



Обзор Казахстанской и зарубежной прессы.

19 октября 2020 г.

Казахстан

ИНФОРМАЦИЯ О ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ В РК НА 20.10.2020г.

К списку



На данный момент лечение от коронавирусной инфекции продолжают получать 2 679 человека, среди которых 125 детей. В стационарах находится –2 199 пациент, на амбулаторном уровне – 480. 83 человек находятся в тяжелом состоянии, 12 – крайней степени тяжести, 8 - на аппаратах ИВЛ.

Министерство здравоохранения сообщает о том, что информация о суточных данных и общем количестве заболевших и умерших от коронавирусной инфекции с положительным ПЦР-тестом, а также КВИ с отрицательным ПЦР -тестом будет публиковаться на официальном сайте и социальных страницах ведомства.

Информация по регионам будет предоставляться на еженедельной основе в ходе пресс-брифингов официального представителя Минздрава.

*КВИ- (ПЦР-тест отрицательный), КВИ+ (ПЦР-тест положительный)

<https://www.gov.kz/memleket/entities/dsm/press/news/details/111216?lang=ru>

"Зеленая" зона. В каких регионах откроют кинотеатры и ТРЦ по субботам

На заседании Межведомственной комиссии по нераспространению коронавируса показали регионы Казахстана с "зеленой" стабильной эпидемиологической ситуацией, передает Tengrinews.kz.

Ранее сообщалось, что кинотеатры (с 26 октября), а также ТРЦ и ТЦ по субботам (с 24 октября) откроют только в регионах с "зеленой" эпидемиологической ситуацией при условии отсутствия роста заболеваемости.

На заседании также был показан слайд, в котором указаны области и города со стабильной эпидситуацией. В "зеленую" зону вошли все регионы, кроме Восточно-Казахстанской области.

На видео премьер-министр Аскар Мамин сообщил, что в этих регионах будет поэтапно возобновлена деятельность субъектов бизнеса.

https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/zelenaya-zona-kakih-regionah-otkroyut-kinoteatryi-trts-417498/

Какие решения по карантину приняли в Казахстане

Под председательством премьер-министра Аскара Мамина прошло селекторное заседание Межведомственной комиссии (МВК) по недопущению распространения коронавирусной инфекции на территории Казахстана, передает Tengrinews.kz со ссылкой на пресс-службу главы правительства.

В Казахстане по состоянию на 18 октября зарегистрировано **102 новых случая коронавируса** (темп прироста – 0,09 процента), инфекционные койки загружены на 16 процентов. Показатель репродуктивности за период с 14 по 18 октября снизился с 1,03 до 0,96 процента. За последние три недели в стране проведено около 17 тысяч рейдов, выявлено более 7 тысяч нарушений карантинного режима.

Глава правительства отметил, что у населения до сих пор низкая настороженность к опасности коронавируса, недостаточно соблюдаются режим социального дистанцирования и санитарные требования, особенно по вопросу обязательного ношения масок в местах общественного пользования и в транспорте. Аскар Мамин поручил активизировать информационно-разъяснительную работу среди граждан и усилить контроль за соблюдением санитарных требований.

МВК приняла ряд решений:

Ужесточение санитарно-эпидемиологического контроля в пограничных пунктах пропуска

- сократить с 26 октября количество зарубежных авиарейсов с учетом эпидемиологической ситуации в иностранных государствах;
- проводить обязательное ПЦР-тестирование всех прибывающих на территорию Казахстана (в том числе граждан Казахстана), а также водителей, осуществляющих двусторонние международные перевозки;
- срок действия справки о прохождении теста ПЦР для прибывающих из-за рубежа, в том числе граждан Казахстана, определить до 3 суток.

ПЦР-тестирование

С 19 октября в большинстве региональных лабораторий стоимость ПЦР-тестирования снижена до 9 тысяч тенге.

Поэтапное возобновление деятельности субъектов бизнеса в регионах с "зеленой" стабильной эпидемиологической ситуацией при условии отсутствия роста заболеваемости

- С 24 октября возобновляется работа по субботам до 17 часов ТРЦ, торговых домов, крытых рынков;
- С 26 октября возобновят работу кинотеатры с заполняемостью не более 30 процентов с соблюдением дистанции и масочного режима.

Сохранение ограничительных мер

Сохранится запрет на деятельность детских дошкольных учреждений, бильярдных и компьютерных клубов, развлекательных заведений, банкетных залов, ночных клубов. Продолжит действовать запрет на межобластные пассажирские перевозки и формирование общих вагонов.

https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/kakie-resheniya-po-karantinu-prinyali-v-kazahstane-417490/

О ситуации с коронавирусом в Казахстане рассказал Минздрав

За прошедшие сутки зарегистрированы 102 новых случая заболевания.

Всего в стране подтверждено 109 508 случаев, из них:

- в Алматы - 14 527 (+10),
- в Нур-Султане - 14 296 (+17),
- в Атырауской области - 11 199 (+8),
- в Карагандинской области - 10 400 (+9),
- в ВКО - 9012 (+15),
- в ЗКО - 6919 (+6),
- в Шымкенте - 5213 (+2),
- в Алматинской области - 5024 (+4),
- в СКО - 4301 (+9),
- в Жамбылской области - 4153 (+0),
- в Павлодарской области - 4062 (+11),
- в Акмолинской области - 3567 (+5),
- в Костанайской области - 3547 (+4),
- в Туркестанской области - 3399 (+0),
- в Мангистауской области - 3372 (+1),
- в Актыбинской области - 3269 (+1),
- в Кызылординской области - 3248 (+0).

https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/o-situatsii-s-koronavirusom-v-kazahstane-rasskazal-minzdrav-417404/

Птичий грипп выявили в ВКО

Зараженную птицу изъяли и уничтожили.

Птичий грипп обнаружили на шести частных подворьях в Бескарагайском районе Восточно-Казахстанской области, сообщает zakon.kz.

Как пояснили в Управлении ветеринарии области, зараженную птицу изъяли и уничтожили. Финансовые потери хозяевам частных подворий возместят за счет республиканского бюджета.

Для того, чтобы инфекция не получила дальнейшего распространения по территории области, сотрудники ветеринарной службы провели вакцинацию всего поголовья домашней птицы в приграничных районах с Российской Федерацией, Карагандинской и Павлодарской областями — это города Семей и Курчатова, Бескарагайский, Бородулихинский, Шемонаихинский, Глубоковский и Уланский районы, - сообщили Устинка LIVE в Управлении ветеринарии ВКО.

<https://www.zakon.kz/5044484-ptichiy-gripp-vyavili-v-vko.html>

Россия

Информационный бюллетень о ситуации и принимаемых мерах по недопущению распространения заболеваний, вызванных новым коронавирусом

В связи с неблагоприятной ситуацией по новой коронавирусной инфекции в мире, Роспотребнадзором организован и проводится комплекс противоэпидемических и профилактических мероприятий. В мире по состоянию на 19.10.2020 зарегистрировано **39 954 301** подтвержденных случаев (прирост за сутки 331 835 случаев; 0,84%), 1 112 427 летальных исходов (прирост за сутки 4 222; 0,38 %).

