

КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ COVID-19: МЕРЫ БОРЬБЫ И ПРОФИЛАКТИКИ

В конце 2019 года в Китае произошла вспышка новой коронавирусной инфекции с эпицентром в городе Ухань. 11 февраля 2020 г. Всемирная организация здравоохранения присвоила официальное название этой инфекции – COVID-19. В природе коронавирусы циркулируют в популяциях летучих мышей, а также верблюдов и гималайских циветт.

Передача инфекции осуществляется воздушно-капельным (при кашле, чихании, разговоре), воздушно-пылевым и контактным путями. Факторами передачи являются воздух, пищевые продукты и предметы обихода, зараженные коронавирусом. Вирус передается при близком продолжительном контакте (меньше двух метров), если капли слизи больного человека при кашле или простом выдохе прямо попадают на слизистые (или их вдыхают), а также если человек грязными руками прикасается ко рту, носу или глазам. Вирусы, оседая на различных поверхностях, сохраняют способность к заражению от нескольких часов до нескольких дней. Основным источником инфекции является больной человек, в том числе находящийся в инкубационном периоде заболевания. Особенно важный аспект – возможность заражения от носителя вируса (человека без симптомов заболевания).

Кто должен обратиться за медицинской помощью:

Лица, имеющие клинические проявления острой респираторной инфекции, бронхита, пневмонии в сочетании со следующими эпидемиологическими показаниями:

- посещение за 14 дней до появления симптомов эпидемиологически неблагополучных по COVID-19 стран и регионов (главным образом КНР, Италия, США, Испания, Германия, Франция, Швейцария, Великобританию и др.);
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, находящимися под наблюдением по инфекции, вызванной новым коронавирусом, которые в последующем заболели;
- наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, у которых лабораторно подтвержден диагноз COVID-19.

Инкубационный период составляет от 2 до 14 суток.

Для COVID-19 характерно наличие клинических симптомов острой респираторной вирусной инфекции:

- повышение температуры тела 38,0 °C и выше;
- сухой кашель;
- одышка;
- боли в мышцах и утомляемость;
- ощущение тяжести/заложенности в грудной клетке.

По имеющимся данным молодые люди и дети менее восприимчивы к коронавирусу нового типа. Наиболее тяжелые формы развиваются у пациентов пожилого возраста (60 и более лет). Среди больных отмечены частые сопутствующие заболевания: сахарный диабет, артериальная гипертензия и другие сердечно-сосудистые заболевания.

Основным материалом для лабораторного исследования является мазок из носоглотки и/или ротоглотки. Лабораторную диагностику COVID-19 осуществляют методом полимеразной цепной реакции (ПЦР).

Для лечения COVID-19 применяется патогенетическая и симптоматическая терапия. В этой связи своевременное обращение в медицинские организации для получения специализированной медицинской помощи в случае появления симптомов острой респираторной инфекции является одним из ключевых факторов эффективности лечения и профилактики осложнений. В настоящее время ведется активная работа по разработке средств специфической профилактики и лечения COVID-19.

Как не заразиться

Основные меры неспецифической профилактики направлены на предотвращение распространения инфекции - ограничение или исключение контакта здоровых людей с

содержащими вирусы частицами выделений больного человека. Соблюдение следующих гигиенических правил позволит существенно снизить риск заражения или дальнейшего распространения коронавирусной инфекции и других ОРВИ:

- мыть руки после посещения улицы, любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике общественного пользования на рабочем месте, перед едой и приготовлением пищи, уделяя особое внимание тщательному намыливанию (не менее 20 секунд);

- ограничить прикосновения к лицу, глазам или использовать одноразовые салфетки;
- ограничить близкие контакты и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа);

- ограничить приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия;

- чаще проветривать помещения;

- не пользоваться общими полотенцами.

Как не заразить окружающих:

- при любых проявлениях ОРВИ надевать одноразовую медицинскую маску в людных местах и транспорте, менять маску на новую надо каждые 1-2 часа;

- минимизировать контакты со здоровыми людьми (приветственные рукопожатия, поцелуи);

- при кашле или чихании обязательно прикрывать рот, по возможности - одноразовым платком, если его нет - ладонями или локтевым сгибом;

- пользоваться только личной или одноразовой посудой;

- изолировать от домочадцев свои предметы личной гигиены: зубную щетку, мочалку, полотенца;

- проводить влажную уборку дома ежедневно, включая обработку дверных ручек, выключателей, панелей управления оргтехникой, в том числе с использованием дезинфицирующих средств.

Несмотря на предпринимаемые меры по сдерживанию пандемии, коронавирусная инфекция COVID-19 продолжает распространяться, вовлекая в эпидемический процесс новые страны. Так, в мире известно о более 500 тысяч заболевших. По данным оперативного штаба по предупреждению распространения вируса в России общее число официально зарегистрированных случаев новой коронавирусной инфекции составляет более тысячи человек в 61 регионе. Данные о ситуации и принимаемых мерах по недопущению распространения заболеваний, вызванных новым коронавирусом актуализируются в постоянном режиме на официальном сайте Роспотребнадзора.

Правительство Российской Федерации в условиях глобальной пандемии нового коронавируса делает всё необходимое для предотвращения распространения инфекции, защиты здоровья граждан и оказания помощи заболевшим. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека разработано более 200 нормативных, методических и рекомендательных документов в целях организации и проведения противоэпидемических мероприятий по снижению завоза и распространения нового коронавируса в России. Признанный международным сообществом опыт специалистов органов и учреждений Роспотребнадзора по борьбе с эпидемиями в стране и мире, высокий потенциал российских научных институтов помогают осуществлять эффективные меры по сдерживанию эпидемии, созданию возможностей для оказания помощи всем нуждающимся и сохранения жизней. Принимаемые решения и рекомендации, прежде всего в части запретов и ограничений, многим могут показаться чрезмерными. Однако именно они, по мнению специалистов Роспотребнадзора, являются эффективными для противодействия эпидемии. Ответственность и единение, забота о здоровье – своём и окружающих, взаимная поддержка и доверие позволят нашей стране справиться с текущей ситуацией.