

Тематическое приложение к газете Коммерсантъ		
Московское здравоохранение		
Пятница 27 марта 2020 №55 (6676 с момента возобновления издания)		
kommersant.ru		
14	Каким образом компании Москвы переводят сотрудников на дистанционную работу	14
		Как устроен карантин для пациентов московской больницы
16	Когда ученые изобретут вакцину от COVID-19	

Со следующей недели в Москве закрываются все увеселительные заведения, а городские службы уже сейчас функционируют в режиме повышенной готовности. Таким образом правительство города решило усилить действие указа президента о введении в стране с 30 марта по 3 апреля нерабочих дней. Новые меры дополняют уже действующие в столице ограничения — благодаря им по сравнению с европейскими столицами в Москве более низкие темпы распространения коронавируса.

Вирус вне большого города



— стратегия —

С субботы, 28 марта, по воскресенье, 5 апреля, все увеселительные точки в Москве будут закрыты. Соответствующий указ вчера подписал мэр города Сергей Собянин. Ранее Владимир Путин подписал указ, устанавливающий с 30 марта по 3 апреля нерабочие дни с сохранением за работниками заработной платы. Как объяснил президент, длинные выходные предусмотрены, чтобы снизить скорость распространения коронавируса в стране. Напомним, в настоящее время в России зарегистрировано 658 случаев заболевания коронавирусом. Заболевание выявлено в 55 субъектах РФ, больше всего зараженных в Москве — 410 человек.

«Я считаю, что рестораны и кафе не должны работать, парки, особенно центральные. Лучше находиться дома», — отметил Сергей Собянин. Мэр города напомнил, что нерабочая неделя, которая вводится указом президента, необходима для борьбы с распространением вируса. «Смысл не в том, что мы должны устроить себе праздник, а смысл в том... чтобы мы постарались быть дома... Эти дни нужно нам использовать, чтобы уменьшить скорость распространения инфекции, сгладить эти пики, которые нарастают», — добавил он.

Мэр города предупредил, что пик заболеваемости коронавирусом не пройден, но есть возможность его сгладить. «Мы только в начале этого пика заболеваемости, мы будем надеяться, что он будет более плавным и более безболезненным, чем мы наблюдаем в других странах. Но то, что он будет, я в достаточной степени уверен — по крайней мере по Москве», — сказал Сергей Собянин. Этому, по

его словам, способствовали принятые правительством города превентивные меры. Так, с начала марта в Москве действует режим повышенной готовности для городских служб. Штаб по предупреждению завоза и распространения инфекции под руководством вице-мэра Анастасии Раковой работает круглосуточно — это позволяет правительству города быстро реагировать на все изменения в ситуации с коронавирусом. Также для каждой категории жителей города были введены особые меры предосторожности.

Всем пассажирам международных рейсов, которые теперь прибывают только в один из терминалов аэропорта Шереметьево, измеряют температуру дистанционными тепловизорами. Если температура повышена, с прибывшим работают медики, и при подозрении на коронавирус его госпитализируют в одну из городских больниц или оставляют под медицинским наблюдением на дому на 14 дней. Москвичам, которые вернулись из-за границы, власти города предписали отправляться на карантин. Соответствующее постановление было подписано главным государственным санитарным врачом города. О возвращении из поездки они должны сообщить в Департамент здравоохранения, даже если не фиксируют у себя симптомов заболевания. Режим карантина также должны соблюдать все проживающие с ними в одной квартире. Для удаленной выдачи больничных власти города организовали доставку листов нетрудоспособности на дом.

Отдельные меры были приняты для сокращения вероятности распространения коронавируса инфекцией между теми, кто находится в Москве посто-

янно. В столице до 10 апреля запрещены спортивные, зрелищные, публичные и иные массовые мероприятия, а также досуговые мероприятия в помещениях с участием более 50 человек. Временно закрыты учреждения культуры, спорта, развлекательные заведения, а часть кафе и ресторанов перешли в режим курьерской доставки. С 21 марта до 12 апреля включительно отменены занятия в государственных общеобразовательных, спортивных школах и учреждениях дополнительного образования, а также в колледжах, подведомственных столичному департаменту образования. При этом сейчас учащиеся продолжают освоение программы на дому с помощью «Московской электронной школы» и других электронных сервисов.

Власти города также усилили меры дезинфекции в общественных местах. Так, на предприятиях торговли и услуг, в общественном транспорте теперь чаще делают влажную уборку, а воздух обеззараживают ультрафиолетовыми облучателями закрытого типа. Сотрудникам метро и персоналу пригородного железнодорожного транспорта, которые часто контактируют с пассажирами, а также водителям такси выдают дезинфицирующие средства и перчатки.

Судить о результативности принятых в городе мер можно по темпам распространения инфекции: пока Москва, как и Россия в целом, существенно отстает по числу зараженных от европейских стран и их крупнейших городов. Так, в число лидеров по количеству заболевших входят: Китай (81 тыс. человек), Италия (69 тыс.), США (60,6 тыс.), Испания (47 тыс.) и Германия (35 тыс.).

Екатерина Воронова

Карантин столичный

— общество —

Более 15 тыс. москвичей, по оценкам правительства Москвы, соблюдают домашний карантин из-за риска распространения коронавируса в столице. В связи с этим резко возросли онлайн-продажи и посещения развлекательных и образовательных ресурсов. „Ъ“ узнал, чем именно занимаются находящиеся на карантине москвичи и как это влияет на компании, услуги которых они используют.

Умный карантин

Для многих людей карантин стал достаточно тревожным явлением. Как известно, во все времена люди отправлялись за успокоением в искусство. Сегодня каждый выбирает то, что близко именно ему. Например, жители живописи могут перейти по хештегу #Третьяковскаяонлайн и изучить постоянную экспозицию музея с комментариями влиятельных искусствоведов или перейти в виртуальное фондохранилище Эрмитажа, который теперь проводит онлайн-экскурсии. Для ценителей современного искусства тоже есть хорошая новость: музей «Гараж» заявил о переходе в режим самоизоляции. Теперь на сайте доступны видеотурсы по выставкам. Любители кинематографа тоже не сидят в стороне:

российские онлайн-кинотеатры и книжные сервисы зафиксировали значительный рост аудитории. Он начался именно 16 марта, когда в рамках борьбы с распространением коронавируса был введен двухнедельный карантин для приезжающих из-за границы. Рост аудитории продолжается до сих пор. Генеральный директор сервиса «Megogo Россия» признается, что в будние дни трафик уже такой же высокий, как в выходные. Не меньшей популярностью пользуются и другие онлайн-кинотеатры: «Кинопоиск HD», Okko, Amediateka: их показатели выросли от 30% до 50%.

Находящиеся на карантине россияне стали больше читать. Представители сервисов Bookmate и «Литрес» заявили о значительном повышении продаж книг в электронном формате. Гендиректор Bookmate Андрей Баев рассказал „Ъ“ о том, что основная часть аудитории сегодня — жители больших городов, где введен карантин.

Многие люди на карантине активно занимаются саморазвитием, и онлайн-сервисы им в этом помогают. Так, например, Arzamas по промокоду «КАРАНТИН» предоставляет бесплатный доступ к своим ресурсам. Сайт с курсами для школьников «Фоксфорд» тоже открыл бесплатный доступ к своим занятиям под следующим девизом: «Вместо градусников и таблеток — бесплатные занятия по школьной программе». А для любителей «серьезной» науки сер-

вис Naked Science предоставил бесплатный доступ ко всем научным журналам по промокоду COVID-19.

Вкусный карантин

Конечно, ни один находящийся на карантине человек не может обойтись без доставки еды, в том числе готовых блюд.

«По итогам прошлой недели количество заявок от ресторанов, желающих подключиться к платформе Delivery Club, выросло более чем в три раза по сравнению со средним показателем предшествующих будних дней марта. Более 40% запросов сформировано ресторанами Москвы и Московской области — этот показатель выше традиционного на 10–15%, — сообщила «Известиям» пресс-служба Delivery Club.

Впрочем, речь идет не только о доставке продуктов, но и о курьерских службах в целом. Компания Ozon, чтобы справиться с огромным количеством заказов, сделала доставку платной. В приложении также есть уведомление о том, что из-за большой загруженности компания доставляет только заказы дороже 999 руб.

