

# ПАМЯТКА

## как обеспечить самоизоляцию (карантин)

Коронавирусная инфекция, в частности COVID-19, передается воздушно-капельным и контактным путём. Для того чтобы COVID-19 не распространялся, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или командировки Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 18.03.2020г. издано постановление № 7, необходимо сообщить о своём возвращении **по телефонам горячей линии 8-962-448-59-80** или 8-8652-36-78-74 и соблюдать карантин у себя дома 14 дней. Если вы находились в странах неблагополучных по COVID-19 вместе с друзьями или семьей, можно соблюдать совместный двухнедельный карантин в одном помещении или квартире.

- 
- 
1. — не выходить из дома весь период карантина, даже для того чтобы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;  
— по возможности находится в отдельной комнате;  
— пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;  
— приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;  
— исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;  
— использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

- 
- 
2. — мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;  
— регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом

- 
- 
3. — бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров

- 
- 
4. — общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное – не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин
- 
- 

***Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 (простудные явления, в том числе кашель, повышенная температура тела, одышка), необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.***

Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день изоляции (карантина).

## Почему именно 14 дней?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

## Кто наблюдает за теми, кто находится на карантине?

Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля.

За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру.

## Как получить больничный на период карантина?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный, не нужно приходить в поликлинику, его можно заказать по телефону.

### **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ**

**об ответственности за действие/бездействие, влекущее распространение инфекционного заболевания, представляющего опасность для окружающих, или создающих угрозу наступления указанных последствий**

Постановлением Правительства Российской Федерации от 31 января 2020г. №66 «О внесении изменения в перечень заболеваний, представляющих опасность для окружающих» коронавирусная инфекция (2019-nCoV) внесена в перечень заболеваний, представляющих опасность для окружающих. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 18.03.2020г. № 7 лицам прибывшим на территорию Российской Федерации предписано выполнять требования по изоляции в домашних условиях (нахождению в изолированном помещении, позволяющем исключить контакты с членами семьи и иными лицами, не подвергнутыми изоляции) сроком на 14 календарных дней со дня прибытия на территорию Российской Федерации.

***В соответствии со ст.ст. 10, 11 Федерального Закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 №52-ФЗ постановления должного лица, осуществляющего федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор, обязательны для исполнения.***

*Невыполнение законного требования должностного лица органа, осуществляющего федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор, влечет привлечение к административной ответственности по ч. 1 ст. 19.4 КоАП РФ - и влечет предупреждение или наложение административного штрафа на граждан в размере от пятисот до одной тысячи рублей.*

***Нарушение законодательства в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, выразившиеся в нарушении действующих санитарных правил и гигиенических нормативов, невыполнение санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий, влечет, в том числе уголовную ответственность (ст. 236 Уголовного кодекса Российской Федерации):***

*ч.1 – повлекшее по неосторожности массовое заболевание людей, наказывается штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, либо лишением права заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо обязательными работами на срок до трехсот шестидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо ограничением свободы на срок до одного года;*

*ч.2 – то же деяние, повлекшее по неосторожности смерть человека, наказывается обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок от шести месяцев до двух лет, либо принудительными работами на срок до пяти лет, либо лишением свободы на тот же срок.*