки с мылом, надевать чистую санитарную одежду, подбирать волосы под колпак или косынку;
- Работать в чистой санитарной одежде, менять ее по мере загрязнения, но не реже 1 раза в смену.
- Исключить ношение украшений на руках.
- Мыть руки до начала работы, начала любой обработки, в т.ч. фасовки, пищевой продукции, до приема пищи, после уборки производственных помещений и выноса мусора, после работы за компьютером или другой оргтехника, в том числе после использования сотового телефона, после обращения с деньгами, после посещения туалета, после кашля или чихания.
- При повышении температуры и появления признаков инфекционного заболевания информировать руководителя предприятия, который обязан принять решение об отстранении от работы.
- При выявлении заболевшего после его удаления с предприятия, освободить помещение от людей и провести заключительную дезинфекцию силами специализированной организации.

Правила мытья рук

Умывальные раковины должны быть оснащены мылом, кожным антисептиком, одноразовыми рулонными полотенцами, ведром для мусора с педальным устройством и инструкцией по мытью рук.

- Перед мытьем рук убедитесь в отсутствии украшений, закатайте рукава. Откройте кран, смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла. Хорошенько намыльте руки и мойте в течении 20 секунд (не менее) под проточной водой комфортной температуры (не горячей).
- Соблюдайте технику мытья рук. Промывайте не только ладони, но и тыльные стороны и боковые края ладоней обеих рук. Намыливая руки, уделите особое внимание кончикам пальцев, межпальцевым промежуткам и пространству под ногтями, запястьям. Смойте водой и намыльте вновь – повторное намыливание позволяет удалить микробы из пор, которые раскрываются в процессе мытья рук.
- После мытья рук выключайте воду тыльной поверхностью ладони или предплечьем (если смеситель однозахватный).

- Вытирайте руки рулонным одноразовым полотенцем на сухо. При необходимости, на высушенные руки нанесите кожный антисептик в соответствии с инструкцией по применению.

Правила ношения маски

Во время работы необходимо носить средства индивидуальной защиты органов дыхания – маски.

- Перед тем, как одеть маску, необходимо вымыть руки с мылом и обработать их антисептиком.
- Убедитесь в целостности маски, нет ли на ней дефектов и повреждений.
- Специальные складки на маске необходимо развернуть. Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос, подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать). Вшитую гибкую пластину в области носа необходимо плотно прижать к спинке носа для обеспечения более плотного прилегания к лицу.
- Не используйте одноразовые маски повторно.
- Многоразовую маску стирать с применением моющих средств и обеззараживать с помощью хлорсодержащих и кислородных отбеливателей. После просушивания маску необходимо прогладить горячим утюгом с 2-х сторон.
- Менять маску необходимо 1 раз в 3 часа (или чаще). Если маска стала влажной ее следует заменить на чистую и сухую. Если причиной влажности изделия стали кашель или чиханье маску необходимо заменить на чистую. Одноразовую маску выбросить в мусорный контейнер с крышкой. Многоразовую маску поместить в герметичный мешочек для последующей стирки.
- При использовании маски избегайте прикосновений к ней руками. Прикоснувшись к маске, необходимо вымыть руки и обработать кожным антисептиком.

Соблюдение «респираторного этикета»

- При кашле и чихании прикрывайте нос и рот носовым платком, предпочтение отдайте одноразовым платкам, которые необходимо выбросить сразу после использования и затем вымыть руки.
- При отсутствии носового платка рекомендуется чихать и кашлять в сгиб локтя, ограничив рукавом пространство распространения вирусов и сохранив в чистоте собственные руки.
- Не прикасайтесь к лицу руками, особенно к губам, носу и глазам.
- Рекомендуется регулярно промывать нос.
- Избегайте общения с кашляющим и чихающим человеком, держитесь от него на расстоянии не менее 1 метра.

- Увеличить расстояние между продавцом и покупателем. Если продавец сидит за кассой - поставьте перед кассой, к примеру, небольшой столик.
- Поставьте на кассе защитную пластиковую перегородку, обеспечив барьер между продавцом и покупателем.
- Уменьшите очередь на кассе путем увеличения количества работающих касс.

Соблюдение дез режима на предприятии

- По окончании рабочей смены (не реже, чем через 6 часов) проветривайте помещения предприятия и проводите влажную уборку с использованием моющих и дезинфицирующих средств, обращая внимание на дверные ручки, поручни, столы, спинки стульев (подлокотники кресел), витрины самообслуживания, компьютерные клавиатуры и мышки, телефонные аппараты, пульта управления, панели оргтехники общего пользования и другие предметы, к которым прикасаетесь на работе.
- В предприятиях торговли каждые 2 часа проводите мойку и дезинфекцию корзинок и тележек, используемых покупателями, уделяя особое внимание ручкам.
- Соблюдайте время экспозиции и концентрацию рабочего раствора дезинфицирующего средства в соответствии с инструкцией.
- Поддерживать чистоту поверхностей, к которым прикасаются продавцы и покупатели.
- Назначьте ответственного за проветривание и влажную уборку.
- Установите антисептические средства на кассах: гели, спреи, салфетки.
- Разместите дезинфицирующее средство для покупателей через дозаторы при входе (выходе) из магазина.
- Делайте перерывы в работе (например пять минут, каждые пол часа) для мытья рук и обработки кассовой зоны антисептиком.
- Применяйте в рабочих помещениях (в отсутствии людей) бактерицидные лампы, рециркуляторы воздуха закрытого типа с целью регулярного обеззараживания воздуха (по возможности).