Такая популярность доставки связана с тем, что люди активно закупаются продуктами с долгим сроком хранения. По данным Nielsen, в начале марта спрос на крупы подскочил на 27,8%, на замороженную продукцию — на 40,9%, на макаронные изделия — на 18,8%, на влажные салфетки — на 21,4%. c 16

Домашний режим для пожилых и болеющих

— общество —

Власти Москвы ввели в городе обязательный карантин для жителей старше 65 лет и пациентов с рядом хронических заболеваний. Именно для них, как показал опыт других стран, коронавирус наиболее опасен. Этим категориям москвичей предписано оставаться дома до 14 апреля, при соблюдении правил карантина они получат в качестве компенсации 4 тыс. руб.

Пожилые люди, а также страдающие от некоторых хронических заболеваний москвичи должны соблюдать карантин с 26 марта по 14 апреля. Соответствующий указ 26-УМ 23 марта подписал мэр Москвы Сергей Собянин.

Как следует из указа, его действие распространяется на москвичей в возрасте старше 65 лет. Также под действие указа подпадают жители столицы любого возраста, если у них есть ряд хронических заболеваний. В их число входят: инсулинозависимый сахарный диабет, астма, бронхоэктазия, легочное сердце и нарушение легочного кровообращения, наличие трансплантированных органов и тканей, хроническая болезнь почек, злокачественные новообразования. Также режим самоизоляции должны соблюдать те, кто в прошлом перенес инфаркт или инсульт.

Чтобы соблюсти режим самоизоляции, эти категории жителей должны находиться дома. Если им необходимы доставка продуктов, лекарств и решение других бытовых проблем, пожилые и хронически больные москвичи могут обратиться на горячую линию по номеру 8 (495) 870–45–09. Помощь им окажут социальные работники или волонтеры — они, согласно заявлению главы Минтруда Антона Котякова, также примут участие в работе социальных служб. По его словам, собрать добровольцев министерству помогает «Общероссийский народный фронт»: сейчас они формируют списки помощников и тех, кто в них нуждается. По предварительным данным, помощь пожилым в бытовой сфере окажут более 5,5 тыс. волонтеров-медиков — это позволит снизить нагрузку на социальные службы как в Москве, так и в других городах.

Чтобы нуждающиеся в карантине не выходили из дома оплачивать жилищно-коммунальные услуги, власти города рекомендовали предприятиям ЖКХ временно не начислять штрафы за просрочку по оплате, а также обеспечить стабильное предоставление услуг на период карантина. Еще одна мера поддержки связана с услугами мобильной связи: у пенсионеров и больных граждан при нулевом (или отрицательном) балансе счета телефона связь отключаться не будет.

Те, кто обязан соблюдать режим самоизоляции, но при этом работает на каком-либо предприятии, смогут воспользоваться дистанционным режимом работы или оплачиваемым отпуском. Исключением станут руководители и сотрудники, «чье нахождение на работе жизненно важно для предприятий», а также работники здравоохранения и некоторые граждане — по определенному решению оперативного штаба по контролю и мониторингу ситуации с коронавирусом в Москве.

В качестве компенсации москвичам 65 лет или хроническим больным выплатят 4 тыс. руб., из которых 2 тыс. руб. сразу, остальные — после окончания домашнего режима «при отсутствии систематических нарушений режима».

Как сообщили в Минздраве, пожилым людям нежелательно покидать дом даже для плановых визитов к врачу. При этом рекомендации врача по лечению имеющихся хронических заболеваний важно продолжать выполнять. «Минздрав России настоятельно рекомендует пациентам с хроническими заболеваниями, такими как сахарный диабет, гипертоническая болезнь, ревматоидный артрит, пациентам, находящимся на иммуносупрессивной терапии после трансплантации органов, онкологическим в период проведения химиотерапии соблюдать особые меры предосторожности», — отмечает профессор кафедры инфекционных болезней Первого МГМУ им. И. М. Сеченова доктор медицинских наук Владимир Чуланов.

Как пояснила врач-инфекционист Елена Цыганова, входившая в состав делегации Минздрава для посещения Китая, международный опыт показал, что пожилые люди составляют основную группу риска по развитию тяжелых форм заболевания, что объясняет пристальное внимание здравоохранения к этой категории граждан.

По словам Елены Цыгановой, дети, напротив, переносят это заболевание практически бессимптомно или в легкой форме. По ее словам, пожилым при нахождении на карантине в квартире и доме необходимо регулярно проводить влажную уборку, часто проветривать помещение и, если человек проживает не один, ограничить общение с другими лицами, проживающими в квартире.

По всей России сейчас, по данным Росстата, проживают 8,1 млн человек в возрасте 60–65 лет и 13,7 млн человек старше 70 лет. Среди всех регионов России Москва занимает второе место по продолжительности жизни. В среднем житель российской столицы живет 78 лет, уступая только жителям Северо-Кавказского округа, поэтому сейчас численность тех, кто должен находиться в самоизоляции по новым правилам, составляет около 2 млн человек.

СТАТИСТИКА
Согласно данным о возрастной структуре заболеваемости и смертности от COVID-2019 из стран с наиболее масштабными эпидемиями (сейчас к ним относят США, Китай и Южную Корею), смертность от коронавируса среди пожилых в несколько раз больше, чем среди остальных возрастных категорий граждан. Например, в Китае, по данным национального Центра по контролю и профилактике заболеваний, около 80% смертей из-за коронавируса пришлось на людей старше 60 лет. В США на людей старше 65 лет пришлось 31% случаев заболевания и 80% смертей, связанных с коронавирусом. На пожилых людей также приходится 45% всех госпитализаций и более 50% госпитализаций в отделение интенсивной терапии. А вот в Южной Корее, где эпидемия уже практически завершилась, несмотря на большое число заразившихся, умерших от коронавируса было мало, поскольку болели в основном люди в возрасте от 20 до 49 лет.
По данным китайских ученых, в целом смертность от коронавируса не превышает 3%, что сопоставимо с показателями летальности от сезонного гриппа. Однако для пожилых риск умереть существенно выше — например, для людей старше 80 лет он составляет уже 15%. Для пожилых в возрасте от 70 до 79 лет он ниже почти в два раза (8%), для еще более молодых (60–69) — почти в четыре. Для мужчин любого возраста вероятность умереть от коронавируса выше, чем для женщин, — 2,8% и 1,7% соответственно.
Также риски летального исхода выше у людей с хроническими заболеваниями, поэтому они и вошли в число тех, кому правительство Москвы рекомендует соблюдать карантин. По данным китайских медиков, риск летального исхода из существующих болезней больше всего повышают сердечно-сосудистые заболевания, затем следуют диабет, хронические респираторные заболевания и гипертония.
Редакция благодарит Оперативный штаб по контролю и мониторингу ситуации с коронавирусом в Москве за помощь в работе над приложением «Московское здравоохранение»

Review Московское здравоохранение

«Госпиталь готов трансформироваться, если будет большое количество больных»

Большинство москвичей с подозрением на коронавирус попадают в городскую клиническую больницу №40 в поселке Коммунарка. „Ъ“ поговорил с заместителем главного врача по медицинской части **Игорем Тюриным** о том, как организован больничный карантин, что можно взять с собой в больницу и когда ожидать конца пандемии.

— ситуация —

— Жителей Москвы, у которых подозревают коронавирус, везут на карантин в несколько городских больниц, но большинство все-таки попадает к вам. Расскажите, сколько у вас сейчас таких пациентов?

— Сейчас у нас находится на наблюдении 397 пациентов, из них у 156 диагностирована пневмония, у 121 — COVID-19. В общей сложности с 1 марта, когда мы начали работать, написано 375 пациентов.

— Ожидаете ли вы роста числа заболевших в будущем?

— С медицинской точки зрения сейчас описано два сценария: азиатский сценарий, когда это быстро стихает, и итальянский сценарий, когда это нарастает. Сейчас очень важно отработать готовность к итальянскому сценарию, если вдруг будет большой всплеск. Пока благодаря беспрецедентным мерам, принятым в Москве, удается это сдерживать.

— А как можно подготовиться к худшему?

— Наша клиника готова трансформироваться, если будет большое количество больных. Прямо сейчас мы можем из существующих коек превратить 190 в реанимационные. В результате мы получим большой центр, в который будут привлекаться специалисты со всего города. Все необходимое оборудование у нас есть.

