

**[Модуль 1: Как правильно надевать и снимать СИЗ в соответствии с мерами предосторожности в отношении капельного/контактного путей передачи COVID-19]**

Докладчик: [Alice Simniceanu]

**{0:00:07 0:00:58}**

**[Введение]** Здравствуйте и добро пожаловать на видео курс о средствах индивидуальной защиты. Основываясь на имеющихся в настоящее время доказательствах, мы знаем, что вирус COVID-19 передается капельным путем и при прямом контакте с инфицированным человеком. Передача вируса может происходить при тесном контакте с человеком, имеющим респираторные симптомы, а так же через зараженную среду вокруг инфицированного человека. Кроме того, заражение может произойти и в результате непрямого контакта, когда человек касается загрязненной поверхности, а затем своего лица. Наибольшему риску подвергаются те, кто находятся в тесном контакте с пациентом, инфицированным COVID-19, или медицинские работники, ухаживающие за такими пациентами. Поэтому мы предлагаем вашему вниманию это видео, чтобы продемонстрировать, как вы можете наилучшим образом защитить себя как медицинский работник при контакте с такими пациентами.

**{0:00:58 0:02:19}**

**[Гигиена рук]** Для начала убедитесь, что вы сняли все лишние украшения и вещи, а длинные волосы собрали сзади в хвост, если это необходимо. Убедитесь, что вы осознаете риск, возникающий при уходе, который вы собираетесь предоставить пациенту, чтобы обеспечить использование соответствующих средств индивидуальной защиты (СИЗ) для принятия необходимых мер предосторожности. Первый шаг - это соблюдение гигиены рук. Вы можете протереть руки антисептиком на спиртовой основе. Это самый быстрый и эффективный метод, который лучше всего переносится вашей кожей. Следуйте методике ВОЗ, которая обеспечивает тщательное нанесение средства на всю поверхность рук и уничтожает микроорганизмы на ваших руках. Соблюдайте следующие этапы: 1. Нанесите продукт на ладонь одной из рук. Затем протрите руки вместе, растирая ладонь о ладонь. Протрите тыльную сторону каждой руки пальцами, и потом ладонь о ладонь с переплетенными пальцами. Затем вращательными движениями протрите все руки. Последний шаг - протрите кончики пальцев и ногтевые пластины каждой руки и продолжайте растирать средство до тех пор, пока руки не высохнут полностью. Поздравляем! Теперь ваши руки чисты и безопасны для использования СИЗ.

**{0:02:20 0:03:47}**

**[Надевание СИЗ перед входом в палату пациента]** Итак, теперь вы готовы надеть СИЗ, проверьте их целостность и никогда не используйте поврежденные СИЗ. Теперь вы готовы надеть халат. Соберите длинные волосы сзади в хвост, если применимо, и осмотрите все детали СИЗ на предмет повреждений перед тем, как надеть каждый предмет. Наденьте халат, завяжите его вокруг шеи и талии и закрепите сзади. Убедитесь, что вся ваша одежда закрыта халатом. Затем наденьте медицинскую или хирургическую маску и убедитесь, что она закрывает нос и рот. Вы можете прижать металлическую полоску сверху маски, чтобы обеспечить ее плотное прилегание к носу. Старайтесь не прикасаться к

Расшифровка аудиозаписи [русский]

OpenWHO: [COVID-19: Как надевать и снимать средства индивидуальной защиты (СИЗ)]

маске после того, как она будет закреплена на вашем лице, а если вы все же должны это сделать, соблюдайте гигиену рук до и после прикосновения к маске. Теперь вы готовы надеть защиту для глаз. Это могут быть либо очки, либо защитный щиток, который можно поместить поверх маски, при этом верхняя часть очков будет находиться на уровне середины лба. Наконец, наденьте пару перчаток и убедитесь, что они закрывают манжеты халата и нигде не просвечивает ваша кожа. По завершении процедуры тщательно проверьте каждый предмет и убедитесь в том, что СИЗ правильно закреплены. Рекомендуется привлечь коллегу, который компетентен в данной процедуре и может провести визуальный осмотр. Теперь вы готовы войти в палату пациента.

{0:03:49 0:06:00}

**[Снятие средств индивидуальной защиты после выхода из палаты пациента]** Теперь вы готовы снять СИЗ. Не забывайте, что снятие СИЗ имеет самый высокий риск передачи инфекции медицинским работникам. Убедитесь в том, что вы избегаете любого контакта между потенциально зараженными СИЗ и вашей одеждой, кожей и особенно лицом. По возможности соблюдайте указанный ниже порядок снятия СИЗ перед коллегой или зеркалом. Первый шаг - снять перчатки, используя технику "перчатка к перчатке" и "кожа к коже". Это наиболее загрязненные детали, которые должны быть удалены в первую очередь и безопасно утилизированы. Затем снимите халат, развязав завязки, и убедитесь, что халат не соприкасается с телом, не загрязняя ни одежду, ни окружающую среду. Выверните халат наизнанку и утилизируйте его в мусорную корзину или корзину для белья. Затем выполните обработку рук (гигиена рук) с использованием спиртового антисептика в течение 20 секунд, прежде чем прикасаться к лицу, чтобы снять защиту для глаз. Затем снимите защиту для глаз. Это можно сделать, наклонившись вперед и оттянув ее от лица. Потом снимите маску или респиратор, ослабив задние ремешки и выбросите их в мусорный контейнер. Избегайте прикосновений к маске. Теперь, в качестве последнего шага, выполните окончательную обработку рук (гигиену рук) с помощью спиртового антисептика для рук, или, вымыв руки водой с мылом, если они заметно загрязнены. Теперь вы готовы вернуться в остальную часть медицинского учреждения с чистыми руками.

**Заметки к курсу: Следующий текст сопровождает видеозапись и не появляется в тексте аудио расшифровки:**

- Средства индивидуальной защиты (СИЗ) — это только один из компонентов системы профилактики и контроля распространения инфекций, применение которого должно сопровождаться использованием обучающих постеров и проведением соответствующего инструктажа.
- В зону работы с пациентами должны допускаться только медицинские работники, которые прошли обучение и соответствующую проверку знаний по применению СИЗ.
- Для обеспечения безопасности надевание и снятие СИЗ должно осуществляться за пределами палат для пациентов, в идеале в специально отведенной для этого зоне и под контролем специально обученного сотрудника или коллеги.