

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИГИЕНА И САНИТАРИЯ

Учебно-методический центр ОСТО «Экспресс»

Проводники, включенные в рейс в составе поездной бригады

- не должны иметь нарушений в состоянии здоровья,
- обязаны иметь личные медицинские книжки и отметки в них о прохождении обязательных при поступлении на работу и периодических медицинских осмотров и сдаче зачета по программе гигиенической подготовки.

ОБЯЗАННОСТИ, ЛИЧНАЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПРОВОДНИКА

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ПРОВОДНИКА

- Перед рейсом, в пункте формирования и пункте оборота принять душ, сменить белье.
- В пути следования необходимо иметь предметы личной гигиены — мыло, зубную щетку, щетку для мытья рук, одеколон, мочалку, гребенку.
- В рейсе каждый проводник должен быть обеспечен индивидуальным комплектом постельного белья.
- Проводник должен следить за чистотой рук. Необходимо коротко стричь ногти и мыть горячей водой с мылом и щеткой подногтевые пространства. Следует тщательно мыть руки перед приготовлением и раздачей чайной продукции. Необходимо своевременно обрабатывать настойкой йода ссадины, трещины, царапины кожи рук.

ПРАВИЛА СОДЕРЖАНИЯ ОДЕЖДЫ ПРОВОДНИКА

- **Форменная одежда** должна быть чистой и выглаженной, храниться вместе с личными вещами в купе, выделенном для отдыха проводников.
- **Санитарная одежда** (белая куртка и головной убор (желательно шапочка) надеваются во время приготовления и раздачи чая или кофе и кондитерских изделий. Она должна быть чистой, храниться в специально отведенном месте, отдельно от личной одежды.
- **Специальная одежда** - два халата (один для уборки салона, другой для уборки туалетов, хранящиеся отдельно друг от друга), брезентовые и резиновые перчатки. Одевается при уборке вагонных помещений и хранится в специально отведенном месте.

Соблюдение мер профессиональной гигиены позволит ослабить воздействие таких неблагоприятных факторов:

- шум,
- вибрация,
- влияние резких перепадов температуры и атмосферного давления при смене климатических зон,
- значительные физические усилия при переноске тяжестей.

- Во избежание простуды необходимо брать в рейс одежду, соответствующую сезону и климату, избегать сквозняков и резкого охлаждения.
- Для предупреждения недостатка кислорода необходимо следить за исправной работой систем вентиляции и кондиционирования, обеспечивающих воздухообмен.
- Питание проводников в пути следования должно осуществляться с 4-5 часовыми промежутками. За обедом обязательно необходимо съесть первое блюдо. Лучше, если питание проводников организовано в вагоне-ресторане по льготным тарифам.

САНИТАРНЫЕ ПРАВИЛА ДЛЯ ПАССАЖИРОВ

ПРОВОДНИК ВПРАВЕ

ТРЕБОВАТЬ ОТ ПАССАЖИРОВ:

- соблюдения чистоты в вагоне, при пользовании туалетом;
- не выбрасывать мусор из окон вагонов, а пользоваться мусоросборником.

ПАССАЖИРАМ НЕЛЬЗЯ!

- Пользоваться постельными принадлежностями (матрац, подушка, одеяло) без постельного белья.
 - Пользоваться туалетами На стоянках, при проходе крупных железнодорожных станций, санаторно-курортных и пригородных зон, тоннелей, мостов.

**ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К
ЭКИПИРОВКЕ ПАССАЖИРСКИХ
ВАГОНОВ И УСЛУГАМ,
ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫМ
ОРГАНИЗОВАННЫМ ДЕТСКИМ
ГРУППАМ**

ТРЕБОВАНИЯ К ПАССАЖИРСКИМ ВАГОНАМ

- Вагоны должны быть с минимальными сроками службы и техническим состоянием, соответствующим санитарным правилам по организации пассажирских перевозок на железнодорожном транспорте.
- Вагоны должны быть обеспечены доброкачественной питьевой водой в соответствии с санитарными требованиями.
- Пассажирские составы, осуществляющие перевозки детских организованных коллективов, должны быть обеспечены средствами для оказания медицинской помощи в пути следования.

