ЕНЕРГОАТОМ ENERGOATOM

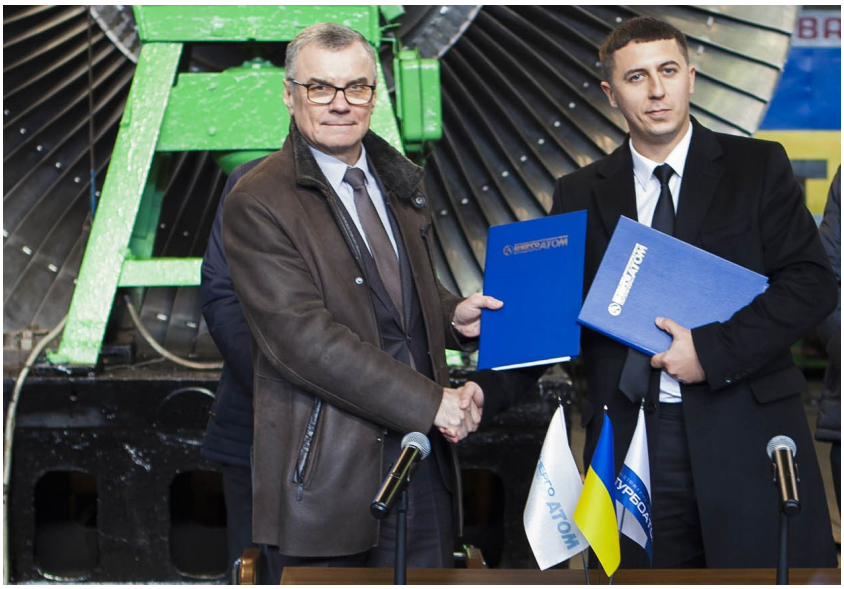
Енергетик

Випуск 11, 19 березня 2020 року

ПЕРСПЕКТИВНА МОДЕРНІЗАЦІЯ

Мета – підвищення безпеки та додаткові потужності

ДП «НАЕК «Енергоатом» і АТ «Турбоатом» уклали договір на модернізацію циліндрів високого та середнього тиску енергоблока №2 Южно-Української АЕС.



Контракт підписали директор ВП «Атомкомплект» НАЕК «Енергоатом» Руслан Жмудський і генеральний директор АТ «Турбоатом» Віктор Суботін. У церемонії підписання взяли участь заступник генерального директора з забезпечення виробництва ВП ЮУАЕС Андрій Петрук і генеральний конструктор Турбоатома Євген Левченко.

Першочергова мета майбутньої реконструкції – підвищення безпеки обладнання. Та не менш важлива і економічна складова. «Модернізація, про яку йде мова, дозволить підвищити електричну складову на 12,5 МВт. Проте результати модернізації передбачають підвищення електричної складової до 10% - це 100 МВт. Тобто, за умови збільшення теплової потужності реактора турбінна установка матиме можливість пропускати більше пари і, відповідно, виробляти більше електричної енергії», - пояснює Андрій Петрук.

Для Турбоатома це перший контракт на модернізацію проточної частини турбіни блока-мільйонника в Україні. Проте компанія вже має позитивний досвід виконання аналогічної роботи за межами країни, зокрема на болгарській АЕС «Козлодуй».

Підписаний договір вартістю 300 млн грн є частиною масштабної програми модернізації проточної частини турбін українських енергоблоків, розрахованої до 2024 року. За умов нинішнього браку фінансування на будівництво нових блоків реалізація передбачених нею заходів дасть можливість отримати додаткові потужності.

За словами Євгена Левченка, п'ятирічна програма передбачає модернізацію 7 українських атомних блоків. «Наші конструктори знайшли рішення, як мінімізувати витрати на модернізацію: мова про використання резервних роторів на станції. Саме це рішення дозволило нам істотно зменшити витрати на виконання робіт. Наступний крок - модернізація турбін виробництва російських «Силових машин», - зазначає Є. Левченко. Перший модернізований ротор буде готовий до відвантаження на Южно-Українську АЕС уже на початку квітня.

Варто зазначити, що Турбоатом і наше підприємство пов'язують давні партнерські стосунки. Нову спільну роботу - модернізацію проточних частин турбін енергоблоків №2 і №1 ЮУАЕС - буде реалізовано цього та наступного року відповідно. Розпочнеться перспективна реконструкція з циліндра високого тиску турбіни другого «мільйонника», який менш ніж за 2 місяці буде виведено в планово-попереджувальний ремонт. Розпочавшись у квітні, ППР другого блока триватиме до кінця липня.