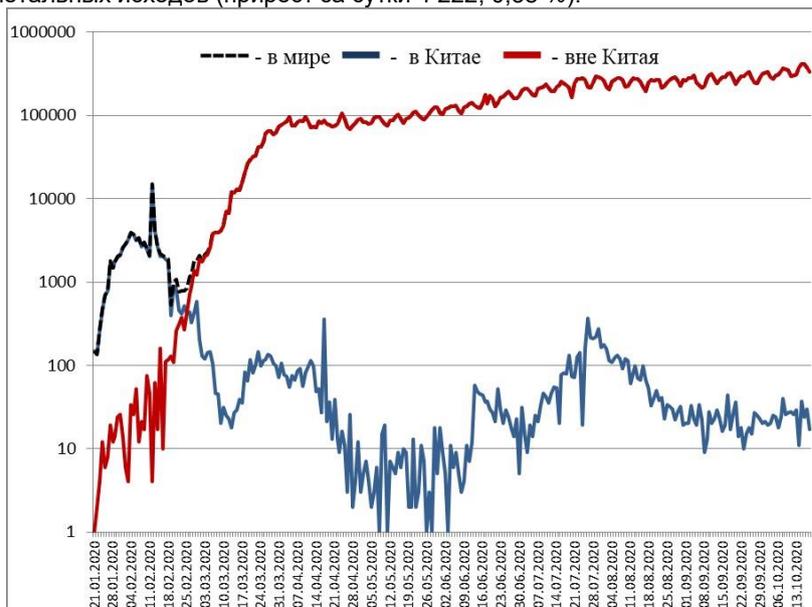


Рис. Эпидемиологическая динамика ежедневного выявления новых больных COVID-19 в Китае и мире

По общему количеству выявленных случаев среди регионов мира первое место занимает **Американский регион** (18 797 563), здесь же зафиксировано наибольшее количество летальных исходов (609 107) и максимальный прирост летальных исходов за сутки (1 381). Наибольший прирост общего числа случаев зафиксирован в Европейском регионе (140 144 или 1,78 %).

Во всех пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации Роспотребнадзором проводится усиленный двойной контроль прибывающих из неблагоприятных регионов лиц с использованием стационарного и переносного тепловизионного оборудования.

В период с 31.12.2019 по состоянию на 17.10.2020 досмотрено 10 522 305 человек, за этот период выявлено 722 человека с признаками инфекционных болезней. Во всех случаях проведен полный комплекс мер, позволивший не допустить осложнений эпидемиологической обстановки.

Организовано медицинское наблюдение за всеми прибывающими, их анкетирование и передача под медицинское наблюдение по месту жительства. Под медицинским наблюдением в целом по России за истекший период 2020 г. находилось 3 418 341 человек, по состоянию на 18.10.2020 под контролем остаются 311 167 человек.

Для клинически здоровых лиц, не имеющих возможностей изолированного проживания, в субъектах Российской Федерации предусмотрено 415 обсерваторов на 39 344 места, из них развернуто 152 обсерватора на 18 366 мест, где размещено 2 847 человек.

Все лица с симптомами острых респираторных инфекций (ОРВИ), прибывшие из неблагоприятных стран, изолированы, госпитализированы и обследованы лабораторно на весь перечень возможных возбудителей ОРВИ, включая новую коронавирусную инфекцию.

Организовано медицинское наблюдение за прибывающими из стран с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией, их анкетирование и передача под медицинское наблюдение по месту жительства. Во всех случаях организовано проведение полного комплекса необходимых противоэпидемических мероприятий.

В настоящее время все центры гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора в субъектах Российской Федерации обеспечены диагностическими тест-системами для выявления нового коронавируса, оперативно разработанными Государственным научным центром «Вектор» Роспотребнадзора и зарегистрированными в официальном порядке, определен порядок лабораторной диагностики.

Учреждениями Роспотребнадзора и медицинскими организациями по состоянию на 18.10.2020 проведено 54 300 208 лабораторных исследований на наличие нового коронавируса в материале от людей, в том числе из числа прибывших из стран, неблагоприятных по новой коронавирусной инфекции.

В целях полной оценки ситуации вместе с мониторингом по заболеваемости сезонным гриппом и ОРВИ, Роспотребнадзор продолжает оперативное слежение за заболеваемостью внебольничными пневмониями во всех субъектах Российской Федерации, в отношении которых превышения среднесезонных показателей не отмечено.

Роспотребнадзором в целях организации и проведения противоэпидемических мер суммарно издано более 300 нормативных, методических и рекомендательных документов.

В том числе, в настоящее время обращается особое внимание на проведение дезинфекционных мер в транспортных узлах и на транспортных средствах, специальных режимов по обработке помещений, столовой посуды и инвентаря во всех предприятиях общественного питания, о чем подготовлены и направлены соответствующие рекомендации в адрес Минтранса России и в адрес органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации.

Реализация комплекса мероприятий Роспотребнадзором проводится в рамках Национального плана по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации, утвержденного Председателем Правительства Российской Федерации, постановлений Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.01.2020 № 2 «О мероприятиях по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной 2019-nCoV», от 31.01.2020 № 3 «О проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий по недопущению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной

2019-nCoV» и от 02.03.2020 № 5 «О дополнительных мерах по снижению рисков завоза и распространения COVID-2019», от 13.03.2020 № 6 «О дополнительных мерах по снижению рисков распространения COVID-2019», от 18.03.2020 № 7 «Об обеспечении режима изоляции в целях предотвращения распространения COVID-2019», от 30.01.2020 № 9 «О дополнительных мерах по недопущению распространения COVID-2019».

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.09.2020 № 27 (зарегистрировано в Минюсте России 23.09.2020 № 59987) внесены изменения в постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18.03.2020 № 7 «Об обеспечении режима изоляции в целях предотвращения распространения COVID-2019», предусматривающие соблюдение российскими гражданами, возвращающимися из зарубежных стран, режима самоизоляции до получения результатов тестирования на COVID-19 методом ПЦР. Работодателям обеспечить информирование работников, выезжающих из Российской Федерации, о необходимости лабораторных исследований на COVID-19 методом ПЦР в течение трех календарных дней со дня прибытия работника на территорию Российской Федерации, а также соблюдения режима изоляции по месту жительства (пребывания) до получения результатов указанного лабораторного исследования.

Для организаций различных отраслей (агропромышленный комплекс, предприятия торговли и общепита, транспорта и транспортных предприятий, строительная отрасль) разработаны рекомендации по организации работы в условиях сохранения рисков распространения COVID-19.

8 мая 2020 года Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации утверждены методические рекомендации МР 3.1.0178-20 «Определение комплекса мероприятий, а также показателей, являющихся основанием для поэтапного снятия ограничительных мероприятий в условиях эпидемического распространения COVID-19».

В соответствии с указанными методическими рекомендациями решения о поэтапном снятии ограничений принимаются высшими должностными лицами субъектов Российской Федерации (руководителями высших исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации) на основании предложений, предписаний главных государственных санитарных врачей субъектов Российской Федерации.

https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=15690

Российский врач перечислил причины потери обоняния

Потеря обоняния может быть симптомом различных болезней, и не стоит сразу связывать ее с заражением коронавирусом. Об этом в интервью радио Sputnik рассказал врач высшей категории, отоларинголог, кандидат медицинских наук Владимир Зайцев.