ПРИ ПЕРЕВОЗКЕ ДЕТСКИХ ОРГАНИЗОВАННЫХ ГРУПП ПРОВОДНИКИ СОВМЕСТНО С СОПРОВОЖДАЮЩИМИ

- оказывают помощь в размещении детей на местах проезда;
- осуществляют выдачу постельного белья и постельных принадлежностей;
- производят по необходимости замену мест;
- обеспечивают питьевой водой, чаем не менее 3 раз в сутки;
- организуют специальные купе для детей-инвалидов.

САНИТАРНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЭКИПИРОВКЕ ПАССАЖИРСКИХ ВАГОНОВ

**Вагоны пассажирских поездов,
отправляемых в рейс, должны быть
подготовлены в соответствии с
«Санитарными правилами по
организации пассажирских
перевозок на
железнодорожном
транспорте».**

ПОДГОТОВКА И ЭКИПИРОВКА ПАССАЖИРСКИХ ВАГОНОВ В РЕЙС ВКЛЮЧАЕТ

- наружную обмывку вагонов;
- дезинфекционную обработку вагонов;
- ремонт внутривагонного оборудования;
- смену фильтров принудительной вентиляции;
- уборку внутренних помещений вагонов;
- снабжение вагонов предметами съемного оборудования;
- снабжение вагонов продукцией чайной торговли;
- заправку водой и топливом;
- подзарядку электробатарей.

ПЕРЕЧЕНЬ ПОСТЕЛЬНЫХ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ И ПОСТЕЛЬНОГО БЕЛЬЯ

ПОСТЕЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (НА ОДНО МЕСТО)	ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЁ (В ОДНОМ КОМПЛЕКТЕ)
матрац с чехлом	две простыни или простыня и пододеяльник
Подушка с корсажем	наволочка
одеяло пикейное летнее или зимнее шерстяное	полотенце

- Белье выдается пассажиру запаянным в полиэтиленовые пакеты или в опломбированном и прошитом виде, чтобы исключить возможность выдачи белья, бывшего в употреблении. Белье в комплектах должно быть чистое, сухое, проглаженное. Комплекты чистого белья должны доставляться к вагону в чистых бельевых мешках.
- Категорически запрещается совместное хранение чистого и использованного постельного белья.
- Уборка использованного постельного белья, а также уборка спального места пассажира осуществляются проводником после выхода пассажира на станции прибытия, либо по просьбе пассажира, либо в присутствии пассажира с его согласия.



САНИТРАНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К СИСТЕМЕ ВОДОСНАБЖЕНИЯ И ТЕМПЕРАТУРНОМУ РЕЖИМУ

- На каждого пассажира должно приходиться не менее 20 литров воды.
- Температурный режим в вагоне поезда соблюдается в течение всего пути следования. В зимнее и переходное время года температура воздуха в вагоне должна быть от 20 до 24^oC, а в туалетах – не ниже 16^oC, в летнее время – 22-26^oC.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТЬЕВОГО ВОДОСНАБЖЕНИЯ

- В пути следования пассажиры должны обеспечиваться охлажденной кипяченой либо бутилированной водой.
- **Запрещается** в месте водоразбора ставить стакан общего пользования.
- Обеспечение пассажиров чаем в пути следования осуществляется **не менее 3 раз в день**.
- Проводник одевает специально предназначенную для этих целей куртку или передник. Места приготовления и раздачи чая следует содержать в чистоте. Кипятильник и его поддон, посудомоечная раковина, столик регулярно промываются. Столик перед раздачей чая застилается салфеткой.

ПРАВИЛА МЫТЬЯ ЧАЙНОЙ ПОСУДЫ

- Чайную посуду и приборы следует мыть горячей проточной водой с применением, допущенных для этих целей, моющих средств.
- **Посудомоечная раковина должна постоянно содержаться в чистоте.** Перед мытьем посуды раковину необходимо вымыть с применением моющих средств, обдать кипятком и только потом приготовить моющий раствор для мытья чайной посуды.
- Чисто вымытая посуда подсушивается на подносах, решетках или ставится на чистое полотенце. Протирать посуду допускается (разрешается) только специально выделенным чистым сухим полотенцем.



**ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ
ОБРАБОТКА
ПАСАЖИРСКИХ ВАГОНОВ**

ВИДЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ОБРАБОТОК

ДЕЗИНФЕКЦИЯ	ДЕЗИНСЕКЦИЯ	ДЕРАТИЗАЦИЯ
уничтожение микробов	уничтожение насекомых и их личинок	уничтожение грызунов
обработка туалетов, мусоросборников в пункте формирования и оборота	не реже одного раза в месяц	проводится по заявке ЛНП

Примечание: Павшего грызуна руками не трогать, его следует накрыть плотной бумагой и, касаясь только наружной поверхности бумаги, хорошо завернуть в несколько слоев до прихода дежурного СКП в место, недоступное для пассажиров

В случае появления в вагоне насекомых, грызунов и об инфекционном заболевании проводник должен немедленно сообщить ЛНП.

ВИДЫ И СРОКИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ОБРАБОТКИ ПОСТЕЛЬНЫХ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ И МЯГКОГО ИНВЕНТАРЯ

НАИМЕНОВАНИЕ	ВИД ОБРАБОТКИ	СРОКИ ОБРАБОТКИ
Матрацы, подушки и зимние одеяла	обеспыливание и камерная обработка	не реже 4 раз в год (1 раз в квартал)
Летние одеяла	стирка и химическая чистка	не реже 1 раза в месяц, зимние одеяла - не реже 2 раз в год до и после зимнего периода эксплуатации
Чехлы на матрацы и подушки	стирка по мере загрязнения	не реже 1 раза в месяц
Настольные салфетки	стирка по мере загрязнения	после каждого рейса
Занавески	стирка по мере загрязнения	не реже 1 раза в неделю
Шторы	стирка по мере загрязнения	не реже 1 раза в месяц

ПРАВИЛА УБОРКИ ПАССАЖИРСКИХ ВАГОНОВ

- В пункте формирования и оборота уборка проводится после проведения дезинфекционной обработки и выполнения внутренних ремонтных работ.
- После дератизации ремонт и уборка внутри вагонов может начинаться не ранее чем через **6 – 8 часов**;
- после дезинсекции – не ранее, чем через **2 часа**;
- после дезинфекции - через **30 минут**.
- Уборка вагона производится проводником только в **спецодежде** (халат, резиновые перчатки).

- В вагоне должен быть комплект **уборочного инвентаря** (пылесос, веник, совок, отдельные маркированные ведра и ветошь для уборки в пути следования и в пункте оборота полов вагонов, туалетов, внутреннего оборудования, ерши для мытья унитазов, обтирочный материал), с отведением места для его хранения.
- Ведра должны иметь соответствующую маркировку - «для пола», «для туалетов», «для полок», «для мусора». Ведро для полок может использоваться и для мытья стен.
- Уборочный инвентарь и ветошь после уборки обеззараживаются соответствующим дезсредством с последующим ополаскиванием и просушиванием.

ВИДЫ УБОРКИ И ПЕРИОДИЧНОСТЬ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ

ВИД УБОРКИ	ПЕРИОДИЧНОСТЬ
Сухая уборка	по мере необходимости, но не реже двух раз в сутки , с обязательным использованием пылесоса.
Влажная уборка	по мере необходимости, но не реже одного раза в 12 часов .
Уборка туалетов	по мере необходимости, но не реже одного раза в 6 часов с обязательным мытьем полов и стен на высоту 1,5 метра.
Проверка чистоты туалетов и наличия гигиенических средств	один раз в час.
Протирание поручней	на каждом остановочном пункте до выхода (посадки) пассажиров.

СБОР И УДАЛЕНИЕ МУСОРА

- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** выбрасывать мусор на пути, междупутья и другие места, не предназначенные для этих целей.
- Сбор мусора в вагоне должен производиться в специальную емкость «для мусора» или специальные полиэтиленовые мешки.
- Накапливаемый в пути следования мусор должен удаляться из вагонов в мусоросборники на станциях, список которых определён служебным расписанием движения пассажирских поездов. После удаления мусора ёмкость (ведро) для сбора мусора должна быть продезинфицирована и промыта водой.



МОЮЩЕ- ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА

- Для проведения профилактической дезинфекции в пассажирских вагонах необходимо использовать только те дезинфицирующие средства, которые разрешены для применения на объектах железнодорожного транспорта.
- Получение запасов дезинфицирующих средств производится в пунктах формирования поезда.
- При получении дезинфицирующих средств к ним необходимо получить «Методические указания по применению данных дезинфицирующих средств».
- Перед проведением дезинфекции в вагоне следует тщательно ознакомиться с порядком приготовления «рабочего раствора» дезинфицирующего средства и приготовить его в соответствии с требованиями методических указаний.