Галина МЕДВІНСЬКА

НА ПІДПРИЄМСТВІ

Рада ALARA: на захисті персоналу

На черговому засіданні ради ALARA 28 лютого керівники підрозділів ЮУАЕС підбили підсумки минулого року та обговорили плани на поточний. На засіданнях цього органу, що діє на атомній станції 18 років, регулярно розглядають ефективність комплексу заходів, спрямованих на зменшення дози опромінення персоналу, який виконує роботи у зоні суворого контролю.

У цеху радіаційної безпеки (ЦРБ) дозове навантаження розраховують щорічно та поквартально. При цьому враховуються заплановані ремонтні роботи, ступінь радіаційного забруднення обладнання і кількість персоналу, який буде задіяний в ремонті. На нараді було представлено прогноз колективної дози на 2020 рік та відповідні квоти для підрозділів. На 2020 рік передбачена колективна доза на 20 відсотків менше запланованої торік.

Декілька років тому за рахунок внутрішніх резервів на базі ЦРБ було створено групу радіаційного захисту. Їх основним завданням є аналіз радіаційної обстановки в місцях виконання робіт, колективних доз персоналу та розробка організаційно-технічних заходів, направлених на зниження колективних доз персоналу за результатами аналізу. На останній нараді ALARA було представлено аналіз причин спрацювання установок радіаційного контролю з непоширення радіоактивного забруднення. Начальник ЦРБ Володимир Бояріщев переконаний у важливості та у актуальності таких досліджень: «Аналіз показує, де можна посилити контроль, на що звернути увагу під час навчання, інструктажів, екзаменів».

Було озвучено й пропозиції, надані за результатами проведеної роботи. Серед них – встановлення більш сучасних установок радіаційного контролю на енергоблоці №3. Захід планують ре-



алізувати 2021 року. На третьому «мільйоннику», зокрема, додатково передбачать прилади для вимірювання забруднення рук і ніг.

Спеціалісти зазначають, що майже всі організаційні заходи зі зниження колективної дози опромінення персоналу вже впроваджено. Основними засобами оптимізації дозових навантажень є застосування додаткових засобів індивідуального захисту, проведення своєчасної дезактивації, встановлення санітарних шлюзів та використання захисних екранів, радіаційний самоконтроль персоналу, ретельне планування робіт. Усі ці заходи постійно виконуються, крім цього з урахуванням міжнародного досвіду розробляються нові.

Минулого року було введено в експлуатацію нові електронні прямопоказуючі дозиметри. На відміну від попередніх французького виробництва ці виготовлено в Україні, що полегшує їх сервіс. Нові прилади зручніші у використанні, надають працівнику більше інформації, підвищуючи таким чином можливості самоконтролю.

Йшлося під час наради й про необхідність більш широкого застосування тимчасових санітарних шлюзів, зокрема використання у цій якості пластикових килимків. Керівники підрозділів озвучили основні дозоємні роботи, заплановані на 2020 рік, передбачили додаткові консультації з фахівцями щодо заходів із захисту персоналу.

На завершення засідання було представлено розподіл премії за реалізацію принципів ALARA та оптимізацію доз опромінення 2019 року. Він залежить від дотримання кожним цехом дозових лімітів та недопущення порушень правил радіаційної безпеки працівниками та є додатковим методом заохочення персоналу робити особистий внесок у зниження колективної дози.

Оксана ТОРГАНОВА

ПІДСУМКИ КОНКУРСУ

Красуні Южно-Української АЕС

Під час святкового концерту, присвяченого Восьмому березня, вітали працівниць Южно-Української АЕС. Дві тисячі двісті шістдесят п'ять – саме стільки жінок сьогодні на підприємстві. Цех дезактивації та комбінат культурно-спортивних споруд «Олімп» в лідерах за кількістю жінок, що там працюють. Проте найбільше представниць прекрасної статі – двісті чотирнадцять - в енергоремонтному підрозділі.



Жінки Южно-Української АЕС опанували найскладніші професії атомної галузі, вони можуть впевнено похвалитися діловими та професійними якостями. Проте шістнадцять найсміливіших з них продемонстрували свою вроду, жіночність та чарівність під час інтерактивного конкурсу «Красуні Южно-Української АЕС – 2020». Саме ця подія стала родзинкою урочистостей, присвячених Міжнародному жіночому дню.



