



Мы вступили в новый, тяжелый для всех этап, когда число выявленных инфицированных будет стремительно увеличиваться, и реальное число больных будет выше, чем официальные цифры статистики за счет тех, кто будет оставаться дома без медицинской помощи. Это этап, когда будут болеть не только Ваши знакомые, но и близкие люди, будет расти счет потерь, потому что реально оказать помощь каждому больному не хватит медицинских ресурсов, в первую очередь – людских ресурсов. Штатными расписаниями не предусмотрена нынешняя форс-мажорная ситуация. Медиков мало, они люди, и они тоже болеют.

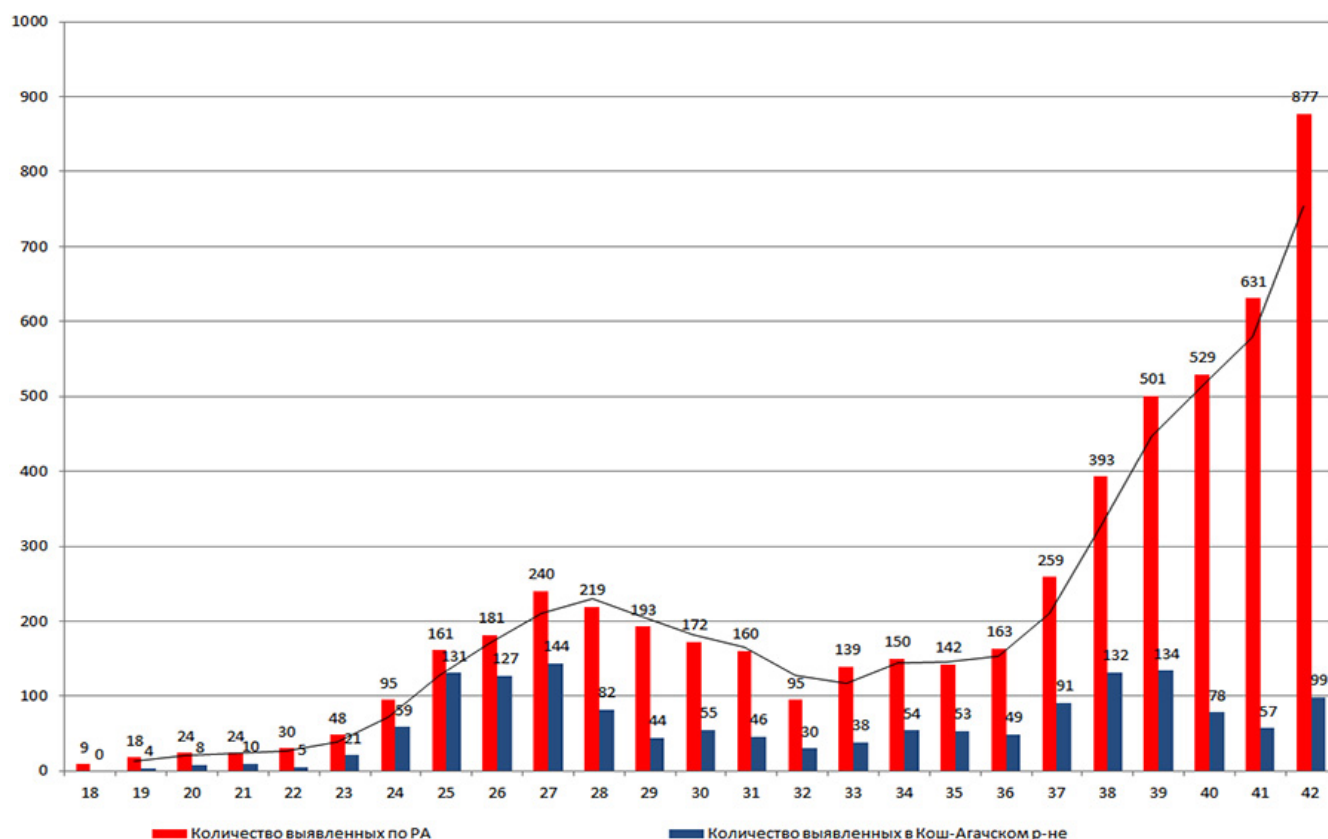
Остаться в живых

Наши призывы, увещевания, штрафы нарушителей, предписания и постановления не изменили главного – социальной ответственности КАЖДОГО человека перед обществом. Это – расплата за нежелание носить маски, отказаться от праздников и поездок, ограничить общение. Теперь это придется делать, если мы хотим остаться в живых...

Вчера выявлено 219 человек, инфицированных коронавирусом, из 1096 обследованных. Каждый пятый обследованный – положительный. Выходя на улицу, помните – каждый пятый встречный несет в себе вирус! Каждый пятый в автобусе, в офисе, в магазине – инфицирован! Воздух в помещениях и в транспорте – заражен, поэтому закономерно будет расти число тяжелых случаев и летальных исходов: чем больше в организм попадает вируса – тем тяжелее будет протекать заболевание. Призывы оставаться дома – должны быть услышаны: сейчас, действительно, безопаснее быть дома и не общаться с людьми. Последнюю неделю мы регистрируем смертельные исходы каждый день, чего не было никогда до этого. Сегодня – это пять человек. Тоже антирекорд.