— Хорошо, а как к вам привозят и размещают пациентов с подозрением на коронавирус сейчас?

— Все пациенты с подозрением на новую коронавирусную инфекцию в Коммунарку доставляют специализированные бригады московской скорой помощи. В приемном отделении прибывают пациенты размещаются на диагностических койках, разгороженных шторками. Всем выдаются медицинские маски. Здесь измеряют температуру, берут анализы, в том числе мазки из ротоглотки и носа на COVID-19, и после оформления документов и необходимого инструментального обследования направляют в палаты. Поскольку сразу по прибытии врачи оценивают тяжесть состояния пациентов, то в первую очередь занимаются теми,



кому требуется экстренная помощь. Остальные ожидают отправки в отделение в комфортных условиях. При необходимости организуется питание. Врачебное наблюдение начинается с момента прибытия пациента в приемное отделение.

КОНТЕКСТ

С момента появления в России первых заразившихся коронавирусом большинство из них попадают в городскую клиническую больницу №40, которая находится в поселке Коммунарка в Новой Москве. Здания больницы строятся с 2017 года — в конце декабря первые четыре из них начали принимать пациентов. В будущем общая площадь комплекса будет составлять около 150 тыс. кв. м, что сделает его одним из самых крупных в городе. Недавно проект строительства клиники вышел в финал престижной премии в области недвижимости и городского развития MIPIM Awards.

— А какие условия у карантина по посещению родственников?

— Посещения пациентов родственниками запрещены. Но передачи для пациентов принимаются на КПП1 больницы в течение всего дня, с 9:00 до 20:00. Оттуда их доставляют в палаты.

— Какое медицинские лечение получают те, кого привозят с подозрением на коронавирус?

— Для пациентов задействована вся диагностическая база стационара. Объем лечения определяется тяжестью состояния пациента и его анамнезом.

— Когда их отпускают и после каких анализов?

— Пациенты без первичного положительного или сомнительного теста на коронавирус выписываются после двух подряд отрицательных тестов на коронавирус. После выпи-

ски дома человек должен находиться в изоляции после получения третьего отрицательного результата. На всех этих этапах у него не должно быть симптомов заболевания, если они появляются во время нахождения в стационаре, срок госпитализации увеличивается. В случае положительного или сомнительного анализа на коронавирус следующий анализ берется через 10 дней и через 12 дней. Если они отрицательные, пациента выписывают. Пока большинство поступивших к нам пациентов имеет легкое течение заболевания или средней степени тяжести.

— Как кормят заболевших?

— Пациенты больницы в Коммунарке получают здоровое и полезное питание. Его качество подтверждено санитарно-гигиеническими сертификатами, оно успешно прошло проверку Роспотребнадзора. Его калорийность и содержание

белков, жиров и углеводов соответствует заявленным диетам: ОВД (основной вариант диеты) и ОВД без сахара — для пациентов с сахарным диабетом. Оно соответствует нормам питания для здорового человека, не занятого физическим трудом. Калорийность достигает 2500–2600 ккалорий, так что этот рацион сложно назвать недостаточным. В Коммунарке пятиразовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин.

— Доступен ли пациентам в карантине интернет?

— Да, на территории палатного корпуса работает бесплатный Wi-Fi.

— Что может взять с собой человек, которого предписано доставить в карантин?

— Личные вещи, телефон, ноутбук и другие гаджеты.

Интервью взяла
Ольга Потапова

Труд увеличивает дистанцию

— технологии —

На прошлой неделе мэр Москвы **Сергей Собянин** порекомендовал столичным компаниям перевести на дистанционную работу хотя бы часть своих сотрудников. Эта мера, по оценке правительства города, поможет снизить риски распространения коронавируса в столице. В удаленном режиме уже начали работать городские службы и ряд госкорпораций.

Компаниям Москвы рекомендовано перевести своих сотрудников на работу из дома — это поможет снизить риски распространения коронавируса в столице. Об этом в своем блоге сообщил мэр Москвы Сергей Собянин.

«Анализ ситуации в зарубежных странах и наш собственный опыт говорит о том, что лучшим средством замедления распространения коронавирусной инфекции является уменьшение количества социальных контактов. В сложившихся обстоятельствах обращаясь с просьбой ко всем работодателям города Москвы последовать их примеру и, по возможности, перевести часть ваших работников на работу из дома», — написал он. При этом, подчеркнул мэр, удаленная работа означает выполнение трудовых обязанностей с выплатой заработной платы. «Просьба не подменять ее вынужденными отпусками за свой счет», — добавил он. Сейчас в Москве число работающих жителей составляет около 6–7 млн человек — по словам мэра, было бы хорошо перевести на дистанционный формат работы от 15% до 30% из них.

Действительно, ряд глобальных компаний уже начали вводить карантин в своих подразделениях. Microsoft и Expedia отправили работать из дома более 80% сотрудников. Немногим меньше — от 34% до 76% работников трудятся удаленно у таких гигантов, как Amazon, Uber, Facebook и Google. В Twitter также практически закрыли офисы для работников, а руководство Apple отправило 12 тыс. сотрудников штаб-квартиры в Калифорнию на дистанционную работу.

В России такая практика тоже возможна. Сейчас, как пояснили в Мин-



труде, действующее законодательство не ограничивает возможности удаленной работы — такие условия могут быть описаны в трудовом договоре, если производственные условия позволяют, то есть если у сотрудника есть необходимые ресурсы для того, чтобы выполнять свою работу из дома, или предприятие может его таки-

ми ресурсами обеспечить. Как таковое понятие «удаленная работа» в трудовом законодательстве нет.

Поэтому, чтобы перевести сотрудников на работу из дома, работодателю достаточно издать приказ о временном переводе (на период мероприятий, направленных на распространение новой коронавиру-

зной инфекции (2019-nCoV)) и ознакомить с ним работников. Перевод на удаленную работу, подчеркивают в министерстве, должен проходить с учетом производственных возможностей — у сотрудников должны быть все ресурсы для выполнения своей обычной работы.

На расстоянии, как пояснили в Минтруде, можно также заключать и расторгать трудовые договоры. Для этого необходимо, чтобы трудовой договор был представлен в письменной форме в двух экземплярах, каждый из которых подписан работником и работодателем. Кроме того, возможно подписание трудового договора усиленной квалифицированной электронной подписью в порядке, предусмотренном для дистанционных работников главой 49.1 Трудового кодекса.

Первыми на удаленный режим работы перешли сотрудники комплекса городского хозяйства Москвы. Как пояснил заммэра Москвы по вопросам ЖКХ и благоустройства Петр Бирюков, это решение было принято в соответствии с указанием мэра Москвы. «Мы приняли решение отправить работать из дома сотрудников, которые могут выполнять свои должностные обязанности удаленно без ущерба качеству работы», — отметил он.

Позже о переводе сотрудников на удаленный режим работы заявили ряд российских компаний, в том числе такие крупные, как «Русал» и EN+ Group, сообщает газета РБК. Также о переходе на удаленный режим на прошлой неделе объявили Morgan

Stanley, частично МТС, Райффайзенбанк, Газпромбанк и «Почта России».

По данным ВВС, перевести сотрудников на работу из дома планируют ряд российских IT-компаний, таких как «Яндекс», Mail.ru и «Лаборатория Касперского». Аналогичные меры для себя рассматривают и банки — в первую очередь Сбербанк и «Тинькофф».

Остальным в организации удаленной работы готова помочь компания «Билайн». Оператор сотовой связи заявил, что в 2016 году запустил для собственных сотрудников проект по внедрению удаленной работы BeeFree. Сейчас в нем участвуют более 60%, или 6,5 тыс. человек по всей стране. По словам компании, ее специалисты готовы поделиться с другими московскими предприятиями инсайтами организации удаленной работы в крупной корпорации, эффективными инструментами планирования и контроля и примерами трудовых договоров.