Палац культури «Енергетик» організував цей конкурс уперше, і він одразу викликав неабияку зацікавленість з боку користувачів інтернету. Голосування відбувалось на офіційній сторінці Южно-Українського енергокомплексу у Фейсбуці, одразу підвищилась її відвідуваність. Вже наступного дня спільнота ЮУАЕС у соцмережі зросла до чотирьох тисяч.

Конкурс оголосили у трьох вікових категоріях: до тридцяти п'яти років, тридцять шість плюс та п'ятдесят один плюс. У першій взяли участь дев'ять красунь, у другій - 7. Найстарша категорія не була представлена жодною учасницею.

Титул «Міс чарівність» отримала працівниця цеху дезактивації Юлія Іщенко. Наймолодша учасниця конкурсу двадцятирічна Надія Волохова з електроцеху перемогла у номінації «Ніжність». Олена Ганєва з управління організації, нормування та оплати праці стала переможницею у номінації «Міс витонченість». Представниця цеху вентиляції та кондиціонування повітря Тетяна Олексієнко стала «Міс оригінальністю».

Корону переможниці у віковій категорії до тридцяти п'яти років отримала Вероніка Наумович, викладачка студії бальної хореографії Палацу культури «Енергетик». Королевою краси у номінації тридцять шість плюс стала тренер зі спортивної аеробіки комбінату культурно-спортивних споруд «Олімп» Тетяна Балабанова.

Володимир Богатчук, заступник генерального директора ВП ЮУАЕС, висловив сподівання, що проведення конкурсу «Красуні ЮУАЕС» стане доброю традицією. За словами профспілкового лідера підприємства Сергія Сніткова, профспілкова організація розгляне питання та фінансово підтримає конкурс.

Перший досвід проведення конкурсу став успішним. Чарівних та привабливих, ніжних та працьовитих жінок-енергетиків ведуча, художній керівник Палацу культури «Енергетик» Катерина Селезень запросила до участі у конкурсі красунь наступного року. Буде ще цікавіше!

Галина НАЗАРОВА

Фото П. Білоусова

ТВОЇ ЛЮДИ, АЕС

Жіночність і професіоналізм Лариси Войтенко

З нагоди Міжнародного жіночого дня майже тридцять працівниць Южно-Української АЕС отримали відзнаки ДП «НАЕК «Енергоатом» та міського голови. Серед них - інженер відділу супроводу виробничих програм та моніторингу складських запасів управління виробничо-технічної комплектації Лариса Василівна Войтенко. В УВТК жінка працює з 1996 року і вважає що їй пощастило і з роботою, і з колективом.

«Все буде добре». З цим девізом йде по життю інженер відділу супроводу виробничих програм та моніторингу складських запасів управління виробничо-технічної комплектації Лариса Василівна Войтенко. Її оптимізм допомагає і їй, і її колегам. Вони кажуть, це та людина, яка не лише сумлінно виконує свою роботу, а й встигає допомагати іншим.



А почалося все у 1982 році. Тоді молоде подружжя Войтенків приїхало в Южноукраїнськ у гості до друзів. Їм настільки сподобалось молоде, зелене, освітлене місто, що вирішили залишитись в ньому назавжди. Першим місцем роботи пані Лариси стало управління капітального будівництва. У 1996 році вона перейшла в УВТК на посаду інженера з постачання. З перших днів займалась поставками складного та важливого для атомної станції обладнання: трансформаторів, електродвигунів, насосів. Жінка говорить: «У нас тут немає піврічних навчально-тренувальних процесів. У нас відразу у воду і пливи. Мені дали два тижні на ознайомлення, а потім документи в руки і вперед!».

П'ять років тому Лариса Войтенко стала членом новоствореного відділу супроводу виробничих програм та моніторингу складських запасів УВТК. Безпосередній керівник героїні нашого матеріалу, начальник відділу Алла Москаленко каже: «Лариса Василівна не лише досвідчений спеціаліст, а й мудра жінка. Вона свого роду «локомотивчик» нашого колективу. Їй варто лише озвучити задачу і вона обов'язково розв'яже, до того ж запропонує навіть декілька варіантів вирішення завдання. Вона завжди немов світиться. З нею можна поговорити про все, на будь-яку тему. Я впевнена, що в родині її люблять і прислухаються до неї, як і ми тут, на роботі. Ми поважаємо її, звертаємось за порадами, адже вона завжди говорить дуже мудрі речі, допомагає і у робочих питаннях, і в життєвих ситуаціях».

