



Рекомендации по пребыванию в гостиничных помещениях во время COVID-19

16 сентября 2020 г.

Приведенное ниже руководство было разработано Управлением Здравоохранения Сан-Франциско (San Francisco Department of Public Health) для местных служб и будет опубликовано на веб-сайте: <http://www.sfdph.org>. Содержание данных рекомендаций может меняться по мере обновления информации.

Обратите внимание: путешествия увеличивают вероятность заражения и распространения COVID-19. Остаться дома — лучший способ защитить себя и других от COVID-19. Вы можете заразиться COVID-19 во время путешествий. Вы можете чувствовать себя хорошо и не иметь никаких симптомов, но тем не менее, вы можете передавать COVID-19 другим. Вы и ваши попутчики (включая детей) можете передавать COVID-19 другим людям, включая вашу семью, друзей и сообщество, в течение 14 дней после того, как вы вступили в контакт с вирусом.

Не путешествуйте, если вы больны или если в течение последних 14 дней у вас был контакт с кем-либо с COVID-19. Не путешествуйте с больным человеком.

Информация о COVID-19

Как распространяется COVID-19?

Вирус, вызывающий COVID-19, передается от человека к человеку, в основном, через респираторные капли, образующиеся, когда инфицированный человек кашляет, чихает или разговаривает. Эти капли могут попасть в рот или нос людей, находящихся поблизости, или, возможно, при вдыхании проникнуть в легкие. Распространение более вероятно, когда люди находятся в тесном контакте друг с другом (в пределах 6 футов).

Чем теснее человек взаимодействует с другими людьми и чем дольше это взаимодействие, тем выше риск распространения COVID-19. Кроме того, не исключено, что человек может заразиться COVID-19, прикоснувшись к поверхности или предмету, на котором есть вирус, а затем прикоснувшись к своему рту, носу или, возможно, глазам.

Профилактика COVID-19

- **Часто мойте руки водой с мылом.** Если мыло и вода недоступны, используйте дезинфицирующее средство для рук, содержащее не менее 60% спирта.
- **Соблюдайте социальную дистанцию и избегайте тесных контактов.** Самое важное — соблюдайте социальную дистанцию 6 футов между собой и людьми, которые не живут в вашем семействе.
- **Носите лицевую повязку.** Прикрывайте рот и нос маской в общественных местах и рядом с людьми, которые не живут в вашем семействе.
- Регулярно **очищайте и дезинфицируйте** все поверхности, к которым часто прикасаются.
- **Ежедневно следите за своим здоровьем.** Обращайте внимание на такие симптомы, как жар, кашель, одышка или другие симптомы. Обратитесь к врачу или [пройдите тестирование](#), если



у вас появятся симптомы.

- Вакцины от гриппа играют ключевую роль в борьбе против COVID-19 путем (1) поощрения здорового состояния работников и общества а также (2) снижения нагрузки на систему здравоохранения и тестирования, которые несут ответственность за н COVID-19. **Детям старше 6 месяцев настоятельно рекомендована прививка от гриппа.**

Руководство для всех постояльцев объектов размещения

Перед вашим пребыванием

- Изучите возможности вашего гостиничного объекта на предмет удаленной регистрации, мобильного ключа от номера и способов бесконтактной оплаты, которые позволят свести к минимуму ваши контакты с другими людьми.
- Убедитесь, что вы взяли все необходимое, включая лекарства, салфетки, дезинфицирующие салфетки и другое.
- Подумайте о том, чтобы принести свои собственные вещи не первой необходимости, включая ручки, бумагу, напитки и другое.
- Ознакомьтесь со всеми правилами относительно COVID-19, которые выполняются в объекте вашего размещения. Возможно, в вашей гостинице изменились правила оказания услуг для проживающих-и, возможно, из вашего номера были удалены предметы, к которым часто прикасаются, например, пульт от телевизора. Многие удобства, такие как прием пищи внутри помещения в, плавание в закрытом бассейне или возможность самостоятельно сделать кофе, будут недоступны.

