



СТРАШНЫЙ КОРОНАВИРУС

**(ИСПОЛЬЗОВАНЫ МАТЕРИАЛЫ Минздрава РФ и
Роспотребнадзора РФ – версия от 27.03.2020 г.)**

**Цикл лекций для повышения санитарно-гигиенической
грамотности населения пожилого возраста (лекция 13)**

При поддержке Фонда президентских грантов реализуется проект "Социальный центр поддержки пожилых «Мы всегда рядом!»



Данным проектом предусмотрена медико-психологическая поддержка пожилых людей, организация консультационной, социальной и психологической помощи для всех нуждающихся. Сотрудники миссии, привлеченные к проекту врачи и психологи организуют занятия по курсу "Здоровый образ жизни для пожилых людей", занятия для лиц, осуществляющих уход за тяжелобольными пациентами, а также цикл лекций по повышению медицинской грамотности. Лекцию представляет врач-консультант проекта Елена Темникова

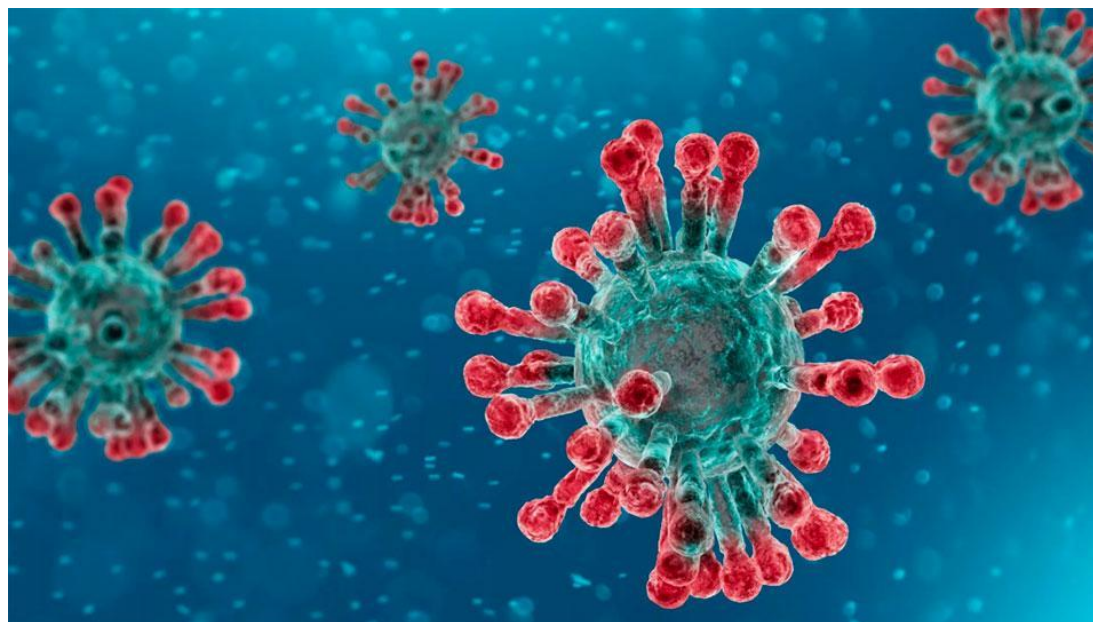
ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

В конце 2019 года в Китайской Народной Республике произошла вспышка новой коронавирусной инфекции с эпицентром в городе Ухань (провинция Хубэй), возбудителю которой было дано временное название 2019-nCoV



COVID-19

Всемирная организация здравоохранения 11 февраля 2020 г. присвоила официальное название инфекции, вызванной новым коронавирусом, – COVID-19 («Coronavirus disease 2019»), вирус SARS-CoV-2



COVID-19

- С конца января 2020 г. во многих странах мира стали регистрироваться случаи заболевания COVID-19, преимущественно связанные с поездками в КНР. В конце февраля 2020 г. резко осложнилась эпидемиологическая обстановка по COVID-19 в Южной Корее, Иране и Италии, что в последующем привело к значительному росту числа случаев заболевания в других странах мира, связанных с поездками в эти страны
- **Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила 11 марта 2020 г. о начале пандемии COVID-19**

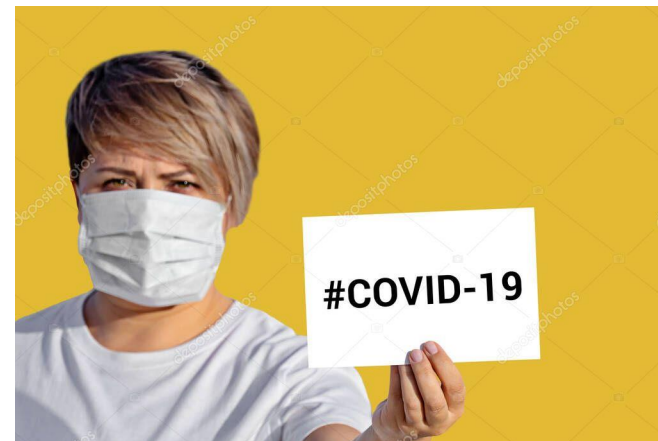
ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ВИРУСЕ