Працелюбність, сумлінність та досвідченість інженера Войтенко відзначає і заступник начальника управління виробничо-технічної комплектації. Андрій Герун зазначає, у керівництва ніколи не виникало зауважень до роботи пані Лариси. У часи, коли вона відповідала за постачання обладнання, жодних збоїв у її напрямку діяльності не було, як немає і зараз. «Завдяки нинішній роботі Лариси Василівни усі підрозділи Южно-Української АЕС можуть відслідковувати та використовувати продукцію, яка є в наявності на складському господарстві. Це сприяє ефективному використанню запасів, які є на підприємстві і відповідно підвищує рентабельність атомної станції»,- зазначив Андрій Миколайович.

Енергійна, відповідальна, неконфліктна, поміркована, весела, чуйна – це далеко не усі характеристики, якими описують свою колежанку її співробітники. Сама ж Лариса Василівна про себе говорити не любить, усе більше розповідає про колектив. Каже, вона з тих людей, які насправді люблять свою роботу, тим паче, коли працювати доводиться в оточенні чудових колег. Колектив називає своєю другою родиною і зізнається: «Мені завжди щастило на людей. От і зараз в мене просто шикарний колектив і це дуже допомагає у нестандартних ситуаціях. У нас же робота не для тих, хто має слабкі нерви. Після УВТК можна хоч у космос! Я щаслива, що потрапила сюди. Нудно у нас не буває. Тільки й дивишся – понеділок - п'ятниця, понеділок – п'ятниця!».

Нині робота стала складнішою, каже Лариса Василівна. Збільшилися об'єми поставок, з'явилися нові форми роботи, змінилися вимоги до подання звітності. Однак, не зважаючи на зайнятість та втому, додому дружина, матуся та бабуся заходить з посмішкою і так само, як і на роботі дарує рідним турботу та тепло. Ще зовсім трошки особистого часу залишає для себе. У вільні хвилини любить усамітнитися з книгою чи вишиванням, обожнює плести з бісеру. Окрім того, пані Лариса затята театралка і навіть грала в аматорському театрі «Альбатрос». Такий колектив колись існував на базі Палацу культури і встиг поставити чотири спектаклі. Сьогодні ця чарівна та мудра жінка дає пораду усім представницям прекрасної статі: «У нашій повсякденній круговерті не слід забувати про себе. Завжди треба пам'ятати, що лише за умови, коли ти будеш здоровою, веселою та щасливою, щасливими та радісними будуть твої рідні та близькі. Пригнічений стан передається, як вірус, тому завжди тримайте себе в руках, залишайтеся гарною, бадьорою та усміхненою. Красота, як відомо, врятує світ!»

Ірина ПАВЛОВА

СПРАВИ МІСЬКІ

Скандальний конкурс на головного лікаря

На початку березня комісія розглянула документи чотирьох претендентів на посаду головного лікаря комунального некомерційного підприємства «Южноукраїнська міська багатопрофільна лікарня». До участі у конкурсі не були допущені Анатолій Нікітін, очільник місцевого медичного закладу первинної ланки, та Сергій Лупов, головний лікар приватної клініки «Добрий доктор» через невідповідність кваліфікаційним вимогам до директора медичної установи, оскільки згідно з Постановою Кабінету Міністрів стаж роботи на керівних посадах має бути не менше семи років.

Всім вимогам відповідали дві претендентки. Ірина Доценко наразі тимчасово виконує обов'язки керівника міської лікарні. Другий кандидат – Людмила Левченко з Миколаєва. У неї досвід керівної роботи на посадах очільниці відділу управління охорони здоров'я Миколаївської облдержадміністрації та заступника начальника обласного клінічного шпиталю ветеранів війни.

До складу комісії з проведення конкурсу на головного лікаря в рівній кількості входять представники Департаменту соціального захисту та охорони здоров'я, громадської ради, створеної при ньому, і трудового колективу лікарні. 12 березня мала відбутися співбесіда з кандидатками на посаду головного лікаря. Запросили, з правом дорадчого голосу, представника управління охорони здоров'я облдержадміністрації. Але не так сталося, як гадалося.