Во время пребывания

- Соблюдайте все предписания. В гостиничном объекте вашего размещения могут быть разметки на этажах, чтобы помочь вам соблюдать социальную дистанцию, некоторые коридоры могут быть помечены для движения в одну сторону, а лифты будут иметь ограничения по количеству пассажиров.
- Никаких посетителей. Поскольку риск заражения повышается, когда члены разных семейств проживают в одном помещении, вам настоятельно рекомендуется оставаться в своём номере-или других помещениях только с членами вашей семьи. По тем же причинам вы не должны использовать свои помещения для развлечения посетителей, которые не являются членами вашей семьи.
- Предпочитайте пользоваться лестницей. В противном случае испльзуете лифт, но только тогда, если вы сможете ехать в одиночку или сугубо с членами вашего семейства.
- Сведите к минимуму , насколько это возможно, использование мест, которые могут привести к тесному контакту с другими людьми, , например, внутренние дворики, открытые бассейны, открытые джакузи и салоны.
- Запросите бесконтактную доставку для любого обслуживания номеров. Если вы просите принести предметы в вашу комнату, попросите оставить их у двери, чтобы не подвергать вас воздействию других людей за пределами вашего помещения.
- Сведите к минимуму прикосновения к тем поверхностям , в вашем номере, которые



трудно чистить, например, внутри холодильника, мягкой мебели и т.д.

- Если вы проживаете с детьми, убедитесь, что ваши дети находятся рядом с вами и избегают прикосновений с другими людьми или любыми предметами, которые им не принадлежат. В Сан-Франциско дети старше 5 лет обязаны носить маску для лица.
- Услуги ежедневной уборки/чистки: все гости должны учитывать повышенный риск передачи вируса, когда убирающий персонал и проживающие в гостиничном номере дышат и касаются поверхностей в одной комнате, даже если персонал и гости не находятся в этом номере одновременно.
 - У большинства людей, инфицированных COVID-19, никогда не проявляются симптомы, поэтому обслуживающий персонал должен относиться к каждой комнате так, как если бы гость был инфицирован COVID-19. Просьба о ежедневной уборке увеличивает риск передачи инфекции в сообществе, так как обслуживающий персонал попадает в несколько мест, где обитают потенциально инфицированные COVID-19 люди.
 - Если вы запрашиваете ежедневную уборку вашего номера, тогда, чтобы свести к минимуму риск передачи инфекции для вас и обслуживающего персонала, обслуживающий персонал не начнет уборку, пока вы не покинете ваш номер, и вы не сможете вернуться в свою комнату, пока обслуживающий персонал не закончит ежедневную уборку вашего номера. Этот сервис может занять дополнительное время, потому что персонал должен принять меры предосторожности против распространения COVID-19, используя повышенную безопасность и тщательную уборку.

В конце вашего пребывания

- Выбросите все ненужные остатки в мусорное ведро или бак для отходов. Это включает утилизацию любых пищевых продуктов оставленных в холодильнике, морозильной камере и кладовой.
- Если погода или безопасность позволяют, держите окна комнаты открытыми для проветривания как можно дольше, прежде чем в нее войдет персонал по уборке. При наличии такового, убедитесь, что ваш кондиционер/обогреватель вашего номера включен для выпуска воздуха из комнаты и подачи свежего воздуха извне.
- Попросите удаленную выписку из гостиницы, которая не требует вашего присутствия рядом с другими людьми.

Дополнительные факторы, которые необходимо учитывать
если вы
находитесь в изоляции или на карантине в гостиничном объекте
размещения

Дополнительно к вышеуказанным рекомендациям для всех гостей, любой, кто находится на изоляции или карантине в гостиничном объекте из-за наличия симптомов COVID-19, положительного результата теста или был в тесном контакте с кем-то, у кого положительный результат (то есть, если вы ответили да на один из проверочных вопросов) должен принять дополнительные меры, чтобы



сделать пребывание более безопасным.

До и во время вашего пребывания

- Планируйте время вашего досуга и как сделать так, чтобы вы чувствовали поержку, пока находитесь вдали от людей, пока не закончится период изоляции/карантина.
- Убедитесь, что вы упаковали все необходимое, включая лекарства, салфетки, дезинфицирующие салфетки и другое, чтобы вам не приходилось покидать свою комнату во время изоляции/карантина.
- **Ежедневная уборка отсутствует.** Вы не можете просить об уборке комнаты, за исключением экстренных случаев, чтобы не подвергнуть персонал возможному заражению.
- См. подробную информацию в Руководстве по скринингу для постояльцев гостиниц, которая находится в соответствующем помещении. Дополнительную информацию также можно найти в разделе [“How to safely isolate and quarantine” \(«Безопасные пути самоизоляции и соблюдения карантина»\)](#).

Полезные ресурсы

Полезный ресурс Сан-Франциско о COVID-19:

- [Рекомендации Управления здравоохранения Сан-Франциско в связи с COVID-19: www.sfgcdcp.org/covid19](https://www.sfgcdcp.org/covid19).
- [Информация о COVID-19 в городе и округе Сан-Франциско: sf.gov/covid](https://sf.gov/covid).

Управление здравоохранения Сан-Франциско благодарит вас за то, что вы помогаете обеспечивать вашу собственную безопасность, а также безопасность вашей семьи и сообщества во время пандемии COVID-19.