«На дистанционную форму работы необходимо по возможности оповестить всех, кого можно. Ответственный работодатель обязан сохранить здоровье своих работников. Также до всех сотрудников нужно довести информацию о правилах гигиены и профилактики распространения коронавируса», — отмечает директор Московского государственного центра условий и охраны труда Надежда Мокина. По ее словам, также есть несколько способов максимально обезопасить здоровье персонала, который нельзя перевести на удаленку. Не допускать на рабочее место сотрудников с признаками простуды, лучше отправить их на больничный. При входе на работу организуйте измерение температуры тела у всех. Также необходимо регулярно проветривать и делать в помещениях влажную уборку и так далее, рассказала Мокина.

Отметим, что следующая неделя, согласно указу президента, будет нерабочей с сохранением зарплат для работников всех предприятий как в Москве, так и во всей России. Исключение составят только занятые в медицинской и продовольственных сферах.

Олег Кривов

ЧТО ПОМОЖЕТ И НЕ ПОМОЖЕТ ОТ КОРОНАВИРУСА

ПОМОЖЕТ предотвратить распространение коронавируса:

Регулярное мытье рук

Регулярно обрабатывайте руки спиртосодержащим средством или мойте их с мылом. Если на поверхности рук присутствует вирус, то обработка рук спиртосодержащим средством или мытье их с мылом убьет его.

Соблюдение дистанции в общественных местах

Держитесь от людей на расстоянии как минимум 1 м, особенно если у них кашель, насморк и повышенная температура. Кашляя или чихая, человек, болеющий респираторной инфекцией, такой как COVID-19, распространяет вокруг себя мельчайшие капли, содержащие вирус. Если вы находитесь слишком близко к такому человеку, то можете заразиться вирусом при вдыхании воздуха.

Отказ

от прикосновений к лицу

Руки касаются многих поверхностей, на которых может присутствовать вирус. Прикасаясь содержащими инфекцию руками к глазам, носу или рту, можно перенести вирус с кожи рук в организм.

Соблюдение правил респираторной гигиены

При кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя; сразу выкидывайте салфетку в контейнер для мусора с крышкой и обрабатывайте руки спиртосодержащим антисептиком или мойте их водой с мылом. Прикрывание рта и носа при кашле и чихании позволяет предотвратить распространение вирусов и других болезнетворных микроорганизмов. Если при кашле или чихании прикрывать нос и рот рукой, микробы могут попасть на ваши руки, а затем на предметы или людей, к которым вы прикасаетесь. При повышении температуры, появлении кашля и затруднении дыхания как можно быстрее обращайтесь за медицинской помощью. Если вы посещали районы Китая, где регистрируется COVID-19, сообщите об этом медицинскому работнику.

НЕ ПОМОЖЕТ предотвратить распространение коронавируса:

Горячая ванна или прогулка по улице в холодную и снежную погоду

Температура тела здорового человека держится в пределах от 36,5° до 37° независимо от температуры окружающей среды или погоды. На температуру тела также не влияет температура воды в ванне или душе.

Использование электросушителей для рук

Как и в случае с горячей ванной, горячий воздух из электросушителя не может повлиять на температуру человеческого тела, а значит, не может помешать распространению вируса.

Применение ультрафиолетовой лампы для дезинфекции

УФ-лампы не следует использовать для стерилизации рук или других участков кожного покрова, поскольку ультрафиолетовое излучение может вызвать эритему (раздражение) кожи.

Обработка поверхности всего тела этанолом или хлорной известью

Обработка всего тела спиртом или хлорной известью не уничтожит вирусы, которые уже проникли в организм. Распыление таких веществ может нанести вред одежде и слизистым оболочкам (то есть глазам, ротовой полости). Следует помнить, что как спирт, так и хлорная известь, могут быть эффективными средствами дезинфекции поверхностей, но использовать их необходимо в соответствующих случаях и с соблюдением правил.

Регулярное промывание носа солевым раствором

Научных данных о том, что регулярное промывание носа солевым раствором позволяет защитить от коронавирусной инфекции, нет. По некоторым данным, регулярное промывание носа солевым раствором может ускорить выздоровление при обычной простуде. Однако доказательства эффективности регулярного промывания носа как средства профилактики респираторных инфекций отсутствуют.

Употребление в пищу чеснока

Чеснок — полезный для здоровья продукт, обладающий определенными противомикробными свойствами. Тем не менее в ходе текущей вспышки не было получено никаких подтверждений эффективности употребления чеснока как средства профилактики заражения новым коронавирусом.

Прием антибиотиков

Антибиотики против вирусов не действуют. Они позволяют лечить только бактериальные инфекции. Новый коронавирус (COVID-19) — это вирус, и, следовательно, антибиотики не следует использовать для профилактики и лечения коронавирусной инфекции. Тем не менее пациентам, госпитализированным с инфекцией COVID-19, могут назначаться антибиотики для лечения сопутствующих бактериальных инфекций.

По рекомендациям
Всемирной организации здравоохранения.

«Мы переживаем самую масштабную пандемию XXI века»

Уже несколько недель мир живет в ситуации пандемии коронавируса. Ё́ поговорил с **Александром Гореловым**, замдиректора Центрального научно-исследовательского института эпидемиологии Роспотребнадзора, о причинах появления коронавируса, методах его лечения и последствиях пандемии этого заболевания для систем здравоохранения разных стран.

— **экспертная оценка** —

О природе коронавируса

— Несмотря на то что последние месяцы новости о коронавирусе приходят со всех сторон, до сих пор остаются вопросы о его природе и причинах возникновения. Итак, что такое коронавирус и откуда он появился?

— Коронавирус — это название целой категории вирусов, каждый из которых имеет собственное имя. Сейчас человечество столкнулось с COVID-19, но в прошлом уже были зафиксированы случаи заражения вирусами, геном которых на 80% совпадает с нынешним. Как и в предыдущих случаях, источником возникновения коронавируса является сама природа. Вирусы — живые организмы, у них есть ДНК или РНК, они способны к мутациям, размножению и выживанию в сложных условиях. Поэтому не проходит и года, как мы узнаем о каких-то новых их видах.

— То есть версии о том, что нынешняя пандемия коронавируса имеет рукотворную природу, неверны?

— Нет, это конспирология, которая не опирается ни на один факт. Когда ученые изучили геном COVID-19, они обнаружили, что он повторяет геном коронавируса, обнаруженного у некоторых животных, таких как летучие мыши и змеи, поэтому именно они являются его природным резервуаром. Правда, пока неясно, как именно вирус, которым заражаются животные, стал опасен для человека, так как существует два варианта его эволюции. Согласно первому, вирус изменился, пока находился в животном-носителе, но не в человеке. Второй сценарий прямо противоположный: он предполагает, что непатогенная версия вируса когда-то «перескочила» от животного к человеку, где и развилась до своей нынешней формы. Однако на данный момент трудно сказать, какой из этих путей наиболее вероятен.

— Если вирусы возникают в природе постоянно, от чего зависит, будут ли они опасны для человека?

— От мутации, которая с ними происходит. Генетический материал вируса может быть представлен либо ДНК, либо РНК, соответственно, вирусы подразделяют на ДНК-содержащие и РНК-содержащие. Когда ДНК-вирус реплицируется внутри клетки своего носителя, ошибки, которые возникают во время репликации ДНК, удаляются, и мутации не происходит. Но когда реплицируется РНК-вирус, этот механизм не работает, и на выходе может появиться вирус с новой РНК. Большинство вирусов относятся как раз к РНК-содержащим и поэтому могут постоянно обновляться, и в ряде случаев их новая версия приобретает свойства, делающие ее опасной для человека.

— И предсказать, как часто будут возникать такие мутации, невозможно?

— Нет. Сейчас мы переживаем вторую, но самую масштабную пандемию XXI века (первой была пандемия «свиного», «калифорнийского» гриппа H1N1). Но в XX веке были и другие, например, пандемия «испанки», самая массовая пандемия гриппа за всю историю человечества. В 1918–1919 годах во всем мире ею заразились около 550 млн человек, а 50–100 млн человек умерли.

Вообще же, эксперты ВОЗ посчитали, что к 2050 году главной проблемой человечества станут именно инфекции, вызванные антибиотико-резистентными микробами. И пока мы не поймем, что с инфекциями шутить нельзя, опасность будет только расти.