Претендентка з Миколаєва не приїхала та навіть не повідомила про причини такого вчинку. А от Ірину Доценко одразу спіткала невдача: не готові були технічні засоби для презентації, отже подбати про це їй прийшлося особисто. Далі - більше. Як повідомила голова комісії Олена Філонова, на кандидатку надійшли дві скарги. «У своїй скарзі, - повідомила вона, цитуючи службову записку юристу виконкому, - скаржник вказує на порушення трудових відносин з боку Доценко Ірини Андріївни, а описані ним факти містять відомості про порушення положень антикорупційного законодавства відповідною особою».

На голосування поставили два питання: заслухати конкурсну пропозицію Ірини Доценко або перенести конкурс до закінчення службового розслідування, як рекомендувала юридична служба виконкому. Думки членів комісії розділилися. Закінчилось тим, що присутнім довелося вийти. Після того, як члени комісії визначились з рішенням, присутніх повідомили, що засідання перенесене на 27 березня. До того часу створена саме для цього комісія має встановити, чи підтвердяться факти, викладені у скаргах. Цей термін не виходить за рамки, визначені законом на проведення конкурсу. Проте в Ірини Доценко по відношенню до організаторів конкурсу терпець, схоже, урвався. «Я хочу, щоб публічно почули, яким чином керує нами орган управління. Я завжди казала, що ми наймаємо фахових людей для того, щоб слухати їхню думку, а не прислухатися, що їм вносить у вуха будь-хто, а не фахові люди. І якщо навіть в органі управління нема фахівця з охорони здоров'я, це не означає, що можна повністю нехтувати керівниками, управлінцями, колективом. Ви сьогодні плюнули в обличчя всьому колективу. Я спитала на «п'ятихвилинці» завідуючих, йти сюди чи ні, і вони підписали, я вважаю, що вони висловили велику довіру. Вони мені сказали, що якщо ви не підете, це буде зрада, вони бачать третій місяць, хто виводить з кризи заклад», - сказала вона.

Слід зауважити, що лікарня вже чотири роки – без постійного керівника. Перманентна зміна тимчасово виконуючих обов'язки головного лікаря не йде на користь ні колективу, ні мешканцям міста, які отримують медичні послуги. Лікарню вже 4 роки «штормить». Від того, хто буде її очолювати, залежить якість надання послуг южноукраїнцям на вторинній ланці медицини. Старт другого етапу реформи - вже 1 квітня.

Отже, конкурс на головного лікаря відбувався під пильним оком місцевих депутатів, громадськості, засобів масової інформації, його перебіг фіксували на відеокамеру виконкому. На думку представниці депутатського корпусу Олени Захарової, «конкурсна комісія не дотримувалася «Порядку проведення конкурсу на заміщення вакантної посади директора комунального некомерційного підприємства». Є багато порушень в частині ведення самої комісії, порушення в частині розгляду подачі документів претендентами».

Наразі питання в тому, чи буде кого заслуховувати 27 березня, адже невідомо, чи не проігнорує конкурс знову кандидатка з Миколаєва. Щодо Ірини Доценко, то вона повідомила: з огляду на те, що сталося, буде зважувати, продовжуватиме участь у конкурсі чи ні.

Галина НАЗАРОВА

СПОРТИВНИЙ КАЛЕЙДОСКОП

Плавання

Южноукраїнська плавчиня Поліна Зубрич стала двократною чемпіонкою України. Зимовий чемпіонат України з плавання серед юнаків (2006-2007 р.н.) та дівчат (2006 -2007 р.н.) відбувся у Харкові 6-8 лютого. З цієї нагоди до міста з'їхалося більш як 350 спортсменів з 22 областей України та столиці. До складу команди Миколаївської області, яка брала участь у змаганнях, увійшли 5 представників секції плавання спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС. Южноукраїнська спортсменка – кандидат у майстри спорту з плавання Поліна Зубрич стала двократною чемпіонкою України на дистанції 100 м та 200 м на спині. Вона єдина з обласної команди



піднялася на п'єдестал пошани змагань.