Этот график, показывающий недельную заболеваемость COVID-19 в Республике Алтай, убедительнее слов показывает нынешнюю тенденцию и серьезность ситуации. Сейчас идет 43 неделя 2020 года. За 4 дня мы имеем столько же больных, сколько за предыдущие 7 дней.

Количество выявленных больных Covid-19 в РА по неделям



Понедельная заболеваемость COVID-19 в Республике Алтай

(число лабораторно подтвержденных случаев)

Впрочем, эпидемиологи обычно используют при анализе не абсолютные цифры, а показатель заболеваемости на 100 тысяч населения. Он в Республике Алтай – один из самых высоких в России: 2777,0 на 100 тысяч населения (в Алтайском крае – в 738, в Новосибирской области – 554, в Кемеровской области 507). Мы – четвертые – после ЯНАО, Магадана, Калмыкии и Москвы.

Надо ли тестироваться?

СМИ упорно пропагандируют необходимость тестирования на коронавирус. Да, оно необходимо перед поступлением больного в больницу, как профилактическое обследование групп риска (медиков), при уточнении диагноза. Но всем обследоваться не нужно и даже опасно: в очереди на тестирование Вы непременно заразитесь, даже если до этого не были инфицированы. По этой же причине сейчас лучше не ходить в медицинское учреждение, где риск заразиться среди больных очень высок! Вызывайте врача или скорую помощь домой. Это очередь в регистратуру (около 80 человек).



Маска на подбородке – не защита, а профанация

Но меня взволновало не только большое число больных, но и отсутствие мер

профилактики: нет социальной дистанции, маски висят ниже носа. Больные «делятся» с другими своими вирусами и вдыхают чужие вирусы. Смешно видеть, как люди, увидев работника Роспотребнадзора, натягивают маску на лицо. Меня и моих коллег обмануть можно, но вирус не обманешь: он всюду и жаждет новых жертв.

Час испытаний

Наступило время, когда любая острая респираторная инфекция может рассматриваться как COVID-19, особенно, если вы контактировали с больным (заболел кто-то из близких или сослуживцев на работе). В этом случае при проявлении первых симптомов нужно начинать терапию, не тратя денег на исследование и времени на получение результатов теста (выдача которых из-за завалов в лабораториях часто запаздывает). Нужно признать – наша старая тактика по обследованию всех контактных не верная: слишком много отрицательных анализов (пустой расход средств и времени!) и слишком много контактных сейчас: по 600-900 человек в день, лаборатории просто не в состоянии сделать этот объем, ведь нужно еще обследовать вновь заболевших и людей, находящихся в госпиталях, которые выписываются только после отрицательных ПЦР-тестов.

И потом – эффективность тестов не 100% (около 70%). Выявляются те лица, у кого вируса много. Нами замечено: у детей даже при явных симптомах тесты могут быть отрицательными, они становятся положительными примерно на 10-14 день. Тогда какой смысл ждать этого результата? И обследоваться вообще? Надо сразу лечиться, если есть симптомы заболевания.

Пока писалась эта статья пришла новость, что диагноз врачи могут установить исключительно по симптомам — без лабораторного обследования, о чем поведал министр здравоохранения России [Михаил Мурашко](#) .

Что делать, если Вы заболели?

Оставайтесь дома, потому что Вы – ходячий распылитель вируса. Мы знаем случаи, когда один больной заразил 14 человек из своего окружения и все болели тяжело...

Вирус очень заразен. Если в семье есть больной – риск заразиться у других членов семьи очень высок, поэтому больного определяем в дальнюю комнату и заходим к нему только в маске, все комнаты должны хорошо проветриваться, чтобы снизить в воздухе число вирусных частиц. И да, стираем нательное и постельное белье больного 1 раз в 3 дня (больше всего вируса накапливается именно на этих вещах). Носовые платки заменяем одноразовыми бумажными или салфетками. Больной в семье – это наложение обязательств на всех членов: теперь вы на изоляции, на карантине. Никаких прогулок, никаких гостей. И даже посещение магазинов под запретом. Вы – потенциально заражены.

Что делать, если заболел коллега на работе?

Ваш руководитель должен отстранить от работы людей, находившихся в близком контакте с больным COVID-19 (**в одном кабинете**) на срок не менее 14 дней со дня последнего контакта с больным. Чаще всего – это перевод на дистанционную работу.

В офисе должна быть проведена дезинфекция на рабочем месте больного, в местах общего пользования (коридоры, холл, фойе, санитарные узлы, комната приема пищи, обеденный зал и т.д.). Дезинфекция проводится своими силами, потому что специализированных бригад не хватает.

