

# Информация по технике безопасности для технического персонала

Перечень рекомендаций касательно здоровья и техники безопасности с целью предотвращения получения производственных травм техническим персоналом



Май 2020 г

Выпуск 3, номер 1



## В нынешней ситуации Центр по контролю и профилактике заболеваний (Center for Disease Control and Prevention, CDC) рекомендует носить маску, чтобы защитить окружающих.

Эти рекомендации предназначены для лиц, выполняющих общие вспомогательные работы в отраслях с незначительным риском контакта с людьми, заражёнными коронавирусом COVID-19, поэтому, в настоящее время, использование маски не требуется для работников WA.

Находящимся в условиях повышенного риска заражения работникам, которым необходима защита органов дыхания, рекомендуется ознакомиться с [последними инструкциями от CDC](#).

### Изготовление маски:

В этом видеоролике показано, как изготовить защитную маску без шитья: [Как изготовить защитную маску в домашних условиях](#). Если у вас есть швейная машинка, попробуйте эти варианты: [Как изготовить защитную маску собственными руками \(с фильтром\)](#), ИЛИ [Как пошить облегающую хлопчатобумажную маску](#).

### Важные сведения, которые необходимо знать о самодельных масках:

- Используйте плотный тканевый материал, который, тем не менее, позволяет свободно дышать.
- По возможности используйте несколько слоёв материала.
- Необходимо, чтобы маска плотно прилегала к области вокруг носа и рта (комфортно).
- Сделайте несколько масок, чтобы использовать запасную маску, когда первая загрязнится.
- Маски должны позволять свободно дышать! Если вы страдаете астмой или каким-либо заболеванием, при котором затруднено дыхание, проконсультируйтесь у врача перед использованием маски.

### Как носить и применять самодельную маску:

- Тщательно мойте руки перед тем как надеть маску, а также сразу после снятия маски.
- Маска должна покрывать нос и рот.
- Использованная маска, даже если она и не выглядит грязной, должна быть постирана в горячей воде и высушена при высокой температуре после КАЖДОГО использования.
- Маска теряет эффективность при увлажнении от вашего дыхания, поэтому, при необходимости, чаще меняйте маски.
- Касайтесь только резинок или завязок при снятии маски.
  - При снятии маски ни в коем случае не прикасайтесь к материалу самой маски.



## Преимущества ношения самодельной маски:

- Самодельная маска не защитит вас от COVID-19, но **она защитит окружающих**, если вы больны.
- Ношение маски **напоминает людям о необходимости соблюдать безопасную дистанцию друг от друга**, а также
- **предохраняет вас от прикосновений ко рту, носу и другим участкам лица немытыми руками.**
- **Даже если вы носите самодельную маску, вы должны соблюдать рекомендации по социальному дистанцированию** (держитесь на расстоянии 6 футов [около 2 метров] друг от друга, избегайте тесных контактов).