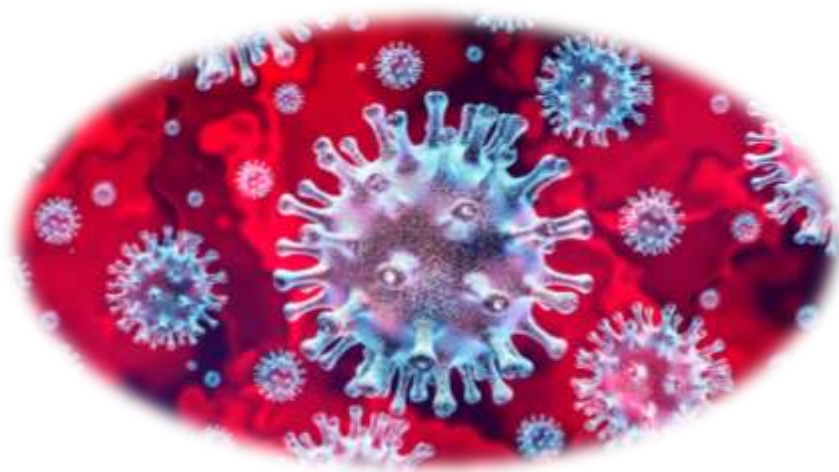


**ТАМБОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КОЛЛЕДЖ ТОРГОВЛИ, ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ И  
СЕРВИСА»**

**Классный час  
«Будьте осторожны!!!»**



**Тамбов 2020**

### ***Цель:***

- Повышение уровня информированности студентов» и изучение данных по заболеванию новой коронавирусной инфекции COVID-19. Формирование у представления о здоровом образе жизни.

### ***Задачи:***

1. Проинформировать и ознакомить студентов с ситуацией в мире и в нашей стране по заболеванию и профилактике заражения коронавирусом.
2. Дать достоверную информацию о возможности заражения, обследования и предотвращения инфицирования.

### ***План проведения классного часа:***

1. Вступительное слово
2. Информационный блок
3. Дебаты по теме
4. Заключительное слово
5. Подведение итогов

Добрый день ребята, сегодня наш классный час будет посвящен Коронавирусу, сегодня мы познакомимся с ним, узнаем какие симптомы у заболевания, как передается коронавирус, как защитить себя от заражения?

Как известно, впервые вирус был обнаружен в городе Ухань. Откуда пошло распространение по всему миру.

На данный момент в мире зафиксировано **1 936 482** случаев заражения коронавирусом Covid-19. Общее число смертей от коронавирусной инфекции в мире составляет **120 432** человек. Выздоровевших **457 895** человек.

COVID-19 – инфекционное заболевание, вызванное новым видом коронавирусов, которым человек предположительно заразился от животных. Точный источник заражения пока не установлен.

### ***Насколько опасен COVID-19?***

Как правило, коронавирусная инфекция COVID-19 протекает в легкой форме, особенно у детей и здоровых молодых людей. Тем не менее существует тяжелая форма инфекции: примерно в одном из пяти случаев заболевшим необходима госпитализация. Поэтому беспокойство за себя и близких оправдано.

Поэтому очень важно при возможности соблюдать карантинные меры, чтобы сдержать распространение инфекции и предотвратить неконтролируемое ее распространение.

***Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?***

Чувство усталости  
Затруднённое дыхание  
Высокая температура  
Кашель и / или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует относиться максимально внимательно.

### ***Как передаётся коронавирус?***

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз. Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

### ***Влияние на организм.***

Поскольку пневмония – это респираторное заболевание, свой путь коронавирус начинает и заканчивает в легких. Специфических симптомов нет. Действие COVID-19 напоминает обычную простуду: появляется недомогание и озноб, незначительное повышение температуры тела и кашель. Примечательно то, что 82% заразившихся людей имеют легкие симптомы коронавируса в то время, как остальные находятся в тяжелом состоянии.

В первые дни после заражения вирус быстро проникает в клетки легких, которые бывают двух типов: продуцирующие слизь и имеющие реснички. Бокаловидные клетки, которые вырабатывают слизь, защищают легкие от инородных тел и патогенных микроорганизмов. Реснитчатый эпителий, в свою очередь, способствует очищению дыхательных органов от непрошенных «гостей».

Так вот коронавирус поражает именно реснитчатые клетки, не давая им очищать легкие от патогенов. В это же время активизируется иммунная

система, которая старается ликвидировать вирус. Вот так и возникает пневмония.

Хуже всего то, что реакция иммунитета на возбудитель может быть очень сильной. Тогда начинается разрушение даже здоровых органов и тканей. На этом этапе разрушения ущерб, нанесенный легким, может привести к необратимым последствиям. Больным нередко требуется искусственная вентиляция легких.

### ***Как защитить себя от заражения коронавирусом?***

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Всегда мойте руки перед едой.

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, в общественном транспорте. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.

Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.

Регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники, экран смартфона, пульта, дверные ручки).

### ***Как правильно носить медицинскую маску?***

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.

2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.

3. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.

4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

***Можно ли вылечить новый коронавирус?***

Да, разумеется. Однако не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса - так же, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные заболевания.

Вирусную пневмонию, основное и самое опасное осложнение коронавирусной инфекции, нельзя лечить антибиотиками. В случае развития пневмонии - лечение направлено на поддержание функции лёгких.

***Как определить у себя наличие коронавируса?***

Своевременная диагностика является одним из важнейших мероприятий при возникновении угрозы появления и распространения нового коронавируса на территории России. Научными организациями Роспотребнадзора менее чем за 7 дней с момента появления информации о структуре генов нового коронавируса разработаны два варианта диагностических наборов для определения присутствия вируса в организме человека. Наборы основаны на молекулярно-генетическом методе исследования, так называемой полимеразной цепной реакции (ПЦР). Использование этого метода дает тест-системам значительные преимущества. Первое это высокая чувствительность – с использованием разработанных тест-систем возможно обнаруживать единичные копии вирусов. Второе — для диагностирования заболевания нет необходимости отбирать кровь, достаточно отобрать ватным тампоном образец из носоглотки. Третье — результат анализа можно получить уже через 2-4 часа. Диагностические лаборатории Роспотребнадзора по всей России обладают необходимым оборудованием и специалистами для использования разработанных средств диагностики.

Исходя из всего выше сказанного, следует: соблюдать все меры предосторожности, следовать всем рекомендациям, соблюдать самоизоляцию.

***Спасибо за внимание.***

***Берегите себя и своих близких. Всем здоровья!***