Также необходимо проведение ежедневной (ежесменной) влажной уборки служебных помещений и мест общественного пользования (комнаты приема пищи, отдыха, туалетных комнат) с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия; дезинфекции с кратностью обработки **каждые 2-4 часа** всех контактных поверхностей.

Перед началом работы проводится контроль температуры тела работников (лиц с повышенной температурой тела и/или с признаками респираторного заболевания отстраняют). В течение рабочего дня всех осматривают на наличие признаков респираторных заболеваний с термометрией и контролируется масочно-перчаточный режим.

Тема заражений на работе затронута не случайно. Количество очагов в трудовых коллективах растет вне зависимости от рода деятельности и должностей.

Эпидемиологические расследования показывают, что чаще всего заражения людей на работе происходит не во время рабочего процесса, а при перекурах, обедах, чаепитиях и совместных праздниках, при фотографировании. Когда маски сброшены (в прямом смысле).

Заразиться можно везде

В нашем офисе на этой неделе заболели 12 человек, с 4 из них общение было очень тесным. Надеюсь на маску, которую я ношу всегда и надеваю в прихожей, не отворив дверей квартиры. И правильно: в сегодняшнем списке инфицированных лиц обнаружила фамилию своего соседа по подъезду.

Особый риск заразиться – в поездках. Санатории, поездки к морю, деловые поездки сегодня опасны. В числе сегодняшних больных – семья, съездившая в Крым, предприниматель, показывающий достопримечательности туристам («В группе из Барнаула был кашляющий человек»), семейная пара, приехавшая из санатория («Вроде рядом больных и не было, ходили без масок»), мужчина, съездивший в Новосибирск за стройматериалами («Конечно, в кафе заходил, а там все без масок»), владелица турбазы (принимающей гостей из соседних регионов), таксист, курсирующий между Барнаулом и Республикой Алтай и т.п.

Кафе, ночные клубы, фитнес-центры, кинотеатры, торговые центры, даже учебные заведения, офисы – везде уже активно циркулирует коронавирус. При таком положении, как в Республике Алтай, когда уже наблюдается начало итальянского сценария, в других странах вводился строгий карантин, который контролировался полицией. Только этот шаг может сдержать передачу заболевания. Впрочем, это моя точка зрения – отдельно взятого эпидемиолога.

Болеют все

Теперь, когда в Республике Алтай почти 6000 заболевших, мы можем утверждать, что ковиду «все возрасты покорны» - от новорожденных до стариков. Самому младшему пациенту исполнилось всего 2 недели, при этом у него были симптомы – температура и насморк. Так что врожденного иммунитета нет. Хотя, как было сказано выше, дети болеет чаще всего легко.

Для тех, кто уже переболел

Как показывают научные исследования, антитела к вирусу во время болезни вырабатываются, но держатся недолго – 2-4 месяца. После этого человек может заразиться еще раз. Сегодня в моем списке людей, заболевших повторно, уже 12 фамилий. Это люди разного возраста – от подростков до пожилых. Интервал между первым и вторым заражением составлял 3-5 месяцев. Болели второй раз многие тоже тяжело, с пневмонией. А это значит, переболевшие тоже должны беречь себя и носить маски.

О грустном

Сегодняшнее утро началось со звонка из Усть-Канского района. Коллега с тревогой рассказала, что больного, умершего от COVID-19, хоронили как обычно: в открытом гробу, с массой родственников. «Теперь я с ужасом жду, как аукнется это прощание». Родственники о положительном анализе знали. Теперь на их совести будет дальнейшее осложнение ситуации по коронавирусу в районе, который и так неблагополучен. Увы, люди будут умирать. Ковид – не грипп, за неделю не выздоровеешь. Человек на месяц (а при тяжелой форме и на более долгий срок) выпадает из обычной жизни, и летальность при ковиде намного выше. Будем учиться хоронить больных без прощаний и в закрытых гробах. В Китае (в Ухани) вообще умерших не выдавали родне, а отправляли трупы напрямую в двойных пакетах с хлоркой на кремацию, чтобы не подвергать риску живых. Вы поняли, что мы живем уже в совершенно в другом мире? Где всюду подстерегает опасность. И смерти буду «молодеть». И не надо думать, что лично Вас эта беда не коснется... Подумайте об этом, планируя семейные торжества, поездки, встречи с друзьями. Только маски внутренняя дисциплина КАЖДОГО помогут изменить ситуацию.

Оперштаб принял решение о каникулах с 25.10. по 9.11. в школах, но не для отдыха, а **дл**

я карантина

. Дети ОБЯЗАНЫ быть дома, а не бегать по улицам и не играть на спортплощадках. Именно дети - самые активные разносчики вируса и источники инфекции для своих родителей, бабушек и дедушек. Взрослые тоже ДОЛЖНЫ отказаться от шумных компаний, баров, пикников, походов по магазинам без нужды. 2 недели терпения. 2 недели ограничений. 2 недели изоляции, чтобы выбраться из пропасти, куда начинаем падать.

И, пожалуйста, при вынужденном выходе из дома надевайте маску! Будьте здоровы.