- Коронавирусы (Coronaviridae) – это большое семейство РНКсодержащих вирусов, способных инфицировать человека и некоторых животных
- У людей коронавирусы могут вызвать целый ряд заболеваний – от легких форм острой респираторной инфекции **до тяжелого острого нарушения дыхания**



ВХОДНЫЕ ВОРОТА ДЛЯ ВИРУСА

- Эпителий верхних дыхательных путей (носовые ходы, носоглотка, трахея), слизистые глаз и эпителиоциты пищевода, желудка и кишечника
- Кроме них вирусом может поражаться мочевой пузырь, почки, подвздошная кишка, сердце, центральная нервная система (ЦНС)



ОСНОВНАЯ МИШЕНЬ ДЛЯ ВИРУСА

□ альвеолярные клетки II типа (АТ2) легких, что определяет развитие **пневмонии**, которую подтверждают на R-грамме легких или компьютерной томографии



Основной источник инфекции COVID-19

- Больной человек
- Человек, находящийся в инкубационном (скрытом, без проявления болезни) периоде заболевания

Известно, что при комнатной температуре вирус CoV-2 способен сохранять жизнеспособность на различных объектах окружающей среды в течение 3 суток



Пути передачи инфекции


- **воздушно-капельный**
- воздушно-пылевой
- **контактный путь**



Вирус передается при **кашле, чихании и разговоре** на близком (менее 2 метров) расстоянии (сейчас уже пишут о 4 метрах)

Контактный путь передачи осуществляется во время **рукопожатий** и **других видах непосредственного** контакта с инфицированным человеком, а также через **пищевые продукты, поверхности и предметы**, обсемененные вирусом

ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

- составляет от 2 до 14 суток, в среднем 5-7 суток
 - Это скрытый период заболевания. Зараженный вирусом человек может не знать о заражении и жить обычной жизнью, выделяя в окружающую среду вирусы и заражая окружающих
 - Поэтому для контактных (потенциально больных) устанавливают карантин – это мера изоляции на период когда человек находится под наблюдением и не может контактировать обычным образом с окружающим миром
- 

Для COVID-19 ХАРАКТЕРНЫ СИМПТОМЫ ОРЗ:

- повышение температуры тела (>90% случаев)
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) в 80 % случаев
- одышка (55%)
- утомляемость (44%)
- ощущение заложенности в грудной клетке (>20%)
- миалгия (11%)
- спутанность сознания (9%)
- головные боли (8%)
- кровохарканье (5%)
- диарея (3%)
- тошнота, рвота, сердцебиение. Данные симптомы в дебюте инфекции могут наблюдаться и при отсутствии повышения температуры



КЛИНИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ COVID-19

Наиболее тяжелая одышка развивается к 6-8-му дню от момента проявления болезни



ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЙ НА COVID-19 СЛУЧАЙ:

- - наличие клинических проявлений острой респираторной инфекции, бронхита, пневмонии, сепсиса в сочетании со следующими эпидемиологическими сведениями:
- - возвращение из зарубежной поездки за 14 дней до появления симптомов
- - наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, находящимися под наблюдением по инфекции, вызванной новым коронавирусом SARS-CoV-2, которые в последующем заболели
- - наличие тесных контактов за последние 14 дней с лицами, у которых лабораторно подтвержден диагноз COVID-19



COVID-19

Болеют люди любого возраста

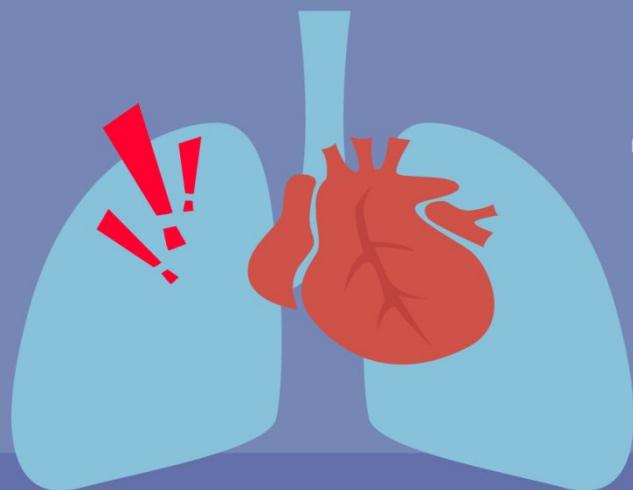
Но особенно опасен он для :

- Лиц старше 65 лет
- Лиц, имеющих такие хронические заболевания, как астма, инсулинзависимый сахарный диабет, онкологические заболевания, получающие препараты, снижающие иммунитет (больные с пересаженными органами и др.)