ГОРЕЛОВ АЛЕКСАНДР ВАСИЛЬЕВИЧ

Родился 23 января 1958 года в Пензе. В 1982 году с отличием окончил педиатрический факультет Саратовского медицинского института. В 1989 году он защитил кандидатскую диссертацию, ее тема «Вопросы клиники, патогенеза и этиотропной терапии кампилобактериоза у детей». В 1995 году — докторскую диссертацию на тему кампилобактериоза у детей. После окончания вуза работает в Центральном научно-исследовательском институте эпидемиологии, где прошел путь от аспиранта до заведующего детским клиническим отделением (с 1996 года), в настоящее время — руководитель клинического отдела инфекционной патологии (с 2008 года). С 1993 года работает на кафедре детских болезней Сеченовского университета, с 2000 года — в должности профессора, курирует гастроэнтерологическое отделение. В 2016 году избран членом-корреспондентом РАН. В настоящий момент является заместителем директора Центрального научно-исследовательского института эпидемиологии Роспотребнадзора.

За свою карьеру Александр Горелов издал более 500 научных трудов по инфекционным болезням у детей и педиатрии и запатентовал 7 изобретений. Под его руководством защищено 11 докторских и 36 кандидатских диссертаций. Он входит в редакционные коллегии 9 научных журналов из перечня ВАК, является заместителем главного редактора журнала «Инфекционные болезни».

О симптомах коронавируса

— Итак, чем и для кого опасен COVID-19?

— COVID-19 в первую очередь, как и другие респираторные заболевания, наиболее опасен для пожилых. Это связано с тем, что, во-первых, у них из-за возраста происходит снижение иммунитета, а во-вторых, у большинства из них есть ряд хронических заболеваний. Когда в организм пожилого человека попадает COVID-19, у него вероятно развитие именно тяжелой формы заболевания, той, которая ведет к острому респираторному дистресс-синдрому, или дыхательной недостаточности.

Пока, как показывает статистика, собранная в Китае и ряде европейских стран, затронутых эпидемией, максимальные риски летальности среди заразившихся в возрасте старше 80 лет. Для них он составляет около 15%, в то время как для всего населения — около 3–4%. Это сопоставимо с показателями летальности от сезонной эпидемии гриппа. Но это предварительные данные, и пока эпидемия не закончится, мы не сможем полноценно оценить ее влияние, потому что все страны по-разному собирают статистику, и на ее сопоставление нужно время.

— То есть данные о заболеваемости и смертности по странам сильно отличаются?

— Конечно, и необходимо разбираться, что стало причиной этих отличий. Вот, например, в Южной Корее летальность при COVID-19 составила всего 0,7%, а в Италии при сходном уровне экономического развития — в несколько раз больше. С одной стороны, виной этому стали принятые в Италии меры, которых оказалось недостаточно, с другой — вирус мог мутировать. — **Какие симптомы у COVID-19?**

мы госпитализируется большинство пациентов. А в ТиНАО строится мобильный комплекс инфекционной больницы, который откроют в ближайшие недели.

Кроме того, в Москве открываются девять лабораторий для исследований коронавируса.

— Как в этих стационарах лечат пациентов?

— Это зависит от того, в какой форме протекает заболевание у конкретного человека. Есть список противовирусных препаратов, которые Минздрав рекомендует применять для лечения коронавируса, хотя изначально они были предназначены для пациентов с другими диагнозами. В тяжелых случаях может потребоваться искусственная вентиляция легких, ЭКМО, но это единичные случаи.

— А что делать тем, кто не выезжал из России, не имеет симптомов коронавирусной инфекции, но хочет защитить себя от риска заразиться?

— Необходимо мыть руки как можно чаще, в идеале каждый час, особенно после улицы, и как можно реже выходить из дома.

Хочу также подчеркнуть, что принимать в период эпидемии препараты для поддержания иммунитета не стоит, так как нет достоверных научных данных об их эффективности. Что касается противовирусных препаратов, то их также не нужно принимать без необходимости, то есть без назначения врача. Когда у нас в 2009–2010 годах появилась «свиной» грипп, мы знали, что эффективны два препарата. Но от профилактического их приема отказались, чтобы не формировать у людей резистентность, то есть устойчивость к ним. Чтобы в случае реального заражения человек их принимал и поправился. А если их принимать с профилактической целью, вирусы к ним приспособливаются, и когда действительно нужно лечить заболевшего, помочь уже нельзя. Эта тактика у нашего здравоохранения с 2010 года абсолютная четкая. Неразумное применение лекарств может только навредить.

— А насколько те меры, которые приняты в РФ и, в частности, в Москве, помогут эффективно сдержать распространение вируса?

— Сейчас в РФ уже прекращено авиасообщение. Это самая логичная мера, ведь вирус распространяется со скоростью самолета — как он летит, так летит и вирус. Невозможно же для каждого создать колпак, посадить в изолированное пространство, куда не будет доступа кислорода, — тут или полностью ограничивать, или никак. Достаточно просто представить, что пока мы перемещаемся в другую страну (а это минимум два часа), мы находимся в замкнутом пространстве, где воздух циркулирует по кругу. Заражение может происходить во время полета, а реализуется в течение 12–14 часов. Вспомните историю с судном Diamond Princess, где от одного человека вирус распространился на несколько сотен через общую систему вентиляции судна. В самолете механизм тот же самый.

Ограничение посещения людьми массовых мероприятий следует этой же логике и абсолютно оправданно. Если мы будем каждый вечер ходить в кафе на чашечку кофе, делиться впечатлениями, целоваться, об-

ниматься, то у нас будет как в Италии. Там сейчас ситуация хуже, чем в остальных европейских странах, именно из-за менталитета людей. А вот лучше всего пока себя показала Германия. Почему? Потому что немцы — нация дисциплины, и когда появилась рекомендация соблюдать карантин, им в голову не пришло ее нарушить.

О перспективах

— Что будет происходить дальше? Будут ли ученые пытаться разработать вакцину от коронавируса?

— Сконструировать прототип вакцины при нынешнем уровне развития микробиологии, вирусологии, геной инженерии не очень сложно. Больше времени и сил занимают ее доклинические и клинические исследования — проверяется безопасность, способность создавать эффективный и долгосрочный иммунитет. Разработка хорошей вакцины требует не менее трех-восьми месяцев и огромных затрат. Это не значит, что работа не ведется, над созданием вакцины трудятся несколько научных учреждений нашей страны, в том числе два института Роспотребнадзора. Но это длительный процесс. Поэтому, полагаю, в лучшем случае первые рабочие вакцины могут появиться к концу 2020 года, не раньше.

— Потребуется ли государствам менять свои системы здравоохранения?

— В какой-то степени, безусловно, потому что последние 50 лет человечество считало, что полностью победило инфекционные заболевания. Ведь после пандемии гриппа в 20-х годах в таком масштабе никто с инфекционными заболеваниями не сталкивался. Постепенно на первое место среди причин смертности людей вышли хронические заболевания — сердечно-сосудистые и онкологические. Их предотвращение и лечение и стало фокусом внимания медицины и фармацевтических компаний.

Но сейчас, как и продемонстрировала нынешняя пандемия, опасность заболеть инфекционным заболеванием существует. И теперь необходимо вкладывать средства, которые идут на здравоохранение, в развитие мощностей для предотвращения и лечения заразных болезней. Это значит, что нужно строить новые инфекционные больницы, создавать дополнительные инфекционные койки, на которых можно сразу разместить много людей в условиях карантина. Необходимы службы немедленного реагирования, в которых есть специалисты по предотвращению распространения вирусов, бактерий и проч.

Наконец, необходимо инвестировать в науку, которая занимается изучением инфекционных заболеваний, и эпидемиологию, вирусологию, микробиологию, биотехнологию. Этим отраслям необходимы кадры, оборудование и иные ресурсы, чтобы быть готовыми изучать новые болезни, с которыми может столкнуться мир. Без понимания, как работают новые вирусы в организме человека, как они передаются от одного заболевшего к другому, мы не сможем ни создать вакцину, ни организовать эффективный карантин. Так что к переменам в здравоохранении надо быть готовыми.