АПТЕЧКИ И УКЛАДКИ

КАЖДЫЙ ПАССАЖИРСКИЙ СОСТАВ ДОЛЖЕН БЫТЬ УКОМПЛЕКТОВАН:

1. Двумя аптечками для оказания медицинской помощи:

- *аварийной аптечкой* (хранится в опечатанном виде, используется в случае аварии или других чрезвычайных обстоятельствах);
- *аптечкой текущей потребности.*

2. Эпидукладкой (ведро под рвотные массы, ведро для фекальных масс, дезинфицирующее средство, перчатки, халат, ветошь, тетрадь) на случай выявления в пути следования больного, подозрительного на заболевание **особо опасной инфекцией**.

- Эпидукладка в обязательном порядке комплектуется маркированными емкостями для сбора естественных выделений больного (эмалированные ведра «для рвотных масс», «для фекальных масс», стеклянная банка с притертой крышкой «для мокроты»), дезинфицирующими средствами, разрешенными к применению и имеющими соответствующий спектр действия, а также ветошью для проведения уборки.

3. Противопедикулезной укладкой (мешок – краб, дезинфицирующее средство, халат, перчатки, косынка, респиратор).

4. Укладка при обнаружении крови в вагоне

(Укладками *по атипичной пневмонии* составы внутригосударственного сообщения экипируются в случае осложнения эпидемической ситуации по этой инфекции.)



ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ И ПАРАЗИТНЫХ БОЛЕЗНЕЙ ЧЕЛОВЕКА

- **Инфекционные и паразитарные заболевания** — это заболевания, которые передаются микроорганизмами от больного человека или носителя здоровому, или от больного животного человеку через различные факторы.
- Эти болезни, характеризуются присутствием, размножением и жизнедеятельностью в организме живых возбудителей — бактерий, микроскопических грибов, вирусов, паразитических простейших, глистов.

ПУТИ ПРОНИКНОВЕНИЯ ВОЗБУДИТЕЛЕЙ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

- **через рот** (кишечные инфекции),
- **через дыхательные пути** (инфекции с преимущественным поражением органов дыхания),
- **через кожу и слизистые оболочки** (инфекции наружных покровов),
- **через кровь** при укусах кровососущих насекомых и клещей (трансмиссивные или кровяные инфекции).

● К группе опасных для человека относят микробы, вызывающие порчу пищевых продуктов, болезни у людей, животных и растений. Микробы, вызывающие инфекционные заболевания называются **болезнетворными** или **патогенными**.

● Результатом попадания возбудителей инфекции в организм человека могут быть заболевания туберкулезом, чумой, сыпным тифом, дизентерией, брюшным тифом, паратифами, холерой, и др.

КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

- СИМПТОМЫ: интоксикация, расстройство функции кишечника, понос и поражения печени.
- К кишечным инфекциям относятся:
 - дизентерия,
 - сальмонеллез,
 - брюшной тиф,
 - паратифы,
 - эшерихиоз,
 - кишечный иерсиниоз,
 - вирусные гепатиты А и Е,
 - ротавирусный гастроэнтерит,
 - кампило-бактериоз,
 - лямблиоз и др.

ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

Пищевые отравления - острые заболевания, связанные с употреблением пищи, содержащей микробы, или токсичные вещества микробной и немикробной природы.

В связи с причинным фактором, вызвавшим заболевание, различают пищевые отравления микробной и немикробной природы, а также отравления с не установленной причиной.

ГЕЛЬМИНТОЗЫ

- *Гельминтозы – заболевания, которые вызываются паразитическими червями – глистами.*
- Они выделяют токсические продукты своего обмена, вызывая токсикозы, головную боль, аллергические состояния, иногда весьма тяжелые. Часто они механически воздействуют на ткани и серьезно нарушают функции органов.
- Выделяют следующие заболевания: *аскаридоз, трихоцефалез, энтеробиоз, гименолепидоз, трихостронгилоидоз, тениаринхоз, трихинеллез, эхинококкоз, описторхоз, дифиллоботриоз, фасциолез.*

ЗАБОЛЕВАНИЯ С ПОРАЖЕНИЕМ ЛЕГКИХ И ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ (воздушно-капельные инфекции)

- К воздушно-капельным инфекциям относится большинство детских инфекций (корь, коклюш, ветряная оспа, скарлатина, менингококковая инфекция и т.д.), а также грипп, ОРЗ, туберкулез, дифтерия.
 - *Малоизученные вирусные инфекции, передающиеся воздушно-капельным путем:*
Атипичная пневмония, птичий грипп.

