



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**  
**(МОЗ України)**

вул. М.Грушевського, 7, м. Київ, 01601, тел. (044) 253-61-94, E-mail: moz@moz.gov.ua,  
web: <http://www.moz.gov.ua>, код ЄДРПОУ 00012925

**Обласні, Київська міська державні**  
**адміністрації**

Відповідно до частини другої статті 30 Закону України “Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення” надсилаємо «Рекомендації для підприємств та роботодавців для запобігання поширенню COVID-19» (додаються) та «Рекомендації для осіб, з підозрою або COVID-19, які перебувають вдома у самоізоляції» (додаються). Просимо довести до відома установ, підприємств та організацій рекомендації щодо особливостей організації робочого процесу в умовах епідемії коронавірусної хвороби (COVID-19) та вжити необхідних заходів для зменшення ризиків виникнення і поширення коронавірусної хвороби (COVID-19). Додатково інформуємо, що органи місцевого самоврядування за поданням відповідних головних державних санітарних лікарів у межах своїх повноважень можуть запроваджувати у встановленому законом порядку на відповідних територіях чи об'єктах особливі умови та режими праці, навчання, пересування і перевезення, спрямовані на запобігання та ліквідацію цих захворювань.

Додаток на 6 арк.

**Заступник Міністра охорони**  
**здоров'я України - головний**  
**державний санітарний**  
**лікар України**

**Віктор ЛЯШКО**



## **Рекомендації для підприємств та роботодавців для запобігання поширенню COVID-19**

### **Активно заохочуйте працівників з ознаками захворювання залишатися вдома:**

- Працівникам, які мають симптоми гострих респіраторних захворювань (ГРЗ), потрібно залишатися вдома і не приходити на роботу, доки у них не мине лихоманка ( $>37.7^{\circ}\text{C}$  та вище) та будуть відсутні будь-які інші симптоми ГРЗ (наприклад, кашель, задишка) щонайменше протягом 24 годин за умови незастосування засобів симптоматичної терапії (наприклад, засоби від кашлю, жарознижуючі).
- Забезпечте гнучкість політики надання відпусток для гарантування самоізоляції співробітників, які мають симптоми ГРЗ, а також для догляду за хворими членами сім'ї. Законом України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникнення і поширення коронавірусної хвороби (COVID-19)» визначено, що у разі встановлення Кабінетом Міністрів України карантину, відповідно до Закону України «Про захист населення від інфекційних хвороб», термін перебування у відпустці без збереження заробітної плати не включається у загальний строк, встановлений статтею 84 Кодексу законів про працю України та статтею 26 Закону України «Про відпустки».
- За можливості необхідно перевести працівників на виконання роботи дистанційно. Відповідно до Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникнення і поширення коронавірусної хвороби (COVID-19)» роботодавець може доручити працівникові, у тому числі державному службовцю, службовцю органу місцевого самоврядування, виконувати протягом певного періоду роботу, визначену трудовим договором вдома, а також надавати працівнику, у тому числі державному службовцю, службовцю органу місцевого самоврядування, за його згодою відпустку. В першу чергу необхідно зменшити ймовірність зараження осіб з підвищеним ризиком, до яких належать люди похилого віку та люди з хронічними захворюваннями (захворювання серця, легень, цукровий діабет), що піддаються більшому ризику розвитку серйозних ускладнень, спричинених COVID-19.

### **Не допускайте перебування хворих працівників разом з іншим персоналом:**

- Співробітники, у яких після прибуття на роботу або протягом дня виявляються симптоми гострого респіраторного захворювання (кашель, підвищення температури тіла), повинні бути негайно відправлені додому та повідомити сімейного лікаря, а при розвитку невідкладних станів (задишка, стійкий біль у грудній клітці) - звернутися за екстреною медичною допомогою за номером 103.
- Під час транспортування хворий працівник має перебувати у захисній масці. Необхідно уникати громадського транспорту при переміщенні додому на самоізоляцію. Транспортувати особу можна на приватному транспортному засобі, при цьому



рекомендується відкрити вікна. соба, яка перевозить хворого, повинна використовувати засоби індивідуального захисту (респіратор, окуляри, рукавички).