Интервью взяла
Анастасия Мануйлова

ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ ЦНИИ ЭПИДЕМИОЛОГИИ РОСПОТРЕБНАДЗОРА

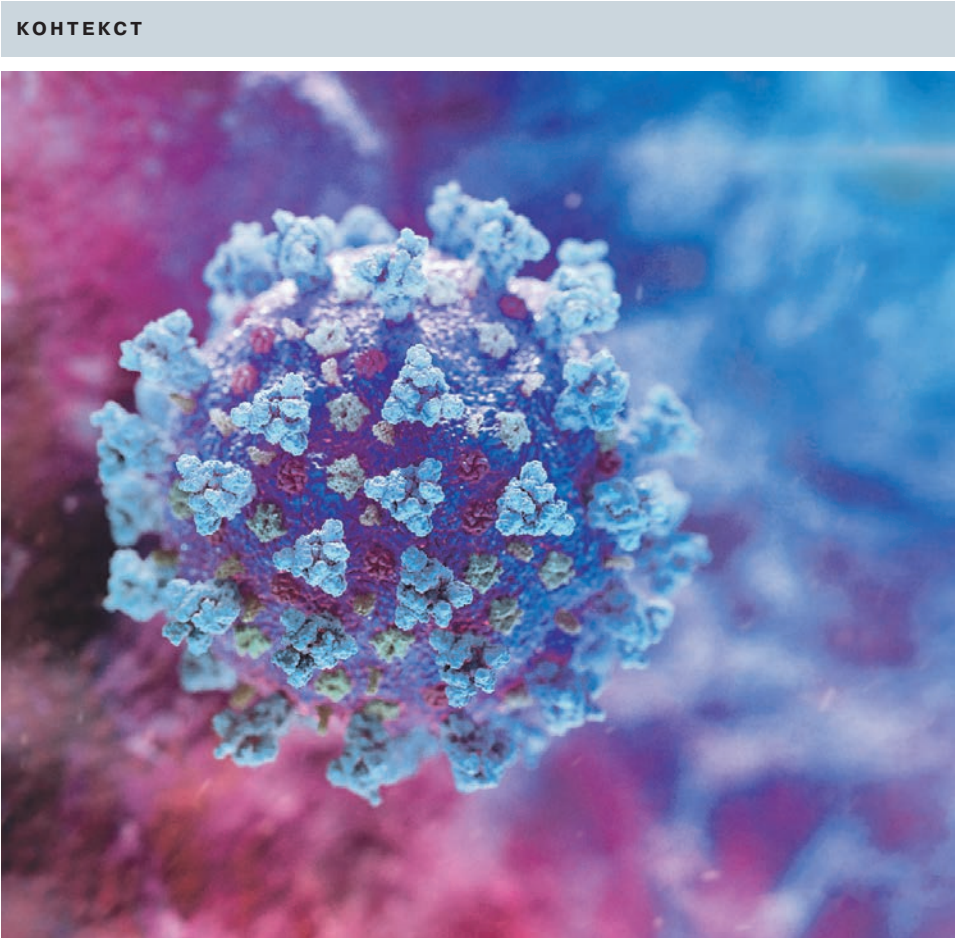
В 1963 году постановлением Совета министров СССР был создан Центральный научно-исследовательский институт эпидемиологии для разработки научных основ противоэпидемического обеспечения населения страны.

Институт является головным учреждением Научного совета по эпидемиологии, инфекционным и паразитарным заболеваниям, созданного совместным приказом МЗ и РАМН, осуществляющего координацию и экспертизу научно-исследовательских работ в России по проблемам эпидемиологии и инфекционной патологии.

На базе института функционируют центры Роспотребнадзора: Федеральный научно-методический центр по профилактике и борьбе со СПИДом, российские центры по внутрибольничным инфекциям; менингококковой инфекции и гнойным менингитам; шигелледам; сальмонелледам; зоонозам; по слежению за состоянием коллективного иммунитета к инфекциям, управляемым средствами специфической профилактики; Центр молекулярной диагностики инфекционных болезней; сотрудничающий с ВОЗ Центр по зоонозам.

Институт является одним из главных разработчиков в стране теоретических основ и концепций в области эпидемиологии, социально-экономической значимости инфекционных болезней, патогенеза, диагностики, терапии и профилактики инфекционных болезней.

В числе сотрудников института 5 академиков РАН, 2 члена-корреспондента РАН, 18 профессоров, 39 докторов и 50 кандидатов наук, 6 заслуженных деятелей науки РФ, 6 лауреатов Государственных премий, 15 лауреатов премий правительства РФ.



Коронавирусы — семейство вирусов, в которое на сегодняшний день входит 40 подтипов. Они получили свое название из-за ворсинок на своей оболочке, стремящихся в различные стороны и напоминающих корону. Назначение «короны» у коронавирусов связано с их специфическим механизмом проникновения через мембрану клетки путем имитации «фальшивыми молекулами» молекул, на которые реагируют трансмембранные рецепторы клеток. После того как рецептор захватывает фальшивую молекулу с «коронами», он продавливается вирусом в клетку и за ним РНК вируса входит в клетку. Коронавирусы могут вызывать у человека целый ряд заболеваний — от обычной простуды до тяжелого острого респираторного синдрома (ТОРС, или атипичной пневмонии). На долю коронавирусной инфекции приходится от 4% до 20% случаев всех ОРВИ. Инфекция распространяется воздушно-капельным, фекально-оральным и контактным путем от больных с клинически выраженной или скрытой формой заболевания. Инкубационный период заболевания, провоцируемого коронавирусной инфекцией, зависит от формы и длится от 3 до 14 дней.

Первые человечество столкнулось с семейством коронавирусов в 1965 году, однако тогда число людей, у которых его обнаружили, было незначительным. Следующая вспышка заболеваний, вызванных коронавирусом, была гораздо более масштабной и произошла в 2001 году в Китае. Тогда диагноз тяжелой респираторной инфекцией (SARS) поставили 8 тыс. человек. Вторая вспышка началась в ряде стран на Ближнем Востоке в 2012 году, где начали регистрировать случаи новой инфекции, вызванные коронавирусом MERS. В 2015 году этот же вирус был обнаружен в Южной Корее, им заразились 183 человека.

Вакцина от вируса

Научные центры Роспотребнадзора начали испытания прототипов вакцины от коронавируса на животных. Помимо России сейчас разработкой такой прививки заняты ряд стран мира. И у них, и в РФ готовая вакцина может появиться уже к началу 2021 года.

— наука —

В России начали испытания вакцины против COVID-19. Об этом на прошлой неделе сообщила пресс-служба Роспотребнадзора. «Для профилактики и контроля эпидемии COVID-19 в научном центре Роспотребнадзора ГНЦ ВБ «Вектор» в самые сжатые сроки разработаны прототипы вакцин, основанные на шести различных технологических платформах», — говорится в сообщении на сайте ведомства.

Сейчас применение вакцин считается самым эффективным способом предотвратить распространение инфекционных заболеваний. Другие меры профилактики также являются чрезвычайно важными, особенно для инфекций, передающихся воздушно-капельным путем, однако по сравнению с вакцинированием они являются второстепенными. Именно вакцинация позволяет создать у людей коллективный иммунитет — то есть ситуацию, когда вакцинировано большинство людей и шансы заболеть даже у тех, кто прививки не делал (например, по медицинским показаниям), существенно снижаются. Именно на этом эффекте основаны, например, рекомендации массовых прививок от гриппа.

В России вакцинация детей и взрослых проводится в соответствии с Национальным календарем прививок, принятым в марте 2014 года. Календарь прививок — это минимальная так называемая обязательная схема, предусмотренная для всех проживающих в РФ. Сейчас в него входят 12 заболеваний — помимо гриппа в их числе туберкулез, полиомиелит, коклюш дифтерия, пневмококк и другие.



Александр Желонкин

С того момента как ВОЗ объявила о пандемии коронавируса во всем мире, ученые многих стран начали работу над ее созданием. Как пояснила представитель ВОЗ в России Мелита Вуйнович, организация приветствует активизацию научных разработок в борьбе с коронавирусной инфекцией для спасения жизни людей. «К настоящему времени ВОЗ получила заявки на рассмотрение и утверждение 40 диагностических тестов, 20 вакцин находятся в стадии разработки в различных странах мира», — сообщила она.