По его словам, **аносмия** — временная утрата способности чувствовать запахи — характерна для простудных заболеваний полости носа, таких как острый или хронический ринит. При воспалении слизистой носа, верхних отделов полости носа обоняние сначала снижается, а потом пропадает вовсе. «И в случае ОРЗ, и при коронавирусной инфекции anosmia проходит, с одной лишь разницей — при COVID-19 восстановление обоняния происходит гораздо медленнее», — уточнил лор.

При этом он призвал при появлении этого симптома и изменении вкусового восприятия первым делом исключить инфицирование коронавирусом. Достоверным исследованием на наличие коронавируса считается ПЦР-диагностика или анализ крови, напомнил специалист.

Если анализы на коронавирус окажутся отрицательными, а обоняние и вкус не восстановятся, необходимо обратиться к врачу, который назначит лечение. «Только он может назначить правильные лекарственные препараты. В том числе это могут быть гормональные препараты. Доктор точно говорит, сколько раз в день и сколько дней использовать препарат», — пояснил отоларинголог. Зайцев призвал россиян не заниматься самолечением из-за риска развития последствий для здоровья.

https://health.mail.ru/news/rossiyskiy_vrach_perechislil_prichiny_poteri/

Опрос: 44% россиян не хотят прививаться от коронавируса

Готовы пройти вакцинацию прямо сейчас **22% опрошенных**.

Не хотят проходить вакцинацию от коронавируса 44% россиян. Об этом свидетельствуют данные опроса Исследовательского центра портала Superjob.ru.

Среди противников прививки от коронавируса — те, кто уже переболел им, ковид-диссиденты, отрицающие серьезность заболевания, и сторонники зарубежных медицинских разработок. Еще **34%** примут решение, когда закончатся испытания новых вакцин.

Однозначно готовы к вакцинации **22% россиян**. Из них **12%** готовы привиться любой из двух зарегистрированных российских вакцин.

Отдали бы предпочтение первой зарегистрированной в России вакцине «Спутник V» **5%** респондентов. Столько же опрошенных предпочли бы второй препарат — «ЭпиВакКорона».

Опрос прошел 15 октября среди 1600 респондентов старше 18 лет, представляющих экономически активное население России, в 382 населенных пунктах.

https://health.mail.ru/news/opros_44_rossiyan_ne_hotyat_privivatsya_ot/

Россиянам раскрыли схему действий при первых признаках ОРВИ и COVID-19

При появлении первых признаков ОРВИ необходимо следовать простой схеме действий и выяснить, может ли это быть COVID-19. Ее раскрыли «Известия».

Во-первых, необходимо позвонить в поликлинику и вызвать врача на дом, если наблюдаются такие симптомы, как температура выше 37,2 градусов, кашель, заложенность носа, боль в груди, затрудненное дыхание, одышка, потеря вкуса и обоняния. Сотрудник клиники обязан прийти в течение 24 часов, согласно рекомендациям Минздрава по профилактике, диагностике и лечению коронавируса. Если заболевшему больше 65 лет, у него есть хронические заболевания, он недавно приехал из другой страны или контактировал с зараженным, то вызвать медработника нужно обязательно.

В ситуации, когда врач не успевает приехать, или его не получается вызвать, а пациенту становится все хуже, необходимо звонить в скорую.

Если заболевание протекает бессимптомно или в легкой форме, то госпитализация не требуется. Легкими считаются случаи, когда температура поднимается не выше 38 градусов, частота дыхания составляет 22 вдоха-выдоха в минуту. Директор Института медицинской паразитологии, тропических и трансмиссивных заболеваний Сеченовского университета, вирусолог Александр Лукашев уточнил, что у некоторых зараженных могут быть минимальные признаки болезни, например, легкое першение в горле, немного повышенная температура, эпизод диареи.

Вирусолог отметил, что заниматься самолечением нежелательно, препараты должен прописать медработник. «В домашних условиях отличить COVID-19 от простуды практически невозможно», — сказал он.

Даже если тест показал отсутствие коронавируса важно продолжать самоизоляцию. Лукашев отметил, что примерно 30 процентов инфицированных получают отрицательный результат анализа, поскольку вирус перешел из ротоглотки в легкие.

<https://lenta.ru/news/2020/10/19/react/>

"Пахнет как тухлое полотенце". Переболевших ковидом преследуют непонятные запахи и вкусы

Люди, перенесшие коронавирус, рассказывают, что их преследуют странные запахи

Этим летом я испытал новые ощущения - временно потерял обоняние и вкус. Ничего подобного у меня никогда не было. Судя по тесту на наличие антител, это был коронавирус.

"Нет никакого удовольствия от еды", - с досадой говорил мой приятель, который столкнулся с той же напастью: что бы ты ни нюхал - ничего не пахнет, что бы ты ни ел - все безвкусно.

Но это странное состояние постепенно прошло. Со временем обоняние и вкус вернулись (по моим ощущениям, не на 100 процентов, а как будто на 95, иногда обоняние как будто выпадает).

Однако с наступлением осени я стал замечать, что привычные запахи и вкусы я воспринимаю как-то иначе.

Взять, например, кока-колу. Я делаю глоток и остается странное послевкусие. Пытаешься понять, что это такое, но определенно сказать не можешь. Ощущается привкус какой-то химии.

Подумал, что, возможно, именно с этой колой что-то не так. Но потом попробовал в другом месте, потом еще в одном. Везде этот напиток был с тем самым странным вкусом. Это что-то вроде ацетона или табака.

Такое же изменение в восприятии возникло и по отношению к парфюму. Проходя мимо некоторых людей, я начал ощущать шлейф не прекрасного аромата, а чего-то такого, о чем в приличном обществе говорить не принято.

Очень скоро среди своего окружения, перенесшего ковид с временной потерей обоняния и вкуса, я нашел людей с точно такой же проблемой.

А несколько дней назад обнаружил целый чат в "Телеграме", где восемь с половиной тысяч человек пытаются друг другу объяснить необъяснимые запахи. Причем люди пишут, что порой странно пахнут не только продукты, но и их собственное тело.

Вот лишь некоторые цитаты:

"Все пахнет сырой землей и на вкус как дождевые черви. Мыло и духи на запах как рвота, кофе на запах как тухлое полотенце. Так уже полгода, все отвратительное. Ходила к врачам, руками разводят, мол, anosmia и anosmia. Кто может посоветовать действительно хорошего врача, устала есть земляных червей"

"У меня газированные напитки все мерзкого вкуса. От всей кока-колы привкус какой-то странной травы. А все остальное со вкусом подгнившего картофеля, который лежит в металлическом ведре"

"Вкус мяса, чеснок, зубная паста, яйца, сметана - все это на данный момент вызывает странный привкус то ли ацетона, то ли бензина"

"Крик души. После болезни никак не могу избавиться от навязчивого запаха невымытого тела, пот пахнет подгнившим луком (простите за подробности). Моюсь ежечасно, вылила на себя море геля для душа, тру мочалкой так, что всю кожу стерла"

"Левая (подмышка) пахнет обычным потом, правая - луковкой и столовкой"

"Подмышки стали вонять как жареная курица, но больше похоже на лук"

"Ребята, знаете, я сейчас осознала, что я из-за этого запаха и с парнем рассталась. Думала, от него"

"Я думал, это на улице так воняет, потому что у нас в городе много заводов. Через день этот же запах появился уже в еде, с тех пор не могу нормально поесть. Ходил к лору, говорят, что это острый ринит, лечился десять дней, ничего не помогло, зря только выпил столько лекарств. Список того, что не могу есть: курица, мясо. Остальное все как обычно"

"Хорошо, что наткнулась на эту группу, а то думала, что я ненормальная".