ГРУППЫ РИСКА

У детей и подростков
коронавирусная инфекция
чаще протекает легко или
бессимптно



Тяжёлые формы чаще
диагностируют у людей:

- Старше 60 лет
- Имеющих хронические заболевания лёгких, сердечно-сосудистой системы или диабет



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Если вы заболели:

- ❑ **Идти в поликлинику не надо, ожидайте помощь дома**
- ❑ **Вызовите врача на дом (если не получилось вызвать самим, просите по телефону родственников, соседей. Звоните в скорую помощь 030, 03 или единый телефон службы спасения 112 – ВАМ ПОМОГУТ ЭТО СДЕЛАТЬ)**



По поводу любого недомогания лечение назначит только врач (фельдшер)!!!!

- Специфического лечения заболевания, вызванного **COVID-19** пока нет
- Симптоматическое лечение включает:
- купирование лихорадки (жаропонижающие препараты – парацетамол)
Жаропонижающие назначают при температуре выше 38,0-38,5°C. При плохой переносимости лихорадочного синдрома, головных болях, повышении артериального давления и выраженной тахикардии (особенно при наличии ишемических изменений или нарушениях ритма) жаропонижающие препараты используют и при более низких цифрах
- комплексную терапию ринита и/или ринофарингита (увлажняющие/элиминационные препараты, назальные сосудосуживающие). Местное лечение ринита, фарингита (заложенность и/или выделения из носа) начинают с солевых средств для местного применения на основе морской воды (изотонических, а при заложенности – гипертонических)
- комплексную терапию бронхита (разжижающие мокроту, расширяющие бронхи, отхаркивающие средства)



КОРОНАВИРУС



СИМПТОМЫ



как не заразиться



тщательно
мыть руки



использовать
медицинские маски,
менять их каждые 2-3 часа



не выезжать
в очаги заражения



ограничить
близкие контакты
с людьми, имеющими
признаки ОРВИ



не трогать
глаза и нос
немытыми руками



чаще проветривать
помещения



□ С целью борьбы с коронавирусной инфекцией Президент РФ В.В. Путин, Правительство РФ при поддержке органов Законодательной власти РФ ввели в стране **РЕЖИМ САМОИЗОЛЯЦИИ**, длительность которого в разных регионах зависит от эпидемиологической обстановки




В ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ В СТРАНЕ СЕГОДНЯ

- ▣ **ЭТО ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ СНИЗИТЬ ПОТЕРИ
ОТ ПАНДЕМИИ COVID-19 И СОХРАНИТЬ ЖИЗНЬ И
ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ**



В РОССИИ в штатном или сокращенном режиме работают только важные и жизнеобеспечивающие службы

- ▣ Для остальных работающих граждан по возможности реализуется режим удаленной работы посредством современных средств связи (не выходя из дома)
 - ▣ Для граждан (особенно после 60 лет) **НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:**
 - ▣ 1. выходить из дома (при отсутствии помощников) кроме продуктового/хозяйственного магазина, аптеки, вынести мусор, прогулок с домашними животными
 - ▣ 2. на улице носить средства индивидуальной защиты, соблюдать дистанцию
- 

COVID-19

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены



РОСПОТРЕБНАДЗОР ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ **ЗАЩИТИ** СЕБЯ

ЗАКРЫВАЙТЕ РОТ И НОС ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ

АНТИСЕПТИКАМИ И МЫЛОМ С ВОДОЙ ОБРАБАТЫВАЙТЕ РУКИ И ПОВЕРХНОСТИ

ЩЕКИ, РОТ И НОС ЗАКРЫВАЙТЕ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКОЙ

ИЗБЕГАЙТЕ ЛЮДНЫХ МЕСТ И КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ ЛЮДЬМИ

ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ – ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА, ЕСЛИ ЗАБОЛЕЛИ

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

COVID-19

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Инфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах



Когда больной человек чихает или кашляет рядом с вами, капельки слизи изо рта и носа больного попадают в воздух, которым вы дышите, на предметы и поверхности, к которым вы прикасаетесь



Люди старше 60 лет в группе высокого риска у них возможны опасные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония



Реже посещайте общественные места (магазины, аптеки, МФЦ, банки)

Избегайте необязательных поездок в общественном транспорте, особенно в часы пик



Часто мойте руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи)



Не трогайте немывшими руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм



При кашле и чихании прикрывайте рот и нос одноразовой бумажной салфеткой, и выбрасывайте её сразу после использования



Протирайте влажными антисептическими салфетками предметы, которые были с вами в общественных местах и в транспорте (сумки, телефоны, книги и др.)



Попросите близких или сотрудников социальной службы помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением товаров дистанционно



В случае любого недомогания не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом



Если у вас признаки простуды, а ваши близкие выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно скажите об этом врачу, он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию



Если ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты, требуйте их обращения за медицинской помощью

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА САМОИЗОЛЯЦИИ! БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

**Врач-консультант
Проекта «Мы всегда рядом»
Е. Темникова**

