



Издается
с 13 апреля
1931 года

Цена свободная



Знак отличия «Золотой фонд прессы» учрежден в 2005 году оргкомитетом Международной профессиональной выставки «Пресса» для награждения качественных и общественно значимых печатных средств массовой информации.

ГОРЯЧАЯ ТЕМА

Коронавирус: что нужно знать

Про распространение в мире новой коронавирусной инфекции слышал каждый. Часть людей судорожно закупает продукты питания и предметы первой необходимости, готовится к изоляции или даже апокалипсису, другие продолжают спокойно жить и работать, надеясь на русское авось, третьи отмахиваются от очевидных фактов, утверждая, что ситуация искусственно раздута и бояться нечего. Стоит сказать, что не правы все три категории: в мире сейчас на самом деле непростая эпидемическая обстановка, на счету коронавируса – множество унесенных жизней, однако впасть в панику не стоит – нужно изучить вопрос и придерживаться элементарных рекомендаций по безопасности.

Необычный и смертоносный



На самом деле человек раньше уже имел знакомство с коронавирусами. Эти возбудители ОРВИ открыты были еще в 1965 году. В это семейство вирусов входит порядка 40 подвидов, некоторые из которых опасны только для животных, другие – для человека. Новый вид коронавируса был выявлен в 2019 году в китайской провинции Ухань, откуда с невероятной скоростью распространился по всему миру.

Под микроскопом новый коронавирус, получивший научное обозначение 2019-nCoV, выглядит завораживающе красиво – основное тельце вируса покрыто грибовидными отростками, вирус как бы окружает корона из выростов. Отсюда он и получил свое необычное название. Такое строение позволяет микроскопическому убийце пользоваться особым механизмом проникновения через мембрану живой клетки. Этот весьма специфический способ проникновения снижает эффективность обычной защиты клетки.

Коронавирусы не проникают через мембрану клетки в произвольных местах, как многие другие вирусы. «Корона» у коронавирусов служит для атаки на трансмембранные рецепторы клеток путем имитации важных для жизнедеятельности клеток молекул S-протеинами, закрепленными на «короне». Что также усложняет и распознавание самого вируса системой иммунитета, так как корона вируса имитирует полезные для организма вещества. После того, как вирус ввел организм в заблуждение, «обманутые» рецепторы сами надежно прикрепляют вирус к мембране клетки, сцепляясь с молекулами из S-протеинов «коронь». Затем коронавирус «открепляет» рецептор от мембраны и продавливает его во внутрь клетки, затем РНК вируса впрыскивается в цитоплазму клетки. Все это делает проникший в организм вирус трудноизлечимым.

Не повторить итальянский сценарий

Самой пострадавшей от коронавируса страной в Европе можно назвать Италию. На 24 марта по данным официальной статистики заразились 63 927 человек, из них более 6 тыс. человек умерло.

А начиналось все с обыкновенной беспечности – итальянские туристы, посетившие Китай, пренебрегли рекомендованным медиками режимом изоляции, встречались с друзьями, сидели с ними в ресторане и смеялись над «китайским микробом». После таких посиделок заболели не только их участники, но и другие жители города. Но в ситуации, когда случаи заболевания стали выявляться ежедневно, население Италии в ответ на рекомендации властей воздержаться от посещения общественных мест, кафе, ресторанов собиралось толпами, люди

обнимались и целовали друг друга. Результат – гробы с телами умерших вывозят на военных машинах, крематории не справляются, ежедневно семьи теряют своих родных и близких.

Сегодня на территории России число заболевших, у которых официально подтвержден коронавирус, невелико. На 24 марта эта цифра составила 438 человек, 1 человек скончался от этого заболевания. Но не стоит забывать, что ситуация может измениться каждую минуту. Под наблюдением находятся более 60 тысяч человек. К сожалению, это не просто цифры, а реальная опасность. Вирус распространяется воздушно-капельным путем, отличается живучестью и стойкостью. По исследованиям ученых в воздушной среде 2019-nCoV может существовать отдельно от носителя 3 часа, на поверхностях – более трех дней. Наиболее заразные носители вируса как раз до начала клинических проявлений заболевания.

Не повторить итальянский сценарий нам, жителям России, поможет только четкое следование рекомендациям Министерства здравоохранения и Роспотребнадзора.

Что может сделать каждый из нас?

Давайте оставим на крайний случай надежды на медицинские организации и запомним простые правила, которые не требуют от нас значительных материальных затрат, но позволят значительно снизить риск заражения новой коронавирусной инфекцией.

ИТАК:

- Поддерживаем чистоту рук. Врачи-эпидемиологи подчеркивают, что руки нужно мыть как можно чаще и тщательно, не менее 20 секунд. Для рук лучше выбрать хозяйственное мыло с высоким содержанием щелочи. На улице можно пользоваться специальными антисептическими салфетками. Всегда с собой следует носить антисептические гели для рук.