От новостей со ссылкой на исследование "Международной группы ученых под руководством нейробиологов из Гарвардской медицинской школы" почему-то легче не становится. Да, ученые дают пояснения: "Изменения в обонянии пациентов, вызываемые новым коронавирусом, связаны не с прямым инфицированием нейронов, а с воздействием на работу поддерживающих клеток". Только от таких ответов простым людям, которые мучаются, как они сами говорят, этими играми разума, ни холодно ни жарко.

Не найдя простых ответов, граждане начинают терзаться смутными сомнениями.

"Я думаю, это какие-то чертовы эксперименты над людьми", - заявляет человек в упомянутом ранее чате.

Читая бесконечную ленту сообщений от людей с постковидным синдромом, я вдруг почувствовал дежавю. Что-то подобное со мной уже происходило. Пять лет назад я делал репортаж о сонном селе Калачи, где без всякой причины засыпали люди.

Помню, беру интервью у одного человека на больничной койке, который только что пришел в себя после странной спячки, и этот человек вдруг говорит: "А может, это все происки?"

Переспрашиваю его, что он имеет в виду.

"Да не слушайте вы его, он же больной", - посоветовал мне врач. Но что это за болезнь была и чем вызвана, вразумительно до сих пор так никто и не сказал.

Всегда пытаюсь искать во всем плюсы. Вот и в моем изменении вкуса нашел пользу. Из-за странного эффекта от кока-колы, может, теперь я буду ее меньше пить.

<https://tengrinews.kz/opinion/pahnet-tuhloe-polotentse-perebolevshih-kovidom-presleduyut-1075/>

США

Стало известно о новых способах борьбы с распространением коронавируса

Ведущие специалисты Центра по контролю и профилактике заболеваний США сделали важное заявление о новых способах распространения коронавируса. По их словам, SARS-CoV-2 способен распространяться более чем на два метра в плохо проветриваемых помещениях.

В результате новых проведенных исследований специалистам удалось установить, что люди с COVID-19 могли передавать коронавирус на расстояние более двух метров и даже после того, как инфицированные покидали помещение. Это происходит в плохо проветриваемых и закрытых помещениях, например, в спортзалах.

Эксперты утверждают, что необходимо соблюдать дистанцию не менее двух метров друг от друга, чтобы обезопасить себя. Кроме того, необходимо носить маски, мыть руки и чистить поверхности, которые трогают руками.

<https://www.linezolid.ru/stalo-izvestno-o-novykh-sposobakh-borby-s-rasprostraneniem-koronavirusa/>

Число выявленных случаев коронавируса в США за сутки выросло на 48 тыс

Число выявленных случаев заболевания коронавирусной инфекцией увеличилось за последние сутки в США более чем на 48 тысяч, передают «Известия».

С начала эпидемии в Соединенных Штатах коронавирусом заразилось более 8,1 млн человек, из них 219 676 умерло.

В понедельник сообщалось, что норвежские медики выявили в городе Тронхейме новую разновидность коронавируса. Главный врач коммуны Туве Росстад объяснил, что эту разновидность искали по международным базам и не смогли ее найти. После того, как обнаружили более ускоренное заражение этим штаммом, был сделан вывод, что вирус мутировал. Росстад прогнозирует, что число заболевших COVID-19 будет только расти.

Ранее ученые заявили о возможности создать лекарство от всех типов коронавируса. Коронавирус COVID-19 имеет схожие слабые места с другими видами коронавируса, что может дать возможность создать одно лекарство от всех этих видов, передает издание мнение ученых из Университета штата Джорджия, опубликованное в журнале Science.

Они нашли белок, который отвечает, в том числе, за активацию сигнальных белков, создающих защиту против инфекции вируса. Этот белок также взаимодействует с одним из генов коронавирусов, а потому белок можно использовать как цель для противовирусных препаратов.

Профессор вирусологии Института имени Гамалеи Анатолий Альштейн в эфире НСН рассказал, что летальность от коронавируса в России вдвое выше, чем в Европе - около 2-2,5% при том, что в Европе она ниже 1%.

Глава правительства РФ Михаил Мишустин в понедельник рассказал, что экономика России прошла первую волну пандемии лучше многих стран. сообщает РЕН-ТВ.

https://nsn.fm/in-the-world/chislo-vyavlennyh-sluchaev-koronavirusa-v-ssha-za-sutki-vyroslo-na-48-tys?utm_source=smi2

СПР

КАЖЕТСЯ, У МЕНЯ КОРОНАВИРУС. ЧТО ДЕЛАТЬ?

80% заболевших COVID-19 выздоравливают в домашних условиях, а в помощи врачей нуждается только один из пяти заболевших. Если у вас признаки ОРВИ, необязательно сразу же бежать к врачу. Рассказываем, что делать.

ШАГ 1. УБЕДИТЬСЯ В СИМПТОМАХ.

COVID легко спутать с сезонной простудой и еще проще – с гриппом. Вот типичные симптомы:

- высокая температура от 38°C или озноб;
- кашель сухой или с небольшим количеством мокроты;
- разбитость, ломота в теле и головная боль;
- заложенность носа или насморк;
- боль в горле;
- иногда могут беспокоить тошнота, рвота и понос.

Потеря вкуса и обоняния – единственное характерное отличие COVID-19 от гриппа, которое выделяет CDC

Проявиться могут все симптомы сразу или только некоторые из них. Ощущения бывают как едва заметными, так и ярко выраженными.

СИМПТОМЫ	ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ КОРОНАВИРУСА COVID-19, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА		
	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
Повышенная температура	часто	редко	часто
Усталость	иногда	иногда	часто
Кашель	часто (сухой)	незначительный	часто (сухой)
Чихание	нет	часто	нет
Боль в суставах	иногда	часто	часто
Насморк	редко	часто	иногда
Боль в горле	иногда	часто	иногда
Диарея	редко	нет	иногда (у детей)
Головная боль	иногда	редко	часто
Одышка	иногда	нет	нет

Когда вызывать врача?

Если симптомы легкие, просто оставайтесь дома. Когда вы не можете оценить, насколько жизнеугрожающая ситуация, [проконсультируйтесь по телефону](#).

- Федеральная единая горячая линия по коронавирусу: 8-800-2000-112
- Горячая линия Минздрава Московской области: 8-800-550-50-30
- Номер для москвичей: (495) 870-45-09

В большинстве случаев госпитализация для больных с признаками ОРВИ не требуется. Вам могут порекомендовать вызвать участкового врача, если температура выше 38°C. Оставить заявку на выезд врача на дом можно по телефону ближайшей поликлиники или через страховую компанию, если у вас ДМС.

Следующие 5 симптомов при подозрении на коронавирус требуют вызова скорой:

- У вас сильная одышка и вы не можете нормально дышать.
- Чувствуете непрекращающиеся давление и боль в груди.
- Вдруг перестали понимать, кто вы и что происходит.
- Не можете заснуть или, наоборот, все время спите и не в состоянии бодрствовать.
- Внезапно губы или все лицо стали синюшными.