БОЛЕЗНИ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВОМ ПУТЕМ

Наиболее распространенными венерическими болезнями являются:

- сифилис;
- гонорея;
- мочеполовой трихомониаз;
- СПИД;
- вирусные гепатиты В и С.

КРОВЯНЫЕ (трансмиссивные) ИНФЕКЦИИ

Эта группа представлена широким спектром заболеваний. Для поездных бригад необходимо иметь представление:

- о сыпном тифе (передается через укусы вшей) и
- геморрагических лихорадках (передается от мышевидных грызунов, или через укусы клещей).

ОСОБО ОПАСНЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

На территории Российской Федерации наиболее вероятными могут быть эпидемические проявления чумы, холеры, малярии. Однако не исключена возможность завоза геморрагических лихорадок.

**Мероприятия при
выявлении в поезде
дальнего следования
больного инфекционным
заболеванием**

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ БОЛЬНОГО С СИМПТОМАМИ ОСТРОГО ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ ИЛИ ПИЩЕВОГО ОТРАВЛЕНИЯ

- немедленно сообщить ЛНП и попросить укладку при выявлении больного с подозрением на кишечную инфекцию;
- надеть халат, перчатки из укладки;
- поставить больному в купе два ведра из укладки и чайник с кипяченой водой;
- перекрыть туалет, которым пользовался больной;
- перекрыть переходы из вагона в вагон, где находится больной;

- пассажиров, проезжающих в одном купе с больным, перевести в соседнее купе, а пассажиров из соседнего купе разместить по салону;
- приготовить дезинфицирующий раствор;
- если это открытый вагон, то занавесить вход в купе больного простыней, смоченной в дез. растворе;
- постелить смоченную в дез. растворе ветошь в рабочем тамбуре перед входом в салон вагона, а также перед купе больного;
- произвести дезинфекцию вагона дез. Раствором;
- обработать туалеты дез. раствором и в течение 30 минут не пользоваться ими;

- произвести обработку купе больного, после того как с поезда его снимет медперсонал;
- посадка в данный вагон не производится, а при высадке пассажиров записывать их паспортные данные, откуда и куда они едут, адрес в тетрадь, которую потом передать медперсоналу (посадка не производится до тех пор, пока больной находится в вагоне).

ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ БОЛЬНОГО С КАРАНТИННОЙ ИНФЕКЦИЕЙ (холера, чума, натуральная оспа)

- **Действия проводника те же самые, что и при выявлении больного с кишечной инфекцией.**
- **Данный вагон отцепляется от состава и все пассажиры, проезжающие в нем, проходят мед. обследование.**
- **Текущей дезинфекции в вагоне подвергаются выделения больного, остатки пищи; посуда погружается в дезинфицирующий раствор на 30 минут, после чего ополаскивается водой. Посуда дезинфицируется после каждого применения.**
- **Дез. раствором промываются туалеты, купе больного, коридор, другие купе, тамбура, ковровые дорожки, все горизонтальные и вертикальные поверхности.**

ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ БОЛЬНОГО С ПЕДИКУЛЕЗОМ

- Немедленно сообщить ЛНП и попросить укладку против педикулеза;
- надеть халат, перчатки, косынку, респиратор, которые находятся в укладке;
- перекрыть переходы из вагона в вагон, где находится больной;
- после того как больного снимет с поезда медперсонал, сложить в мешок – краб матрасы, подушки, одеяла, постельные принадлежности из этого купе. Послойно пересыпать дезинфицирующим средством. Мешок – краб пломбируется ЛНП и оставляется в данном купе.
- Посадка в это купе не производится.

ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ КРОВИ В ВАГОНЕ

- немедленно сообщить ЛНП и попросить укладку против обнаружения крови в вагоне;
- надеть халат, перчатки, которые находятся в упаковке;
- оказать первую медицинскую помощь пострадавшему с применением кровоостанавливающих средств;
- смыть кровь дезинфицирующим средством;
- обработать руки дезинфицирующим средством.

О заболевании или несчастном случае с пассажиром проводник обязан сообщить ЛНП.

ЛНП сообщает в ближайший медпункт о необходимости вызова к поезду медработника.