- Избавляемся от привычки трогать руками лицо, рот, глаза, уши. Вирус проникает в организм через слизистые оболочки. Меньше контактов с ними – меньше вероятность заражения.

- По возможности стоит избегать мест скопления людей. На время пандемии рекомендуется воздержаться от посещения культурно-массовых мероприятий, спортивных мероприятий, мест общественного питания и досуга. Не стоит лишиться раз злоупотреблять гостеприимством знакомых и друзей – все гостевые визиты лучше перенести на время, когда угроза заражения будет минимальной.

- Посещать торговые центры стоит строго по необходимости, при этом можно прибегать к средствам индивидуальной защиты. В ситуации, когда в аптеках нет масок, а человек заботится о своем здоровье, стоит шить для личного пользования ватно-марлевые повязки. Не забываем, что эффективны они не более двух часов.

- На время распространения новой коронавирусной инфекции стоит отказаться от традиции здороваться за руку, объятий и поцелуев при встрече с родственниками и знакомыми. Безопасное расстояние между людьми в период пандемии – не менее 2 метров. Даже в очередях в магазин или аптеках следует держаться от соседа на расстоянии не менее метра.

- Соблюдаем чистоту дома. Коронавирус, несмотря на всю свою злобность, боится хлора, составов на спиртовой основе, водородной перекиси, медицинских дезердеств. Поэтому регулярно обрабатываем с применением вышеперечисленных средств все поверхности в доме, уделяя особое внимание дверным руч-

кам и перилам. Чаше моем полы. Перед входом в дом можно положить пропитанный хлорным раствором ветошь. Если вы прибегли к этой мере, не забываем ее регулярно поднимать.

- Воздерживаемся от поездок за рубеж. На настоящий момент вирус распространился уже в 169 странах. Вы же не хотите отдых со смертельным исходом? От поездок в соседние области также стоит по возможности отказаться – чем меньше контактов, тем меньше вероятность заболеть. Использование общественного транспорта вообще стоит свести к минимуму.

- Запомним симптомы коронавирусной инфекции: чувство усталости, затрудненное дыхание, высокая температура, кашель и / или боль в горле. Симптомы 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 зоны повышенного риска (были за рубежом)? Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска (совершали поездки за границу)? Если ответ на эти вопросы положителен – к симптомам следует отнестись максимально внимательно.

- Запомним номера телефонов, куда можно обращаться со всеми вопросами по коронавирусу:

Единый консультационный центр Роспотребнадзора:

8 (800) 555-49-43.

Горячая линия Роспотребнадзора по коронавирусу во Владимире: 8 (800) 200-05-45.

Горячая линия оперативного штаба: 8 (800) 200-01-12.

Приехал из-за границы – на карантин!

Не забывайте, что потенциальный источник заражения – человек, прибывший из-за границы. Если вы знаете таких людей, не стоит с ними контактировать как минимум две недели – это правило может спасти вам жизнь! В свою очередь, в соответствии с постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 18.03.2020 года, лицам, прибывшим на территорию нашей страны, предписывается:

- Незамедлительно сообщать о своем возвращении в Российскую Федерацию, месте, датах пребывания за рубежом, контактную информацию, включая сведения о месте регистрации и месте фактического пребывания, на горячую линию, организованную в субъекте Российской Федерации.

- Выполнять требования по изоляции в домашних условиях (нахождению в изолированном помещении, позволяющем исключить контакты с членами семьи и иными лицами, не подвергнутыми изоляции) сроком на 14 календарных дней со дня прибытия на территорию Российской Федерации.

- В случае появления любого ухудшения состояния здоровья незамедлительно обращаться за медицинской помощью на дому, без посещения медицинских организаций.

- Работодатели обязаны оказывать содействие в обеспечении работников условий изоляции на дому.

- Руководители же медицинских учреждений обязаны организовать ежедневное медицинское наблюдение за лицами, находящимися в условиях изоляции, с предоставлением информации в территориальные органы Роспотребнадзора, выдачу листовок нетрудоспособности лицам, находящимся в изоляции, немедленную госпитализацию в медицинские организации, осуществляющие стационарную помощь инфекционным больным, и забор биологического материала для лабораторного обследования при появлении любых симптомов инфекционного заболевания у лиц, находящихся в условиях изоляции, и лабораторное обследование контактных с ними лиц.

- В случае несоблюдения правил карантина, когда такие действия повлекли за собой заражение других людей, виновник вспышки болезни подпадает под уголовную ответственность.

- Еще раз повторюсь, под 14 дневную обязательную изоляцию подпадают все граждане, прибывшие на территорию Российской Федерации из любой страны мира!

- По состоянию на 24 марта в Меленковском районе в режиме самоизоляции должны находиться 5 человек, но есть сведения, что они этот режим нарушают. Поэтому каждому жителю района стоит тщательнее изучить круг своих контактов и все же воздержаться от общения с людьми, которые могут служить потенциальным источником заражения.

По материалам Роспотребнадзора подготовила Ольга ЧИКИРЕВА.