Телефон скорой помощи – 103 или 112.

Даже если у вас нет ОМС, но вы чувствуете необходимость в медицинской помощи, вы вправе получить консультацию по телефонам выше и вызвать «скорую».

Кому надо быть особенно осторожным?

Группа риска – это те, у кого при заражении SARS-CoV-2 больше шансов получить симптомы, требующие вызова врача и госпитализации.

Вне зависимости от возраста в зоне высокого риска COVID-19:

- бывшие курильщики и курящие;
- люди с ожирением, т.е. те, у кого индекс массы тела выше 30 ([рассчитать ИМТ](#));
- больные сахарным диабетом 2 типа;
- онкобольные;
- люди с тяжелыми проблемами сердца, легких и почек (например, с ишемической болезнью сердца, сердечной недостаточностью, ХОБЛ).

На сайте CDC можно увидеть [полный список](#) тех, кто рискует тяжело заболеть COVID-19.

ШАГ 2. ПОДУМАТЬ, НУЖЕН ЛИ ТЕСТ.

Проходить тест на COVID-19 всем подрада не имеет смысла. Специального лекарства от нового коронавируса еще не придумали, поэтому на тактику лечения результат не повлияет.

Кому точно надо сдавать тест?

Есть люди, которым обязательно [надо сделать тест](#) на SARS-CoV-2:

- тем, кто вернулся из-за границы;
- кто контактировал с зараженными;
- у кого пневмония;
- старше 65 с симптомами ОРВИ;
- врачам, которые работают с зараженными.

КАКИЕ ТЕСТЫ НА COVID-19 СЕЙЧАС ДЕЛАЮТ?

Тесты на ПЦР и антитела к новому коронавирусу. Первый находит частицы генетического материала вируса. Для этого берется мазок из носа и глотки. Второй – антительный – определяет наличие иммуноглобулинов IgM и IgG – белков, которые производит организм для защиты от вируса. Антитела ищут в плазме крови.

ПОЧЕМУ ТЕСТЫ НЕ ДАЮТ ГАРАНТИИ?

Теперь о проблемах.

- Отрицательный результат ПЦР не говорит об отсутствии вируса. Это как вылавливать сачком рыбу из аквариума. Если ее нет в сачке, это не значит, что ее нет вообще. Кстати, из-за этого выздоровевшим от COVID ПЦР-анализ делают дважды, если первый результат отрицательный.
- Антительный тест играет [вспомогательную роль](#) в диагностике COVID. Только на него полагаться не стоит. Иммуноглобулины начинают вырабатываться примерно со второй недели, а сколько сохраняются – неизвестно. Предположительно, [три месяца, но это не точно](#). При легком и бессимптомном течении болезни антитела в крови могут не определиться вообще.
- Положительный результат на антитела не гарантирует, что вы больны именно COVID-19. Известны четыре вида коронавируса, а иммуноглобулины к ним похожи. Если вы больны простудой от сезонного коронавируса (а это [до 30% от всех ОРВИ](#)), тест может оказаться положительным. Самому пациенту тест на антитела, по большому счету, бесполезен. Зато важен для эпидемиологов и для оценки тяжелого течения COVID-19, например, у больных с пневмонией.

Куда идти, если очень хочется сдать тест на COVID-19?

ПЦР стоит сдавать на 5-7 день. Первые четыре дня обычно проходят без симптомов. На 5, 6 и 7 день после контакта с зараженным или сразу после появления симптомов простуды вероятность получить ложноотрицательные результаты мазка [самая низкая](#).

- Бесплатно мазок на ПЦР и забор крови на антитела делают в поликлиниках. Москвичи могут [записаться на анализ онлайн](#).
- Платно – [в частных лабораториях](#). Частники имеют право делать анализы только у людей без признаков ОРВИ и не находящихся в контакте с зараженным. В среднем в Москве ПЦР на новый коронавирус стоит 3000 руб. Может выйти дороже, если вызывать врача на дом или выбрать бесконтактный способ, когда вы сами делаете мазок и отправляете материал в лабораторию.

Сколько ждать результатов теста?

Экспресс-тесты дают ответ в течение 15-60 минут. Обычный мазок или анализ на антитела будет готов в течение нескольких дней или недель. Зависит от того, где вы их сдаете и в каком состоянии находитесь.

ШАГ 3. ИЗОЛИРОВАТЬСЯ.

Признаки простуды – уже достаточный повод сократить контакты, тест на коронавирус для этого не нужен. Физическая дистанция и маски помогают остановить распространение и других респираторных инфекций, [например, гриппа](#). Строгий карантин необходим тем, кто подтвердил COVID-19 или находился рядом с заразившимся.

На сколько надо изолироваться?

Для контактных карантин составляет 14 дней. Если вы встретились с заболевшим первого числа, ваша изоляция должна закончиться 15-го. Карантин распространяется на всех, живущих в одной квартире.

Симптомы COVID появляются со второго по 14 день с момента встречи с вирусом. Это объясняет срок карантина в две полных недели. Если в середине или конце изоляции вы снова встретились с кем-то недавно заболевшим коронавирусом, срок карантина придется отсчитывать заново.

ВОЗ [предупреждает](#), что инфицированные SARS-CoV-2 заразны даже без симптомов. Это значит, что при положительном тесте на новый коронавирус надо оставаться в изоляции весь период болезни плюс еще две недели с момента исчезновения симптомов.

Когда можно выходить?

Выйти из карантина через две недели можно, если вы чувствуете себя хорошо, обходитесь без жаропонижающих и температуры нет минимум сутки. Это условие для тех, кто не сдавал тест на коронавирус или был в контакте с больным и получил отрицательный результат анализа на КОВИД.

Если вам подтвердили новый коронавирус, то право на снятие изоляции – это [два отрицательных результата теста ПЦР](#).

На время изоляции можно оформить больничный. Приходить в поликлинику за ним не надо, можно заказать по телефону и его [должны принести](#) на дом. Люди из групп риска – старше 65 и с хроническими заболеваниями – могут получить больничный [онлайн](#).

Что делать во время изоляции?

Отдыхать, совсем не выходить из дома и меньше контактировать с другими. Изоляция предполагает физическую дистанцию с людьми. Цель – не распространить инфекцию. В идеальном мире во время лечения ОРВИ даже дома стоит переехать в отдельную комнату, держаться подальше от близких, пользоваться отдельной посудой и полотенцами, ходить в маске и часто мыть руки.

ШАГ 4. ЛЕЧИТЬСЯ ОТДЫХОМ И ПИТЬЕМ.

Если симптомы позволяют лечиться дома, ваши главные лекарства – отдых и теплое питье. Метронидазол, гидроксихлорохин, ремдесивир и алеврепир оставьте врачам, которые ищут способ справиться с тяжелой вирусной пневмонией. «На всякий случай» [их пить не надо](#): вреда будет больше, чем пользы.

Конкретнее – чем лечить?