### **Підкресліть необхідність перебування вдома під час хвороби, дотримання правил гігієни:**

- Розмістіть на видному місці в офісах плакати, які заохочують працівників залишатися вдома, якщо вони мають ознаки захворювання, дотримуватись респіраторної гігієни й етикету кашлю та чхання, та дотримуватися правил гігієни. Плакати доступні для завантаження на веб-сторінках:

[https://drive.google.com/drive/folders/1\\_zhh97mtj2Y7I7238fQim0Uc4p1Kx\\_KN](https://drive.google.com/drive/folders/1_zhh97mtj2Y7I7238fQim0Uc4p1Kx_KN)

та

<https://covid19.com.ua>.

- Забезпечте наявність у санвузлах на робочому місці мила, води, одноразових рушників та дезінфікуючих засобів для рук, що містять не менше 60 % спирту. Розмістіть дезінфікуючі засоби в різних місцях та конференц-залах, щоб заохотити дотримання правил гігієни.

- Забезпечте наявність смітників, до яких не потрібно торкатися руками (наприклад, смітники з педаллю).

### **Організуйте регулярне прибирання приміщень:**

- Забезпечте протирання поверхонь, до яких часто торкаються (робочі столи, кухонні стільниці та дверні ручки).

- Забезпечте наявність одноразових серветок, які зможуть використовувати працівники для протирання клавіатури, робочих столів тощо.

### **Проконсультуйте працівників перед відрядженням:**

- Необхідно максимально обмежити відрядження працівників.

- Порадьте співробітникам перевірити себе на наявність симптомів гострих респіраторних захворювань перед початком подорожі, а у разі їх виявлення - повідомити свого керівника та залишитись вдома і за необхідності негайно звернутись за консультацією до сімейного лікаря.

### **У разі виявлення особи з COVID-19:**

- У разі виявлення COVID-19 у співробітника чи члена його сім'ї, він зобов'язаний повідомити про це роботодавця з метою інформування інших співробітників та попередження розповсюдження хвороби.

- Якщо співробітник контактував з особами, у яких було виявлено COVID-19, він повинен повідомити свого керівника, залишитись у самоізоляції (рекомендації щодо самоізоляції додаються) та повідомити сімейного лікаря для прийняття рішення щодо подальших дій.

### **Планування роботи під час епідемії COVID-19 в Україні**



Усі роботодавці повинні вжити заходів для зменшення поширення COVID-19 на підприємства, установах, організаціях. Вони включають одну або декілька опцій: зниження рівня передачі COVID-19 серед персоналу, захист людей, які мають більш високий ризик виникнення важких ускладнень захворювання, мінімізація несприятливих наслідків для інших суб'єктів господарювання. Зокрема, при прийнятті рішень можна враховувати такі чинники:

- Вплив хвороби на працівників, що мають підвищений ризик. Поінформуйте таких працівників, що вони можуть піддаватися більшому ризику важкого перебігу захворювання.
- Підготуйтеся до можливого збільшення кількості відсутніх працівників на робочих місцях через їхню хворобу, або хворобу членів їхніх сімей, карантин у дитячих садочках та школах, введення додаткових карантинних обмежень місцевими органами влади:
  - ✓ Реалізуйте плани продовження функціонування підприємства(організації)у випадку, коли значна кількість працівників відсутня через непрацездатність.
  - ✓ Навчайте персонал виконувати основні функції таким чином, щоб робота продовжувалася навіть якщо ключові співробітники відсутні.
  - ✓ Оцініть свої основні функції та наскільки інші люди або суспільство розраховують на Ваші товари та послуги. Будьте готові змінити свою ділову практику, якщо це потрібно для підтримання критичних операцій (наприклад, визначте альтернативних постачальників, визначте пріоритетність постачальників, тимчасово призупиніть деякі ваші операції, якщо це необхідно).
  - ✓ Роботодавцям, підприємство(організація) яких розташовані у декількох місцях/місцевостях, рекомендується надати місцевим керівникам повноваження вживати відповідних заходів, викладених у їхньому плані реагування на інфекційні захворювання, з урахуванням умов в кожній місцевості.
  - ✓ Для всіх підприємств (організацій) наполегливо рекомендується координація з представниками державних або місцевих органів влади та службовими особами охорони здоров'я, щоб отримувати своєчасну та точну інформацію, яка допоможе вжити необхідні заходи у кожній місцевості, де підприємства (організації) ведуть свою діяльність. Оскільки інтенсивність спалаху може відрізнятись залежно від географічного положення, місцеві органи охорони здоров'я видаватимуть рекомендації, характерні для їхньої місцевості.

### **Рекомендації роботодавцям:**

- Залучайте своїх працівників до розробки та внесення змін до вашого плану реагування на інфекційні спалахи.
- Проведіть моделювання введення в дію розробленого плану, щоб заздалегідь з'ясувати, чи є в плані прогалини або проблеми, які потрібно виправити.
- Поділіться своїм планом із працівниками та детально поясніть політику щодо кадрових ресурсів, робочого місця та забезпечення гнучкості щодо відпусток..



- Діліться кращими практиками з іншими підприємствами (організаціями) у своїй місцевості (особливо тими, що знаходяться у Вашому ланцюгу постачальників), асоціаціями, щоб покращити зусилля щодо реагування.

### **Рекомендації щодо плану реагування на спалах інфекційних захворювань:**

- Перегляньте політику щодо кадрових ресурсів та переконайтеся, що вона відповідає рекомендаціям у галузі охорони здоров'я, чинному законодавству про працю та Закону України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникнення і поширення коронавірусної хвороби (COVID-19)".
- За можливості необхідно запровадити практику дотримання дистанції між працівниками, а також між працівниками та іншими особами (клієнтами, відвідувачами тощо). Наприклад, організувати дистанційну роботу або гнучкі робочі години (позмінно). Для працівників, які здатні працювати через засоби телекомунікацій, керівники повинні заохочувати дистанційну роботу замість того, щоб приходити на робоче місце. Переконайтеся, що у вас є інформаційні технології та інфраструктура, необхідні для підтримки певної кількості працівників, які можуть працювати вдома.
- Мінімізуйте ризики взаємодії між працівниками, а також між працівниками та іншими людьми. Відповідно до Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникнення і поширення коронавірусної хвороби (COVID-19)» власником підприємства, установи, організації або уповноваженим органом може змінюватися режими роботи органів, закладів, підприємств, установ, організацій, зокрема, щодо прийому та обслуговування фізичних та юридичних осіб. Інформація про такі зміни повинна доводитись до відома населення з використанням веб-сайтів та інших комунікаційних засобів.
- Зверніться до місцевих органів охорони здоров'я для підтвердження каналів зв'язку та методів розповсюдження інформації про місцевий спалах.

### **Рекомендації для осіб, з підозрою або COVID-19, які перебувають вдома у самоізоляції**

#### **Залишайтеся вдома, окрім ситуацій, коли потребуєте медичної допомоги**

Ви повинні обмежувати діяльність поза своїм будинком/квартирою, за винятком отримання медичної допомоги. Не ходіть на роботу, до навчальних закладів та в інші місця громадського користування. Не користуйтеся громадським транспортом або таксі.

