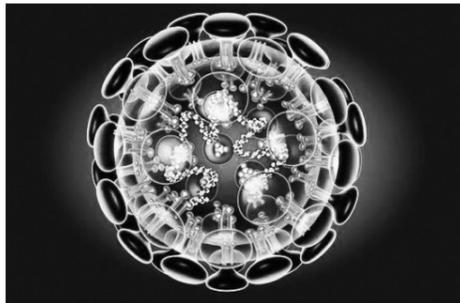


Бдительность и здравый смысл



Что такое коронавирусы?

Коронавирусы – это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в легкой форме, не вызывая тяжелой симптоматики. Однако, бывают и тяжелые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers), тяжелый острый респираторный синдром (Sars) или COVID-19. Новый вирус – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной системой.

Эпидемиологическая характеристика COVID-19

Источник инфекции: больной человек, в том числе находящийся в инкубационном периоде.

Инкубационный период: от 2 до 14 дней.

Летальность: 3,6%.

30 января 2020 г. вспышка COVID-19 признана ВОЗ чрезвычайной ситуацией в области общественного здравоохранения, имеющей международное значение.

11 марта генеральный директор ВОЗ Тедрос Гебрейесус объявил о пандемии COVID-19.

Каковы симптомы заболевания?

Основные симптомы

- Повышение температуры тела в >90% случаев,
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) в 80% случаев,
- одышка в 55% случаев,
- ощущение сдавленности в грудной клетке в >20% случаев.

Редкие симптомы

- Головные боли (8%),

- кровохарканье (5%),
- диарея (3%),
- тошнота, рвота,
- сердцебиение.

Данные симптомы в дебюте инфекции могут наблюдаться в отсутствие повышения температуры тела.

Как передается коронавирус?

Факторы передачи: воздух (основной), пищевые продукты и предметы обихода, контаминированные вирусом.

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 загрязненной поверхности, например, дверной ручки. Люди заражаются, если трогают загрязненными руками рот, нос или глаза.

Как проводится диагностика заболевания?

Первые этапы – сбор и оценка жалоб, анамнеза заболевания, эпидемиологического анамнеза, медицинский осмотр. Далее – по назначению врача: лабораторная специфическая диагностика (выявление вируса методом полимеразной цепной реакции (ПЦР); общая лабораторная диагностика (клинический анализ крови, биохимический анализ крови и др.); инструментальная диагностика. Использование метода ПЦР дает тест-системам значительные преимущества. Первое: высокая чувствительность – с использованием разработанных тест-систем возможно обнаруживать единичные копии вирусов. Второе – для диагностирования заболевания нет необходимости забирать 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.

Самостоятельная сдача анализов на коронавирус не предусмотрена. Исследование образцов проводится в Центре гигиены и эпидемиологии в субъекте РФ. В частных медицинских организациях исследования на COVID-19 не проводятся.

Как защитить себя?

Самое простое и важное, что можно сделать, – поддерживать чистоту рук и поверхностей. Чаще мойте руки водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство. Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно совершаются нами в среднем 15 раз в час).

Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. 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 орешки, чипсы, печенье и другие снеки из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

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

На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

Часто проветривайте помещение.

Можно ли вылечить новый коронавирус?

Да, разумеется. Однако не существует специфического противовирусного

Превратится ли наша жизнь в картинку из фильмов про эпидемиологический апокалипсис – пожалуй, главный вопрос, волнующий любого жителя планеты. Меж тем сейчас важнее всего не паниковать, прокручивая в голове страшные кадры, а максимально защитить себя и близких.

препарата от нового коронавируса – также, 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 легких.

Кто в группе риска?

Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом. Однако, как и в случае большинства других вирусных респираторных заболеваний, дети и люди старше 65 лет, люди с ослабленной иммунной системой – в зоне риска тяжелого течения заболевания.

Сохраняйте бдительность и будьте здоровы!



В регионе работает "горячая линия" по вопросу коронавирусной инфекции. Телефон 8-800-200-73-07.

Дополнительно функционирует "горячая линия" федерального Роспотребнадзора: 8-800-100-00-04.

На официальном сайте Министерства здравоохранения РФ www.gosminzdrav.ru создан специальный раздел, посвященный коронавирусу.

Опорный вуз

Культурные помощники

Музей истории УлГУ и университетские добровольцы поддержали проект "Музейный волонтер".

Программа по ознакомлению и обучению музейным профессиям стартовала в краеведческом музее в рамках тематической недели национального проекта "Культура". Свыше 120 ульяновцев – от студентов до представителей "серебряного" поколения стали участниками первого занятия и выразили готовность поддерживать инициативу.

По словам куратора проекта, сотрудницы Ульяновского краеведческого музея Марины Бохонок, проект "Музейный волонтер" реализуется при поддержке московского агентства "Мосгортур", а партнерами программы выступают музеи Ульяновской области – краеведческий, художественный, Ундоровский палеонтологический, Ленинский мемориал, а также ведомственные музеи Ульяновского государственного университета и Ульяновского автомобильного завода.

"Мы приятно удивлены, что инициатива вызвала столь высокий интерес у жителей региона, – отметила Мария. – Мероприятие прошло оживленно, с невероятным интересом, как со стороны присутствующих, так и со стороны организаторов. На первом занятии в формате ролевой игры участники познакомились с разнообразием музейных профессий и работой учреждения изнутри, смогли примерить на себя роли реставратора, экскурсовода, экспозиционера, пресс-секретаря и директора музея. Многие музеи просят помощи волонтеров для организации выставок и монтажа экспозиций, и мы в свою очередь видим заинтересованность волонтеров в нашем проекте".

Обучающий курс для волонтеров состоит из теоретической и практической частей. По окончании прохождения занятий слушатели выберут музеи для

прохождения практики на основе опыта и личных предпочтений по функционалу. Напомним, в проекте может принять участие любой житель города, кто интересуется культурой и историей родного края, кому не безразлична сфера музейной жизни.

"Я даже не представляла, какое количество направлений деятельности связано с функционированием музеев, – рассказывает участница программы "Музейный волонтер" Дарья Прыткина. – Как посетитель, я знаю только о работе смотрительниц, экскурсовода и гардеробщицы. Но, оказывается, есть музейные хранители, научные сотрудники, реставраторы, специалисты по информационной работе и многие другие. Очень жду следующих занятий и обязательно попробую себя в качестве волонтера одного из музеев. Мне этот проект показался очень увлекательным".

Помимо помощи музеям, волонтеры будут участвовать в реализации на территории Ульяновской области международного проекта "Лица Победы". Всех энтузиастов ждут бонусы – бесплатное



посещение музеев и культурных акций.

Программа "Музейный волонтер" рассчитана до конца мая.

Иван ШАТОВ.