Легкое течение COVID-19 [лечится, как обычная простуда](#):

- Пить много теплой жидкости. Годятся вода с лимоном, морс, чай или бульон.
- Отдыхать и спать.
- Успокоить боль в горле полосканием соленой водой.
- Уменьшить заложенность носа каплями.
- Рассасывать леденцы или съесть ложку меда, чтобы меньше кашлять.
- Облегчить головную боль и сбить температуру выше 38°C парацетамолом или [ибупрофеном](#).
- Увлажнять воздух в комнате, проветривать квартиру и убираться с бытовыми дезсредствами.

Как насчет моих обычных таблеток?

Если вы лечитесь от хронических заболеваний, терапию надо продолжать без изменений.

CDC [советует](#) иметь как минимум месячный запас лекарств, которые вы обычно принимаете. Это позволит реже ходить в аптеку и спокойно изолироваться.

Когда нужны антибиотики?

Против коронавируса антибиотики не работают и [не рекомендуются](#). Они лечат бактериальную инфекцию. Вирус не исключает присоединение бактерий, но антибиотики надо принимать только по рецепту врача. Врач может понять, что у вас есть бактериальная инфекция по общему анализу крови, мазку из ротоглотки или исследованию мокроты.

ШАГ 5. РАССЛАБИТЬСЯ И НАБЛЮДАТЬ.

Когда я почувствую себя здоровым?

Улучшение при благоприятном течении КОВИД-19 наступает [в конце второй недели](#). В более сложных случаях – ближе к шестой неделе. Обычная простуда, как правило, проходит [за 7-10 дней](#).

Что делать, если становится хуже?

Симптомы новой коронавирусной инфекции [могут ухудшиться](#) на второй неделе. Если вы чувствуете недостаток воздуха или другие жизнеугрожающие признаки из списка выше, вызывайте «скорую».

Работу легких можно контролировать пульсоксиметром. Нормальным [считается](#) показатель 95-100%. Все, что ниже, – повод проконсультироваться с врачом. Телефоны мы дали.

Если переболеть «коронай», больше не заразишься?

Даже после легкой формы заболевания отдельные симптомы [могут сохраняться](#) или повторяться в течение недель или месяцев после выздоровления.

Что касается повторных случаев заболевания, они [возможны](#). Поэтому соблюдать меры профилактики стоит и после перенесенного COVID-19.



<https://medportal.ru/mednovosti/kazhetsy-a-u-menya-koronavirus-cto-delat/>

Новости науки

Ученые почти разгадали тайну бессимптомных пациентов с COVID-19

В их крови оказалось много лимфоцитов, быстро очищающих организм от вирусных частиц.

Результаты исследования, проведенного группой специалистов из Уханьского университета (Китай) опубликованы в журнале mSphere.

Примерно у 45% людей, заразившихся коронавирусной инфекцией, вообще нет никаких симптомов болезни, что с самого начала пандемии является загадкой для исследователей. При этом отсутствие симптомов не означает, что эти люди безопасны для окружающих — они распространяют вирус не менее активно, чем те, у кого симптомы присутствуют, поэтому представляют больший риск, являясь, по сути, основными «двигателями» пандемии.

В попытке разобраться, почему одни люди погибают из-за осложнений COVID-19, а другие даже не замечают, что больны, китайские исследователи проанализировали мазки, взятые из горла и образцы крови 25 бессимптомных пациентов и 27 пациентов, госпитализированных в связи с тяжелым течением болезни.

Оказалось, что, хотя у обеих групп пациентов наблюдалась примерно одинаковая вирусная нагрузка (то есть концентрация вирусных частиц в биологических жидкостях), у бессимптомных пациентов в крови отмечался значительно более высокий уровень всех типов лимфоцитов — главных клеток иммунной системы, обеспечивающих защиту от любых инфекций.

Как считают ученые, именно изначально повышенная концентрация лимфоцитов в крови бессимптомных пациентов лежит в основе тех преимуществ, которые они имеют. Т-клетки держат вирус под контролем, обеспечивают быстрое очищение организма от вирусных частиц и не дают развиваться симптомам болезни.

https://health.mail.ru/news/uchenye_pochti_razgadali_taynu_bessimptomnyh/

Назван новый возможный симптом коронавируса

Назван новый возможный симптом коронавируса. Очередным признаком заражения COVID-19 может оказаться проблема со слухом, передает Tengrinews.kz со ссылкой на Российскую газету.

Сотрудники Университетского колледжа Лондона обнаружили, что пациенты, зараженные коронавирусной инфекцией, страдали от специфического эффекта тиннитуса, который проявляется в звоне или шуме в ушах без внешнего акустического раздражителя.

Если болезнь протекает тяжело, это состояние может прогрессировать и даже приводить к полной потере слуха. Сообщается, что подобные случаи также уже выявлялись. Специалисты рекомендуют не игнорировать симптомы, связанные со слуховым восприятием.

Однако тиннитус может проявляться не только при коронавирусе. Поэтому для получения более ясной клинической картины, помимо нарушения слуха, нужно учитывать наличие или отсутствие других признаков COVID-19.

https://tengrinews.kz/world_news/nazvan-noviy-vozmojnyiy-simptom-koronavirusa-417387/

В Норвегии выявили неизвестную мутацию коронавируса

Новую мутацию выявили у восьми норвежцев за три дня. Пока неизвестно, какими особенностями обладает мутация.

Новую мутацию коронавируса обнаружили в Норвегии. Об этом заявила главный врач муниципалитета Тронхейм Туве Ресстад, сообщает zakon.kz со ссылкой на Verdens Gang

В городе Тронхейм с 16 по 18 октября новый тип вируса выявили у восьми местных жителей.

По предварительным оценкам, это новый вариант вируса, который министерство здравоохранения раньше не встречало в Норвегии, - пояснила Ресстад.

По ее словам, пока неизвестно, какими свойствами обладает мутация вируса. Кроме того, заразиться коронавирусом в Тронхейме стало легче: для этого люди необязательно должны находиться в тесном контакте.

<https://www.zakon.kz/5044485-v-norvegii-vyyavili-neizvestnyyu.html>

Названы причины потери обоняния

При COVID-19 временная утрата способности чувствовать запахи проходит медленнее, чем при ОРЗ.

Коронавирусная инфекция является далеко не единственной причиной потери обоняния. Об этом заявил в эфире радио Sputnik отоларинголог, кандидат медицинских наук Владимир Зайцев.

У людей с простудными заболеваниями полости носа, такими как острый или хронический ринит, при воспалении слизистой носа, когда воспаляются верхние отделы полости носа, обонятельные луковицы, обоняние сначала снижается, а потом пропадает вовсе, — сказал он.

Врач подчеркнул, что при COVID-19 временная утрата способности чувствовать запахи проходит медленнее, чем при ОРЗ.

В нынешней эпидемиологической ситуации нужно немедленно обращаться за медицинской помощью при появлении таких симптомов, как потеря обоняния и изменение вкусового восприятия.

Он также напомнил о недопустимости самолечения даже при наличии отрицательного теста на коронавирус.

Доктор проводит лечение. Только он может назначить правильные лекарственные препараты. В том числе это могут быть гормональные препараты. Заниматься самолечением не стоит, поскольку всегда могут быть последствия, из которых опять же придется выводить врачу, — сказал Владимир Зайцев.

