

Обращение ректора УлГУ Бориса Костишко в связи с ситуацией по распространению коронавирусной инфекции

**Уважаемые студенты, преподаватели, сотрудники! В связи с на-
пряженной эпидемической ситуацией, вызванной распространением
коронавируса SARS-CoV-2, нам необходимо принять эффективные
меры для сохранения жизни и здоровья каждого.**

В этот непростой период прошу вас неукоснительно соблюдать следующие рекомендации.

При появлении двух и более признаков:

- боли в горле и мышцах,
- слабости, головной боли,
- кашля,
- затрудненного дыхания,
- повышения температуры выше 37,1,
- изменения вкуса, запахов,
- жидкого стула,

пожалуйста, соблюдайте следующие предписания.

1. Оставайтесь дома.
2. Максимально ограничьте контакты с окружающими.
3. Обратитесь за медицинской помощью (вызов врача или скорой помощи – тел. 103 или 112).
4. Заполните форму на сайте anticovid.ulsu.ru.
5. Сообщите о своем состоянии:

– если вы студент, – старосте группы,
– если вы преподаватель или сотрудник, – заведующему кафедрой или руководи-
телю структурного подразделения.
Эти шаги жизненно необходимы для оказания вам своевременной помощи со сто-
роны ответственных сотрудников университета, а также оперативных мер для пре-
дотвращения распространения инфекции среди ваших коллег.

Берегите себя и своих близких!

Регион

Вопрос номер один

В Ульяновской области усилен контроль за соблюдением мер безопасности.



выделения дополнительного финансирования на создание запаса средств индивидуальной защиты и медикаментов в медучреждениях. С 5 октября внесены изменения в нормативные акты об ужесточении действующих мер", – отметил глава региона.

По словам начальника отдела эпидемиологического надзора управления Роспотребнадзора по Ульяновской области Диляры Хакимовой, на территории региона на момент верстки номера зарегистрировано 16452 подтвержденных случаев заболевания новой коронавирусной инфекцией, из них 8897 – в Ульяновске, 1842 – в Димитровграде. Среди сельских районов за последнюю неделю лидируют Карсунский, Бышишский и Инзенский. Регион находится на втором месте в Приволжском федеральном округе по распространенному заболеванию. У 57,8% пациентов болезнь протекала в легкой форме, у 21,9% – бессимптомно, у 18,7% – в средней степени тяжести, у 225 человек – в тяжелой форме. Порядка 85% от всех заболевших выздоровели. Летальность от коронавируса в регионе достигла 173 случаев.

По информации регионального минздрава, на госпитализации находятся порядка 600 пациентов с подтвержденными случаями COVID-19. В регионе развернуто 1168 коек для пациентов с коронавирусной инфекцией, дополнительно обеспечена готовность 70 резервных коек. В области продолжают увеличивать число проведенных тестов на коронавирус. Всего сделано

278962 исследования. Планируется нарастить объемы тестирований до четырех тысяч в сутки.

Кроме того, согласно нормативному акту предусмотрено введение двухнедельных каникул в школах области по 18 октября. Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области утвердило порядок проведения воспитательных, познавательных, развивающих и конкурсных мероприятий для обучающихся исключительно с использованием дистанционных технологий и установило контроль за занятостью обучающихся.

"Изменения в указ затронут и учреждения профессионального образования. Так, будет усилен контроль за проведением при входе в здания ежедневных "утренних фильтров" с обязательной термометрией и увеличению кратности проведения санитарно-противоэпидемических мероприятий. Педагогические работники, относящиеся к лицам из группы риска, по возможности будут переведены на дистанционный режим работы. Кроме этого, всем колледжам и техникумам следует предусмотреть внесение изменений в график

учебного процесса с предоставлением не менее одного учебного дня в неделю с использованием дистанционных образовательных технологий электронного обучения", – пояснила первый заместитель председателя правительства Екатерина Уба.

Губернатор Сергей Морозов поручил министерству семейной, демографической политики и социального благополучия усилить на время ограничительных мероприятий оказание помощи старшему поколению. В настоящее время продолжают работать единый социальный телефон 88003504646 и центр обработки вызовов системы 112, по которым можно оставить заявку на оказание помощи в доставке продуктов на дом, приобретении лекарств и других повседневных заботах.

При возникновении вопросов, касающихся оказания медицинской помощи, следует обращаться по телефону "горячей линии" министерства здравоохранения Ульяновской области: 88002007307.

В опорном вузе создан ситуационный центр по предупреждению распространения COVID-19. Соответствующий приказ подписал ректор УлГУ Борис Костишко. Центр создан на базе Института медицины, экологии и физической культуры УлГУ. В его задачи входят мониторинг состояния здоровья студентов и преподавателей, оказание консультативной и медицинской помощи, взаимодействие с органами власти и медицинскими организациями по вопросам противодействия распространению коронавирусной инфекции, информационная и профилактическая деятельность. Помимо этого, центр будет оказывать помощь преподавателям, сотрудникам и студентам, имеющим признаки новой коронавирусной инфекции в решении возникающих у них проблем. Для этого с ними будет связываться дежурный ситуационного центра, выяснять информацию, необходимую для принятия управленческих решений и оказания помощи.

Если студенты или сотрудники столкнулись с симптомами COVID, им необходимо заполнить форму на сайте anticovid.ulsu.ru или написать на почту anticovid_ulsu@bk.ru.

Профилактика

Пять правил защиты от коронавируса и ОРВИ

Рекомендации Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

Правило 1. Часто мойте руки с мылом

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства. Гигиена рук – это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и пр.) удаляет вирусы.

Правило 2. Соблюдайте расстояние и этикет

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра друг от друга. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Коронавирус, как и другие респираторные заболевания, распространяется этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. Избегая излишних поездок и

посещений многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

Правило 3. Ведите здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами. Не забывайте о физической активности.

Правило 4. Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Как правильно носить маску?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или применяться многократно. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску – непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить.

– Мaska должна тщательно закрепляться, плотно за-
крывая рот и нос, не оставляя зазоров.

– Страйтесь не касаться поверхности маски при ее снятии. Если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или обработайте спиртовым средством.

– Влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую.

– Не используйте вторично одноразовую маску.

– Использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

После окончания контакта при уходе за больным маску следует немедленно снять. Затем необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, магазине, аптеке, а также при уходе за больным.

Правило 5. Что делать в случае заболевания ОРВИ, гриппом, коронавирусной инфекцией?

Оставайтесь дома и обратитесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим.