

МЕДИКИ, РАБОТАЮЩИЕ НА ПЕРЕДОВОЙ: КАК НЕ ПРИНЕСТИ ДОМОЙ COVID-19

Рекомендации от группы врачей и медсестер приёмного отделения
из области залива Сан-Франциско

ПОДГОТОВКА: СОЗДАЙТЕ И РАЗМЕТЬТЕ ГРЯЗНУЮ ЗОНУ

рядом со входом

Ограничьте при помощи ленты грязную зону перед входной дверью, в гараже или внутри дома, прямо возле входа (не забудьте сообщить об этом домочадцам).

Поместите в эту зону следующее:

- Корзину для одежды и мелких предметов
- Дезинфицирующую жидкость для рук (как минимум 60% спирта)
- Влажные салфетки (если их нет, используйте детские салфетки и спирт)
- Вешалку или крючок для верхней одежды



ШАГ 1: РАЗДЕНЬТЕСЬ И ПРОВЕДИТЕ ДЕЗИНФЕКЦИЮ В ГРЯЗНОЙ ЗОНЕ

каждый день по возвращении домой

Встаньте в грязной зоне.

Продезинфицируйте руки.

Аккуратно снимите одежду, чтобы она не контактировала с пространством вокруг грязной зоны.

Повесьте куртку и сумку на крючок или вешалку, одежду, в которой были в больнице, положите в корзину. Снимите обувь и оставьте ее в грязной зоне.

Продезинфицируйте телефон, ключи и другие мелкие предметы.

Продезинфицируйте дверную ручку и все, до чего вы дотрагивались пока входили.



ШАГ 2: ПОСТИРАЙТЕ ВЕЩИ И ПРИМИТЕ ДУШ

как можно скорее

Положите одежду в стиральную машину или в отдельный мешок для белья, выделенный для рабочей одежды.

Постирайте вещи, когда это будет уместно в ваших обстоятельствах.

Помойте руки с мылом и водой в течение 20 секунд.

Примите душ как можно скорее.

Наденьте чистую одежду.



Пожалуйста, адаптируйте эти советы к своим условиям.

Рекомендации подготовлены группой врачей и дизайнеров из Сан-Франциско, основываясь на их практике. С вопросами и
обратно свяжью обращайтесь к Christian Rose (christianrosemd@gmail.com) или Nadia Roumani (nadia@dschool.stanford.edu).

Разработано Anna Maria Irion & Thomas Both.