<https://www.zakon.kz/5044481-nazvany-prichiny-poteri-obonyaniya.html>

Названо новое слабое место коронавируса

Международная группа ученых США и Польши назвала слабое место SARS-CoV-2, которое может стать мишенью для новых лекарственных препаратов. Оказалось, что коронавирус использует «молекулярные ножницы», без которых он не сможет размножиться и отключать белки человека, важные для иммунного ответа. Об этом сообщается в статье, опубликованной в журнале Science Advances.

«Молекулярными ножницами» является фермент SARS-CoV-2-PLpro, который стимулирует высвобождение белков, необходимых для репликации вируса, а также подавляет такие молекулы, как цитокины и хемокины, которые играют роль сигналов для активации иммунной системы, чтобы та атаковала инфекцию. Фермент разрезает убиквитин и ISG15, нарушая их функции.

Исследователи выяснили, что SARS-CoV-2-PLpro можно заблокировать двумя ингибиторами — VIR250 и VIR251. Эти соединения распознают только коронавиральный белок и не реагируют на другие подобные белки в организме человека.

То, как действует SARS-CoV-2-PLpro, отличает новый коронавирус от SARS-CoV-1 и MERS, которые имеют аналогичные ферменты. Однако ученые не знают, играет ли эта особенность решающую роль в том, что коронавирусы по-разному влияют на человека.

<https://lenta.ru/news/2020/10/19/scissor/>

Ученые предложили выявлять COVID-19 с помощью глюкометров

Стандартный глюкометр может использоваться для диагностики новой коронавирусной инфекции. Об этом говорится в препринте научной статьи ученых из Калифорнийского университета в Сан-Диего, передают «Известия».

Клинические испытания показали, что обычный глюкометр в течение часа выявил SARS-CoV-2 в слюне пациента со 100% чувствительностью. Прибор смог отличить инфицированные образцы от нецелевых антигенов со 100% специфичностью, говорится в публикации.

Если пациент болен, то устройство показывает уровень сахара, напрямую связанный с концентрацией вирусного белка в слюне.

Процедура представляет собой взятие пробы слюны с помощью ватной палочки или похожего приспособления, пояснила «Известиям» ведущий научный сотрудник ИЦ ЦМИД СПбГЭТУ «ЛЭТИ» Татьяна Зиминая.

Она рассказала, что на молекулярном уровне антиген, к примеру, S-белок на поверхности вируса, определяется молекулярным биораспознаванием. Тесты на основе биочипов, использующие такой принцип действия, по ее словам, очень эффективны.

В университете «ЛЭТИ» под руководством Татьяны Зиминой уже ведутся работы по созданию пептидных биочипов для выявления коронавируса в слюне. Однако использоваться для этого глюкометр предложена учеными из США впервые.

<https://blog.mednote.life/news/technology/uchenye-predlozhili-vyyavlyat-covid-19-s-pomoschyu-glyukometrov>

Обычная простуда защищает от COVID-19

Обычный риновирус ускоряет работу противовирусной системы человека. А наш иммунитет получает достаточно сил для того, чтобы отражать атаки более мощных заболеваний.

Наука уже установила, что переболевшие простудой люди лучше справляются с COVID-19, чем абсолютно здоровые. На первый взгляд, это кажется странным, ведь любая болезнь ослабляет наш организм. На самом деле, все как раз наоборот, как установили ученые из Йельского университета. Оказывается, после атаки риновируса (наиболее распространенная причина обычной простуды), включаются противовирусные силы организма. И иммунитет получает дополнительную поддержку, которой может воспользоваться для отражения атак вредоносных патогенов. Теперь ученые хотят проверить, как все это работает при коронавирусе.

Из-за риновируса наш организм производит интерферон. Ранее наблюдения показали, что это вещество должно распознавать и другие патогены, включая COVID-19. К примеру, команда из Йеля доказала, что простуда обеспечивает дополнительную защиту от гриппа именно за счет интерферона. Конечно, не на всю оставшуюся

жизнь, но на несколько недель, а порой и месяцев. Защита, опять-таки, не является стопроцентной, но существенно снижает вероятность развития гриппа и способствует его течению в более мягкой форме.

«Вирус обычной простуды запускает нормальную противовирусную реакцию в клетках оболочки дыхательных путей, — говорит соавтор исследования доктор Эллен Фоксман (Ellen Foxman). — Так что клетки, формирующие эту оболочку, находятся как раз там, откуда чаще всего вирусы и начинают расти. Среди них грипп, обычная простуда, COVID-19 — практически все вирусы, которые попадают к нам с дыханием. Все они растут в тканях оболочки воздушных проходов».

<https://www.linezolid.ru/obychnaya-prostuda-zashhishhaet-ot-covid-19/>

НПЦСЭЭИМ

ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА ДИРОФИЛЯРИОЗА

Дирофиляриоз – болезнь, с которой может столкнуться любой человек. «Злая нить» – так с латинского переводится слово дирофиляриоз.

Скрытая форма дирофиляриоза у человека длится от 1 до 12 месяцев. Основным симптомом является появление под кожей или слизистой, болезненного уплотнения, с покраснением и зудом на месте внедрения. При этом гельминт под кожей может перемещаться (со скоростью до 15 мм в сутки), что может быть заметно для человека, как по ощущениям, так и визуально. Часто, заметив на теле уплотнение похожее на опухоль, пациенты обращаются к хирургу, а тот решает, что это липома, опухоль, фиброма, атерома и т.п., а затем уже в ходе операции обнаруживает гельминта. В 50 % случаев обычно поражаются органы зрения. Человек жалуется на ощущение чего-то ползающего в глазу, у него наблюдается покраснение век и глаз, блефароспазм. При перемещении гельминта возникает боль, слезотечение и зуд. Иногда через конъюнктиву виден сам гельминт.

Дирофиляриоз обычно носит хронический характер, с рецидивами, характеризующимися периодами вспышек и затихания заболевания. Если вовремя не заняться лечением, вероятны воспаления тканей, и возникновение абсцесса.

Паразитологический диагноз основывается на морфологической характеристике возбудителя с идентификацией вида и пола, измерении размеров длины и ширины тела, а также изучении соотношения внутренних органов и степени зрелости половой системы.

В целом по республике ежегодно регистрируются единичные случаи заболевания дирофиляриозом и подтверждение данного вида редкого гельминта проводится в референс-лаборатории по контролю за паразитарными инфекциями НПЦСЭЭИМ.

<http://rk-ncph.kz/ru/novosti/tekushchie-novosti/2020/782-laboratornaya-diagnostika-dirofilyarioza>

ПРОВЕДЕНИЯ ИЗМЕРЕНИЙ БАЗОВЫХ СТАНЦИИ СОТОВЫХ ОПЕРАТОРОВ

Вопрос влияния сотовой (мобильной) связи на здоровье человека волнует организации здравоохранения и граждан уже несколько десятков лет. Официально опубликованных исследований, которые бы явно подтверждали вред от использования сотовой связи, обнаружить не удалось. Впрочем, доказанной пользы от радиоизлучений базовых станций, терминалов сотовой связи, на руках у медицины тоже нет.

Появление мобильной электросвязи (сотовой, спутниковой связи), предназначенной для обслуживания подвижных абонентов, снабженных мобильными телефонами, представляет собой достаточно крупное событие не только в технике электросвязи, но и в повседневной жизни всех людей нашей планеты. Сегодня это наиболее массовая система электросвязи с подвижными объектами и предоставляющая им широчайший спектр самых разнообразных услуг. Сотовая связь в стандарте GSM работает более чем в 219 странах, свыше 800 компаний по всему миру обслуживают около 4 млрд жителей Земли.