#### **Ізолюйте себе від інших людей і тварин у своєму будинку/квартирі**

Люди: Наскільки це можливо, ви повинні залишитися в окремій кімнаті і витримувати дистанцію понад 1,5 метра від інших членів сім'ї/або сусідів у вашому домі. Також слід використовувати окремий санвузол, якщо він є. Особливо уважно дотримуйтесь цих рекомендацій, якщо у вашій сім'ї є особи, що належать до групи ризику



(літній вік, хронічні захворювання легень, серцево-судинні хвороби, цукровий діабет тощо)

Тварини: Не контактуйте з домашніми чи іншими тваринами.

### **Заздалегідь зателефонуйте і попередьте сімейного лікаря**

Якщо ви потребуєте медичної допомоги, зателефонуйте сімейному лікарю і повідомте, що у вас підозрюється або підтверджений COVID-19. Це допоможе медичному персоналу вжити заходів, аби вберегти інших людей від зараження чи впливу. Одягніть захисну маску перед контактом з медичними працівниками. Ці кроки допоможуть обмежити поширення інфекції.

### **Носіть захисну маску**

Потрібно носити захисну маску, коли ви знаходитесь поряд з іншими людьми (наприклад, спільне використання кімнати чи транспортного засобу) або домашніми тваринами, перед відвідуванням закладу охорони здоров'я, або приїздом бригади екстреної медичної допомоги. Якщо ви не можете носити захисну маску (наприклад, тому що це спричиняє проблеми з диханням), люди, які живуть з вами, не повинні залишатися в одній кімнаті з вами або, якщо це неможливо, мусять носити захисні маски.

### **Дотримуйтесь правил гігієни під час кашлю чи чхання**

Прикривайте рот і ніс тканиною чи серветкою під час кашлю чи чхання. Викидайте використані засоби в окремий контейнер для сміття. Після цього помийте руки з милом протягом щонайменше 20 секунд і/або обробіть руки дезінфікуючим засобом, що містить щонайменше 60% спирт, втираючи достатню кількість у всю поверхню до їх висихання. Мило обов'язково використовувати у разі помітного забруднення рук.

### **Часто мийте руки**

Часто мийте руки з милом принаймні 20 секунд. Якщо немає можливості помити руки, їх потрібно обробити дезінфікуючими засобами на основі 60-95% спирту, втираючи достатню кількість у всю поверхню до їх висихання. У разі помітного забруднення рук обов'язково мийте руки з милом. Не торкайтеся очей, носа і рота брудними руками.

### **Використовуйте індивідуальні предмети домашнього вжитку**

Не можна користуватися посудом, чашками, рушниками, постільною білизною та іншими предметами домашнього вжитку спільно з іншими людьми або домашніми тваринами. Після використання цих предметів їх слід ретельно обробити/помити мийними засобами.



### **Дезінфекція предметів/поверхонь**

Потрібно щодня періодично дезінфікувати всі предмети/поверхні, до яких часто торкаються. До них належать: стійки, столи, дверні ручки, вимикачі, змішувачі, раковини, унітази, телефони, клавіатури, планшети, тумбочки тощо та будь-які поверхні, де можуть знаходитися біологічні рідини. З метою дезінфекції необхідно використовувати побутові мийні засоби або серветки. Під час їх застосування потрібно дотримуватись інструкцій виробника.

### **Моніторинг стану здоров'я**

Якщо ви знаходитесь вдома на карантині (у самоізоляції) потрібно уважно слідкувати за станом здоров'я. Двічі на день вимірюйте температуру тіла.

Негайно зверніться до свого лікаря або телефонуйте за номером 103, якщо з'явився один або декілька перелічених симптомів: зросла температура тіла (понад 38<sup>0</sup> C) або з'явився озноб чи лихоманка; утруднене дихання, задишка; постійний кашель; стійкий постійний біль у грудній клітці.

### **Припинення самоізоляції**

Рішення про припинення самоізоляції та запобіжних заходів приймається у кожному випадку окремо та після консультації з медичними працівниками відповідно до правил, встановлених місцевими органами охорони здоров'я.