Как пояснили в Роспотребнадзоре, российским исследователям удалось создать прототипы вакцины как на основе «широко применяемых рекомбинантных вирусных векторов гриппа, кори и везикулярно-

го стоматита», так и с помощью «многообещающих технологий синтетических вакцин». Сейчас, по словам ведомства, все прототипы проходят стадию испытаний на лабораторных животных. Исследования в системе *in vivo* — на живых существах — важный этап создания любого лекарства. На этом этапе разработчики могут оценить безвредность и эффективность нового препарата, определить наиболее подходящую дозу и способ введения вакцины, способ и схему вакцинации.

Как пояснил „Ъ“ замдиректора Центрального научно-исследовательского института эпидемиологии Роспотребнадзора Александр Горелов, именно доклинические и клинические испытания вакцин определяют срок ее выпуска. «С учетом то-

го, что сейчас Роспотребнадзор уже проводит испытания прототипов на животных, первые рабочие вакцины могут появиться к 2021 году», — сообщил он (подробнее см. стр. 3). Схожее мнение о сроках появления вакцин высказал и директор программы ВОЗ по чрезвычайным ситуациям Майкл Райан. «Необходимо соблюдать осторожность, поскольку потенциально вакцину от нового коронавируса получат миллиарды людей, и она должна быть абсолютно безопасной и никому не навредить. Следует быть реалистами и признать, что нам понадобится по меньшей мере год, но это отнюдь не значит, что до этого времени ничего нельзя будет сделать», — заявил он в интервью телеканалу BBC.

Александр Романов

Прививка на будущее

— мнение —

Коронавирус, еще несколько месяцев назад являвшийся проблемой только для здравоохранения Китая, сейчас проверяет на прочность медицинские системы во всем мире. По просьбе „Ъ“ ЯРОСЛАВ АШИХМИН, советник генерального директора Международного медицинского кластера (ММК), рассказал о том, какие трансформации от них могут потребоваться в ситуации пандемии.

Прошло уже несколько недель, как Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила о пандемии коронавируса, и сейчас часто можно услышать мнение, что системы здравоохранения разных стран к ней одинаково не готовы.

Здесь вопрос скорее не в том, что системы здравоохранения не были готовы к эпидемии, а в том, что никто просто не хотел об этом думать. Все понимали, что новый вирус в какой-то момент придет, но деньги на эту будущую потребность не выделялись — никто не мыслил стратегически, мир, можно сказать, заглушал голоса инфекционистов и ориентировался на тех пациентов, которые платили деньги в настоящий момент. Зачем простаивать площадям, зачем держать дополнительные реанимационные койки, которые обходятся дороже всех? Тратить ресурсы в отсутствие эпидемии казалось неэффективным.

У инфекционистов, конечно, не было иллюзий — они понимали, что вирус такого рода придет. Здесь важно отметить, что COVID-19 не настолько страшный — мы считаем, что есть высокая вероятность столкнуться в будущем с намного более опасным вирусом.

Ни одна мировая система здравоохранения не была полностью готова к эпидемии, но Россия оказалась готова значительно лучше большинства стран. Москва, если смотреть на ситуацию в мире, очень хорошо подготовлена. По-прежнему достаточно коэк, аппаратов ИВЛ также существенно больше, чем во многих городах Европы. Кроме этого, мы достаточно быстро стали принимать ограничительные меры, что способствовало лучшему контролю над ситуацией. Еще раз хочу подчеркнуть, что ситуация далека от идеальной, но в целом оказалось, что мы достаточно хорошо готовы к этой эпидемии. Мы видим, что сейчас проводят обучение и подготовку дополнительных кадров, реаниматологи могут записаться в резерв специалистов, готовых прийти на помощь перегруженным государственным клиникам. Врачи прилагают максимум усилий, чтобы спасти пациентов и смягчить удар.

У нас будет короткий период после того, как пройдет эпидемия, буквально несколько



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА ММК

месяцев, когда нужно будет инициировать дискуссию во всем мире. Важно определиться, сколько ресурсов мы готовы потратить на защиту населения планеты от будущих эпидемий, как правильно это сделать, как предотвратить распространение инфекции на более ранних этапах. Нам необходимо перестроить системы здравоохранения таким образом, чтобы при необходимости мы могли быстро переключаться на лечение пациентов с вирусными инфекциями.

Пока же мы видим, что после недавних вспышек вирусов MERS, SARS, свиного и птичьего гриппа ничего не было предпринято для того, чтобы поменять систему здравоохранения на предмет воспитания необходимых кадров и формирования системы быстрого реагирования на инфекции. Давайте отвлечемся от вирусов и посмотрим на схожую рискованную ситуацию — кто из врачей знает, как лечить пациентов с лучевой болезнью? А ведь риск ядерной войны тоже существует, и мне представляется важным создать курсы для врачей, обучающие тому, как вести себя в случае ядерной войны.

Возможно, было бы эффективнее организовать такую службу на базе ВОЗ, ведь именно для таких ситуаций она и создавалась. Страны бы выделяли какой-то процент от дохода на ее деятельность. По аналогии с НАТО, в рамках которого страны отчисляют процент ВВП на разрешение военных конфликтов. Только вот независимая организация по разрешению непредвиденных ситуаций в сфере здравоохранения будет полезной и в периоды эпидемий, и в «мирное» (свободное от эпидемий) время. Когда ситуация в сфере здравоохранения спокойна, можно помогать населению Африки, к примеру, бороться со страновыми инфекционными заболеваниями.

Нужно системное решение, межведомственная комиссия. Я представляю появление этой службы как результат дискуссии на уровне всего общества. У этой службы должна быть возможность оперативно закрывать границы, вводить жесткие ограничительные меры. Если у нее не будет реального влияния на ситуацию в самом начале эпидемии, то ей грош цена. На самом деле можно сказать, что эта служба уже создается в России — оперативный штаб по предупреждению и борьбе с новой коронавирусной инфекцией в Москве под руководством Сергея Собянина, по моему мнению, и является прообразом такой службы.

Еще одно новшество, которое может помочь системе здравоохранения, — это то, насколько открыто будет обсуждаться ситуация. Мы понимаем, что ситуация в России еще не достигла пика, он впереди — через две-три недели, максимум месяц, и будут смерти, в том числе известных людей. Рассмотрим ситуацию Италии — в чем причина высокой смертности от вируса? Во-первых, там высокая продолжительность жизни, около 84 лет. Много очень «хрупких» пациентов с хроническими заболеваниями. Представим, что вирус — это землетрясение в магазине с посудой. У нас в России там стоят глиняные чашки, стекло и совсем немного хрустальных ваз. Популяцию Италии можно сравнить с музеем хрусталя, там много людей очень пожилого возраста, которые держатся на великопено подобранной терапии; у нас же их очень мало. И, собственно, вот он, эффект небольшого землетрясения хрустального магазина — пришел вирус, от которого умерло огромное количество пожилых людей, за жизнь которых быются до последнего. А у нас таких «хрустальных ваз», к сожалению, практически нет... Популяция более молодая и умеющая выживать, несмотря ни на что. Есть некое количество известных людей, звезд эстрады. Поэтому может случиться ситуация, когда эти «хрустальные вазы» на фоне коронавируса начнут разбиваться.

Поэтому очень важно найти баланс в обсуждении реальной ситуации с обществом: чтобы, с одной стороны, они соблюдали карантин и все необходимые меры, а с другой стороны, сохраняли спокойствие и не паниковали, понимая, что происходит вокруг. Это очень сложно, но действительно необходимо.

Этот баланс будет способствовать не только соблюдению населением всех мер профилактики, но и укреплению доверия к системе здравоохранения, что в подобной ситуации критически важно, особенно, когда наступит пик. Сегодня всем врачам, системе здравоохранения действительно необходимо доверие со стороны населения. Это нужно нам всем, чтобы пройти пиковые нагрузки коронавирусом на систему максимально спокойно.

Коронавирус в глазах смотрящего

— общество —

Уже несколько недель десятки стран мира, включая Россию, живут при пандемии коронавируса. Для защиты населения принимаются различные меры, но все они подразумевают сознательное поведение самих людей. Однако среди них к угрозе заболеть коронавирусом серьезно относится только часть, остальные считают, что риски, связанные с эпидемией, преувеличены.

Боязнь болезни

Россияне видят в пандемии коронавируса угрозу своему здоровью, позитивно оценивая меры, принятые правительством на уровне страны, однако пока не спешат сами следовать медицинским рекомендациям для предотвращения заражений. Такие выводы можно сделать из данных ряда опросов, с помощью которых российские социологи попытались оценить реакцию на распространение коронавируса в РФ.