Команда южноукраїнських плавців виборола 75 медалей. 15 лютого у місті Вознесенськ відбувся відкритий чемпіонат Південного регіону з плавання серед юнаків та дівчат. Команда спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС у складі 46 спортсменів виборола загалом 75 медалей, з яких 39 золотих, 23 срібні і 13 бронзових. У березні на юних плавців чекають нові змагання. Вони братимуть участь у 1-му етапі «Ліги плавання України» в Харкові

Художня гімнастика

Южноукраїнські гімнастки привезли 8 медалей з Всеукраїнського турніру. В Одесі 21 лютого відбувся Всеукраїнський турнір з художньої гімнастики «Валентинка». Учасницями змагань стали 200 спортсменок з Одеської, Херсонської та Миколаївської областей, а також республіки Молдова. Вихованки спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС завоювали 8 срібних медалей. Призерками змагань



стали – Анна Самойленко, Валерія Негуренко, Валерія Паламарчук, Уляна Бузницька, Еліна Онопрієнко, Єлизавета Єрмоленко, Вікторія Кравченко, Діана Левченко. Уже в березні дівчата змагатимуться на всеукраїнських турнірах у Миколаєві, Харкові та Києві.

Футбол

Юні южноукраїнці – чемпіони обласного турніру з футзалу. 9 лютого у смт Братське Миколаївської області відбувся обласний турнір з футзалу серед дітей 2011-2012 р.н. Найменші спортсмени секції футболу спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС пройшли змагання без жодної поразки. Вони виграли 3 матчі у однолітків з Первомайська, Вознесенська та господарів турніру, ставши чемпіонами. За рішенням суддівської колегії гравець южноукраїнської команди Олексій Заєц – став «Кращим нападником турніру».



Продовження на сьомій сторінці.



Бокс

Боксер з міста-супутника ЮУАЕС здобув срібло на Міжнародному турнірі. З 12 по 15 лютого у місті Бєльці (Молдова) відбувся IX Міжнародний турнір з боксу «Кубок виклику» серед юнаків. Участь у цих міжнародних змаганнях взяли 90 спортсменів, які представляли команди Молдови, України, Ізраїлю, Румунії, Росії, Кіпру, Ірландії, Італії та Білорусі. Двоє з них – вихованці спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС - повернулись додому не тільки з здобутими медалями, а й з досвідом зустрічей на рингу зі спортсменами інших країн. У ваговій категорії до 40 кг южноукраїнський боксер Богдан Дмитренко здобув срібло, а Андрій Лопатчук посів 3 місце серед боксерів у ваговій категорії до 69 кг.

Южноукраїнський боксер став бронзовим призером міжнародного турніру серед молоді на призи абсолютного чемпіона СРСР, Олексія Юкова. Змагання проходили з 16 по 22 лютого у білоруському місті Гомель. Вихованець спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС Данило Лозан здобув бронзу у ваговій категорії до 64 кг. Попереду у спортсменів виступи на зональному чемпіонаті України в Одесі.



Греко-римська боротьба

Спортивна скарбничка юних борців греко-римського стилю поповнилася у лютому на 16 медалей, з яких 4 золотих, 6 срібних та 6 бронзових. Протягом місяця спортсмени спорткомплексу «Олімп» ВП ЮУАЕС брали участь у трьох турнірах, які відбулися в Києві, Одесі та Миколаєві.

Міжнародний турнір, що пройшов 8-10 лютого у столиці, був присвячений пам'яті воїнів, які загинули під час АТО та ООС. На борцівському килимі змагалося більше 650 учасників з України, Італії, Азербайджану, Вірменії, Литви, Молдови, Білорусії, Латвії, Казахстану та Угорщини. Перемогу у своїх вагових категоріях святкували южноукраїнці Владислав Величко (до 33 кг) та Кирило Клопов (до 24 кг).



Наступним стартом для атлетів різних вікових категорій став Всеукраїнський турнір, присвячений пам'яті Заслуженого тренера України К. К. Пульчо. Змагання проходили в Одесі з 15 по 16 лютого. Участь у турнірі взяли понад 900 спортсменів з 7 країн світу. Южноукраїнські борці здобули 7 медалей: 2 золоті, 3 срібні і 2 бронзові.

Не менш багатим на нагороди для команди став і Всеукраїнський турнір, який відбувся 22 лютого у Миколаєві – 3 срібні та 4 бронзові медалі.

У квітні молодші юнаки-борці братимуть участь в Чемпіонаті України, який відбудеться у Києві.