В наш век мобильные телефоны уже не роскошь, а одна из обычных вещей, которая есть практически у каждого человека независимо от возраста, и используется ежедневно. В то же время из-за недостаточной изученности влияния электромагнитного излучения на здоровье пользователей мобильной связью, ни одно крупное изобретение не вызывало столько противоречивых и прямо противоположных суждений, как изобретение мобильной связи.

В связи с чем, мы замечаем, что в последнее время все больше и больше людей начинает задумываться над проблемой влияния электромагнитного излучения на организм человека. И одним из устройств, которое в первую очередь обвиняется в нанесении вреда здоровью человеку, являются базовые станции сотовой связи.

Давайте рассмотрим принцип построения сотовой связи.

Основными элементами системы сотовой связи являются базовые станции (БС) и мобильные телефоны. Базовые станции поддерживают радиосвязь с мобильными телефонами, вследствие чего БС и МТ являются источниками электромагнитного излучения в СВЧ диапазоне. Базовые станции поддерживают связь с находящимися в их зоне действия мобильными телефонами и работают в режиме приема и передачи сигнала. Будучи включённым, сотовый телефон прослушивает эфир, находя сигнал базовой станции. После этого телефон посылает станции свой уникальный идентификационный код. Телефон и станция поддерживают постоянный радиоконтакт, периодически обмениваясь пакетами. Сотовые сети могут состоять из базовых станций разного стандарта, что позволяет оптимизировать работу сети и улучшить её покрытие.

Сотовые сети разных операторов соединены друг с другом, а также со стационарной телефонной сетью. Это позволяет абонентам одного оператора делать звонки абонентам другого оператора, с мобильных телефонов на стационарные и со стационарных на мобильные.

Операторы могут заключать между собой договоры роуминга. Благодаря таким договорам абонент, находясь вне зоны покрытия своей сети, может совершать и принимать звонки через сеть другого оператора. Как правило, это осуществляется по повышенным тарифам.

Мобильный телефон - это достаточно умное устройство. Сила излучения от мобильного телефона зависит от удаленности пользователя от базовой станции. Чем ближе последняя, тем меньше излучение, поскольку аппарату требуется меньше усилий на ее поиск. Максимальную силу излучения мобильный телефон имеет, в момент вызова. Когда телефон находится в режиме ожидания, он тоже окружен электромагнитным излучением. Оно, во много раз меньше, чем во время разговора по телефону, но все же присутствует.

Большинство не задаются вопросом, сколько и где установлено базовых станций, а спокойно пользуются мобильными телефонами. Однако кое-кто все же обращает внимание на базовые станции и даже боится, их электромагнитного излучения. Их мы можем успокоить: вреда от базовых станций для здоровья практически никакого, и вот почему...

Работа сотовой связи основана на принципе деления обслуживаемой территории на зоны (соты), каждая из которых имеет радиус примерно до 1 километра (в условиях городской застройки) и обслуживается одной базовой станцией сотовой связи. Чем ближе расположены базовые станции сотовой связи друг к другу, тем на меньшей мощности они работают и тем меньший уровень электромагнитного излучения от их антенн. Поскольку радиус зоны влияния невелик, то мощность передатчиков незначительна (обычно не более 20 Вт). Для сравнения: радио- и телепередающие антенны излучают энергию в десятки и сотни раз большую, поскольку покрывают значительные территории – весь город или часть области.

Электромагнитную энергию излучает не вся базовая станция сотовой связи, а только ее антенны. С целью обеспечения наибольшей зоны покрытия и для ограничения воздействия на человека антенны устанавливаются на значительной высоте. Более того, базовая станция предназначена для того, чтобы направлять поле не внутрь дома, на котором она расположена, а наружу, поскольку ее цель осветить как бы радиоволнами какую-то определенную территорию, улицы и так далее. Для обеспечения качественной мобильной связи, антенны базовых станций направляются таким образом, чтобы основная электромагнитная энергия от них была собрана в тонком луче и не пересекалась с близлежащими домами. Более того, луч направлен в сторону от зданий, на которых расположены базовые станции сотовой связи, поэтому, электромагнитное излучение "вниз", то есть на жильцов дома, исключено. И вредного влияния электромагнитного излучения на здоровье людей бояться не стоит.

Основным требованием к размещению базовых станций на крыше зданий, предназначенных для пребывания людей (производственных, жилых и общественных зданий), является соблюдение одного из следующих условий:

- 1) наличия железобетонного перекрытия верхнего этажа;
- 2) наличия металлической кровли;
- 3) наличия технического этажа.

А также обеспечение предельно допустимых уровней электромагнитного поля как в помещении, так и на жилой территории (не более 10 мкВт/см²).

При правильной установке базовые станции сотовой связи можно считать безопасными. Почему? Потому, что при их установке выполняется и проводится множество предусмотренных санитарными нормами: требований, расчетов и измерений, которые постоянно проверяются. Также все оборудование, которое используют операторы сотовой связи, обязательно проходит гигиеническую сертификацию. Когда оператор сотовой связи выбирает площадку для размещения базовой станции, он должен пройти согласование размещения станции с территориальными органами Государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

Поводов для паники нет, истерию вокруг сотовых сетей и других технологий беспроводной связи раздувать глупо. Прогресс не остановить, и негативных последствий для здоровья от сотовой связи не выявлено. Но если, следуя простым советам, вы можете снизить уровень влияния электромагнитных волн на свое тело, уменьшить уровень возможного риска, почему бы им не следовать?

Вот несколько простых советов:

Держите мобильный телефон по возможности дальше от тела. Карману брюк лучше предпочесть барсетку или сумочку.

При совершении вызова до появления гудков не подносите телефонный аппарат к уху.

Пользуйтесь проводными и беспроводными гарнитурами для разговоров по сотовому телефону, при этом держите сам аппарат на удалении от своего тела (на столе, в сумке и т.д.).

Если ваш телефон показывает низкий уровень сигнала (одно-два деления) отдавайте себе отчет, что при разговоре он будет излучать большую мощность. Воспользуйтесь гарнитурой или громкой связью.

Не применяйте «экранирующие чехлы» и другие приспособления, изолирующие мобильный телефон. Чем хуже уровень сигнала, тем выше будет уровень излучения аппарата. Например, если изолировать телефон сзади, то он будет излучать вперед с большей мощностью.

Любям с повышенной чувствительностью к электромагнитным полям, детям, беременным женщинам следует ограничить время пользования мобильным телефоном.

При разговоре не рекомендуется касаться внешней антенны сотового телефона или той части аппарата, где размещается внутренняя антенна (часто это верхняя часть аппарата, сзади от динамика) – при этом значительно возрастает выходная мощность. Лучше держать телефон за торцы пальцами, чем полностью захватывать его ладонью.

<http://rk-ncph.kz/ru/novosti/tekushchie-novosti/2020/781-provedeniya-izmerenij-bazovykh-stantsii-sotovykh-operatorov>

**Алматы. Научно-практический центр
санитарно – эпидемиологической
экспертизы и мониторинга
НЦОЗ МЗ РК
/___/___/20**