Абсолютное большинство россиян хорошо информированы о вспышке болезни, вызванной коронавирусом, происшедшей в начале года в Китае, свидетельствуют данные опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ). Эксперты ВЦИОМа оценивали осведомленность россиян уже дважды, в начале февраля и середине марта. Сейчас доля знающих о вирусе составляет 82% — чуть более чем за месяц она выросла на 14 процентных пунктов. В целом же почти все наши соотечественники слышали о вирусе в той или иной степени (99%). За последние недели выросло и число тех, кто опасается заболеть сам или переживает за здоровье своих родственников. Сейчас доля таких достигла 70% — она увеличилась на 18 процентных пунктов с начала февраля. Напротив, доля тех, кто уверен, что ни с ним, ни с его близкими этого не случится, сократилась с 28% до 16%.

Более половины россиян (61%) в той или иной степени уверены, что российские медицинские и эпидемиологические службы смогут защитить население России от распространения коронавируса в случае реальной угрозы, хотя треть настроена более скептически (32%). Доля тех, кто считает вероятность заражения высокой, практически не изменилась и составила 10% против 8% в начале февраля. Власти принимают достаточные меры для предотвращения распространения коронавируса в России, считает каждый второй россиянин (56%). Такое мнение чаще распространено среди старшего поколения 45–59 лет (56%) и 60+ лет (63%).

При этом сами россияне не спешат ограждать себя от инфекции, хотя и считают, что от заболевания, вызванного коронавирусом, можно защититься (64%). Какие-либо профилактические меры в связи с распространением коронавируса принимали, по данным ФОМ, только 18% населения, остальные же никак не изменили свое поведение в быту. Чуть выше доля принимающих меры — среди старшего поколения, в возрасте от 40 до 60 лет таких оказалось 23%, а среди тех кому за 60, — 20%. Из них 5% сообщили, что «соблюдают гигиену», 3% — что «принимают лекарства, пользуются мазями» и только по 3% — что пользуются масками и сокращают контакты, чтобы реже бывать в общественных местах.

Аналогичные данные были собраны и специалистами Центра стратегических разработок. Так, по их оценке, 77% россиян знают о мерах предосторожности, но лишь 8% россиян осведомлены корректно и смогли правильно ответить на вопросы о коронавирусе. Среди тех, кто знает о мерах предосторожности, лишь 17% регулярно носят маски, 10% — резиновые перчатки, 45% пользуются дезинфицирующими растворами, следует из результатов опроса.

Парадокс восприятия

Оценивая данные опросов о коронавирусе, нетрудно заметить, что, хотя респонденты чаще стали говорить о чувстве страха, связанном с заболеванием, далеко не во всех случаях их растущие опасения приводят к конкрет-

ным действиям. Пока достоверно о поведении россиян можно судить только в том, насколько повысился спрос на лекарственные препараты и средства индивидуальной защиты в аптеках. Как ранее писал „Ъ“, в сети «Ригла» зафиксировали рост продажи противовирусных препаратов в 3,2 раза, средств гигиены — в 4,6 раза (по сравнению с показателями позапрошлой недели). Кроме того, вырос объем реализации товаров и других категорий, в частности хлоргексидина биглюконата, раствора перекиси водорода и парацетамола. В «З6,6» (1,4 тыс. точек), по словам гендиректора розничного подразделения компании Александра Кузина, повышенным спросом пользовались противогриппозные препараты, витамины и иммуномодуляторы (подробнее см. „Ъ“ от 23 марта). Впрочем, далеко не все покупатели препаратов и масок могут начать использовать их на практике — и отследить фактическое применение закупленного можно, разве что исходя из общих представлений населения о том, как следует поступать в случае болезни.

Так, если ориентироваться на данные Высшей школы экономики, здоровье в России стабильно маркируется массовым сознанием как базовая ценность. Для большинства людей всех возрастных групп оно ценно так же, как и семья, и существенно больше, чем материальное благополучие, работа, образование. Вместе с тем основная масса россиян на практике относится к собственному здоровью весьма небрежно. Многие люди не приучены к стилю жизни и поведению, которые обеспечивают предупреждение заболеваний, подвержены влиянию отрицательных социальных норм и традиций. В результате многие предпочитают лечиться самостоятельно, часто без применения лекарств, используя средства народной медицины и отказываясь от квалифицированной медицинской помощи. Так, по данным опроса ФОМ, до трети россиян могут не обращаться к врачу в случае заболевания, а до половины — не делают ни себе, ни близким прививки от гриппа.

Коронавирус и «авось»

В ситуации с распространением инфекционных болезней нежелание следовать рекомендациям врачей может оказаться особенно опасным. Так, именно разница населения в восприятии пандемии могла оказать решающее влияние на то, как коронавирусом распространялся в различных странах. То, что число его жертв в Италии оказалось существенно выше, чем в Германии или Южной Корее, может объясняться национальным менталитетом жителей этих стран. Там, где люди были готовы выполнять все требования карантина, другие нарушали его ради общения с близкими или выхода на работу.

Сейчас московское здравоохранение готово к различным сценариям развития эпидемического процесса на всех уровнях — от скорой помощи и поликлинического звена до стационаров и отделений реанимации. Однако для снижения рисков распространения болезни необходимо участие самих граждан. Коронавирусная инфекция передается воздушно-капельным путем и контактно-бытовым, от человека к человеку. Самоизоляция и карантинные мероприятия показали свою эффективность в отношении заболеваний, передающихся таким способом, и сегодня эти меры применяются во всех странах мира.

«Если вы находитесь на самоизоляции или карантине, в первую очередь следует неукоснительно соблюдать правила самоизоляции и карантина — не покидать жилье, избегать контактов с другими людьми, при появлении симптомов ОРВИ сразу вызывать врача на дом, не заниматься самолечением. Если вы продолжаете посещать работу или учебу, то необходимо избегать большого скопления людей, в многолюдных местах носить маску, часто мыть руки с мылом и обрабатывать антисептическими растворами, не прикасаться руками к лицу и глазам, регулярно протирать гаджеты, клавиатуру, компьютерные мышки», — говорится в сообщении Департамента соцобеспечения Москвы.

Валентин Яковлев

Карантин столичный

— общество —

Карантин глазами москвичей

Анастасия и ее супруг Дмитрий прилетели из Парижа и находятся на карантине.

«Мы оба чувствуем себя хорошо, но понимаем важность соблюдения карантина. Молодые люди без хронических заболеваний могут переносить заболевание бессимптомно, — заявила Анастасия. — Я фрилансер, занимаюсь иллюстрацией, поэтому на моей жизни это мало отразилось. Может быть, стало немного меньше заказов, но это не что-то критичное. Работать, как и раньше. Диме приходится сложнее, потому что он преподаватель: ему пришлось отменить часть лекций, часть удаलो перевести в дистанционный формат. Дома он продумывает свой следующий курс. В общем карантин не застопорил нашу работу.

С едой проблем нет. Заказываем еду в больших количествах. Некоторые службы доставки оставляли пакеты под дверью — не нужно контактировать с курьером, это очень удобно. Изменилось то, что я потратила неожиданно много денег на пижамы и средст-

ва по уходу за кожей — серьезно. Появилось время и возможность заняться собой. Дима купил онлайн-курс домашних тренировок: в зал ходить нет возможности, но и запускать себя не хочется», — рассказала она.

Мы поговорили с еще одним находящимся на карантине жителем столицы. Виталий — бариста. Он вернулся из путешествия по Индии и находится в режиме самоизоляции.

«Воспринимая это время как возможность прислушаться к себе: внимательно слежу, нет ли признаков заражения. Мою работу невозможно перевести на удаленный формат, поэтому я занимаюсь саморазвитием: смотрю онлайн-курсы, купил подписку на сервис изучения английского языка, а еще смотрю фильмы, начиная с немого кино — изучаю историю кинематографа. С едой проблем нет. Готовить я не люблю, но, к счастью, все можно заказать. Еще я играю в шахматы онлайн — кажется, там сейчас больше людей, чем обычно. И, конечно, провожу много времени со своим котом. Не уверен, что он в восторге, но неизвестно, когда еще будет такая возможность».

Кира Васильева