К. СПАНЧАК, зав. ВРДтаЮС ККСС «Олімп»

СЛОВО МЕДИКАМ

Коронавірус: шляхи передачі та варіанти захисту

Наразі відомо, що новий коронавірус передається краплинним і контактним шляхами.

Переважає **контактний шлях**, коли вірус потрапляє на слизові оболонки носа, очей, через руки або інші предмети (хустинку, рукавиці) після торкання об'єктів (дверних ручок, поручнів), що забруднені виділеннями з дихальних шляхів хворого чи інфікованого.

Краплинним шляхом вірус передається від людини до людини під час кашлю або чхання в тісному контакті, коли утворюються краплі діаметром понад 5 мкм. Коронавіруси не здатні зберігати заразність під час передавання на далекі відстані. Тому тісним контактом вважають відстань менше 1 м, хоча деякі науковці допускають можливість передавання (за певних умов) до 2 м.

Отже, **як пересічним громадянам запобігти інфікуванню новим коронавірусом**? Стандартні заході безпеки включають гігієну рук, етикет кашлю та респіраторну гігієну.

1. Не торкайтеся поверхонь, яких торкалася інфікована людина, або які є потенційно забрудненими.

2. Ретельно та часто мийте руки з милом або обробляйте їх антисептиком. Це обов'язкова процедура, якщо руки забруднені, після приходу з вулиці, перед прийомом їжі, після відвідування туалету.

Миття рук з милом:

- тривалість процедури - 20–40 с;

- вода має бути теплою (комфортної температури), а не холодною чи гарячою.

Обробка рук спиртовмісним антисептиком:

- спиртовмісний антисептик для рук - розчин із вмістом спирту 60–80% або з 2% хлоргексидином (інші засоби, що реалізують як «антисептик для рук», наприклад, настій ромашки або розчини з 40% вмістом спирту, не є такими);

- антисептик має покривати всю поверхню шкіри рук (у середньому на одну обробку слід використовувати 3 мл розчину, а це 24–27 натисків кишеньковим диспенсером, тому рекомендовано його просто наливати в долоню);

- тривалість обробки - близько 30 с;

- особливу увагу приділіть нігтям (там накопичується найбільше бруду);

- обов'язкова процедура в разі будь-яких контактів з потенційно забрудненими об'єктами;

- у разі частого користування антисептиком застосовуйте крем для рук, щоб уникнути підсушування та утворення тріщин шкіри.

3. Уникайте скупчення людей. Дотримуйтесь дистанції в громадських місцях, тримайтеся від людей на відстані як мінімум 1 метра, особливо, якщо в них кашель, нежить і підвищена температура.

4. Якщо ви захворіли, залишайтесь вдома та зверніться до лікаря.

5. Використовуйте захисну маску:

- обов'язково - якщо захворіли та маєте респіраторні симптоми (кашель, нежить);

- якщо перебуваєте в місцях великого скупчення людей - з метою додаткового захисту.

Використовуйте маску правильно:

- вона має покривати ніс і рот;

- вона має щільно прилягати, без відступів по краях;

- міняйте маску, щойно вона стала вологою, або кожні чотири години;

- не чіпайте зовнішню частину маски руками, а якщо доторкнулися, помийте руки з милом чи обробіть спиртовмісним антисептиком;

- не використовуйте маску повторно.

6. Дотримуйтесь етикету кашлю. Прикривайте ніс і рот під час кашлю, чхання серветкою або зігнутим ліктем під час перебування в оточенні інших людей. Ні в якому разі не прикривайте рот і ніс долонею без хустки, інакше ваші руки перетворяться на біологічну зброю.

Якщо протягом 14 днів до настання симптомів людина здійснювала поїздки або тісно контактувала з особою, яка здійснювала поїздки за кордон, про це слід негайно повідомити медичного фахівця. А більш правильним буде тимчасово утриматися від подорожей.

Відділ охорони здоров'я ВП ЮУАЕС

Енергетик
Адреса: 55000 Миколаївська обл., м.Южноукраїнськ, бул. Шевченка, 8а, ІЦ "Імпульс", 2 поверх
Тел.: (05136) 4-63-91
Тел.: (05136) 5-94-00
E-mail: smi@sunpp.atom.gov.ua
Читайте нас на www.sunpp.mk.ua
Відповідальна за випуск Бондаренко О.О.
Наклад 2000 примірників
Виготовлено в друкарні ВП ЮУАЕС
Розповсюджується безкоштовно