



Division of
Geriatrics
Department of Medicine



г. Сан-Франциско
Отделение по обслуживанию
инвалидов и пожилых

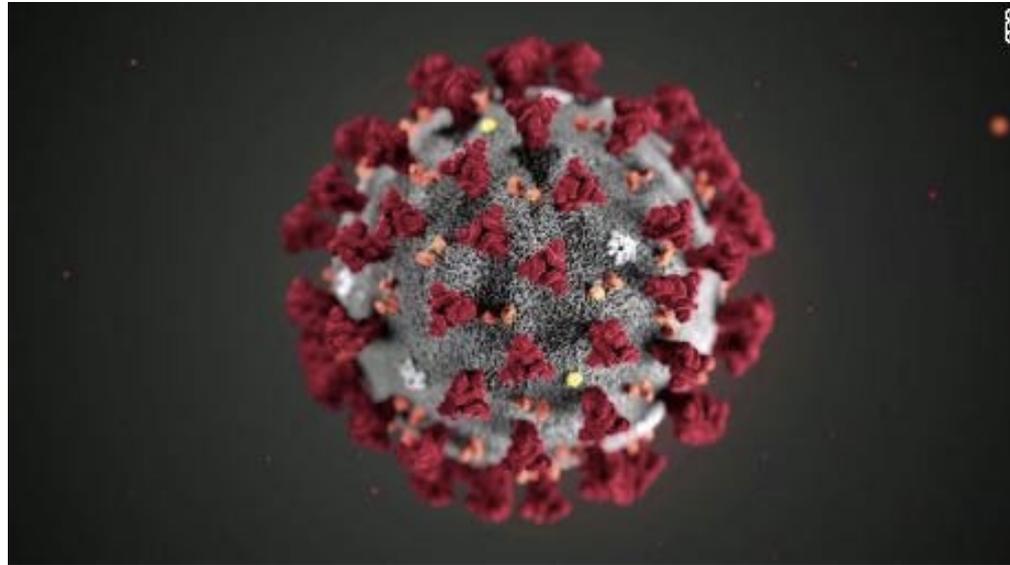
Контроль распространения инфекции во время заболевания COVID

Дипломированная медсестра, магистр наук в сестринском деле, участковая медсестра Риа Меркадо
Доктор медицины, магистр в области общественного здравоохранения Анна Ходос

План

- Что такое COVID-19?
- Профилактика распространения инфекции COVID-19
 - Ограничение контактов на близком расстоянии
 - Изоляция инфицированных людей
 - Дезинфекция

1. Что такое Covid-19?



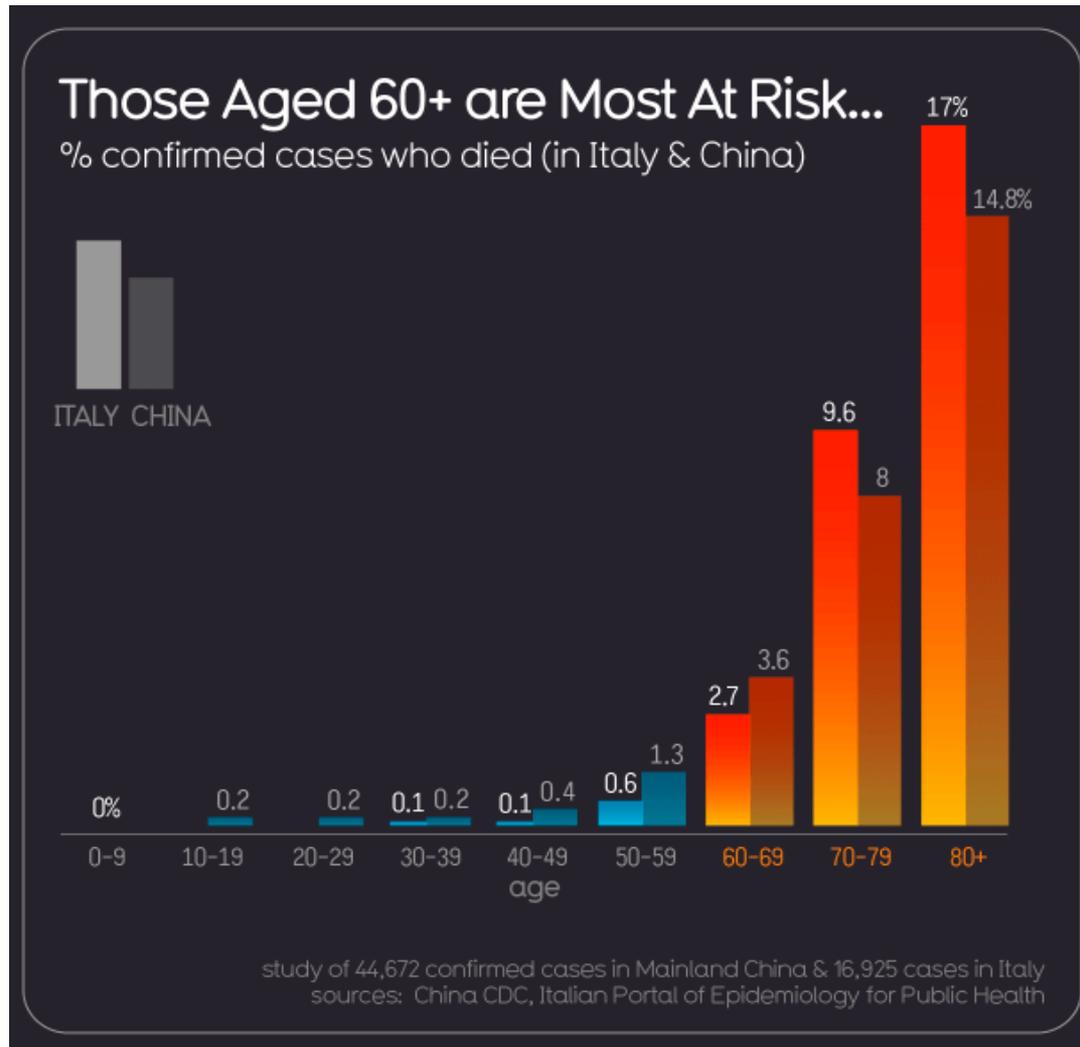
- Вирус, вызвавший такую пандемию, называется SARS-CoV-2.
- Это разновидность **коронавируса**
 - Коронавирусами также являются вирусы, вызывавшие тяжёлый острый респираторный синдром (ТОРС) и ближневосточный респираторный синдром (БВРС)
- Вирус SARS-CoV-2 вызывает заболевание COVID-19.
- Каждый день люди узнают новую информацию об этом вирусе.

COVID-19

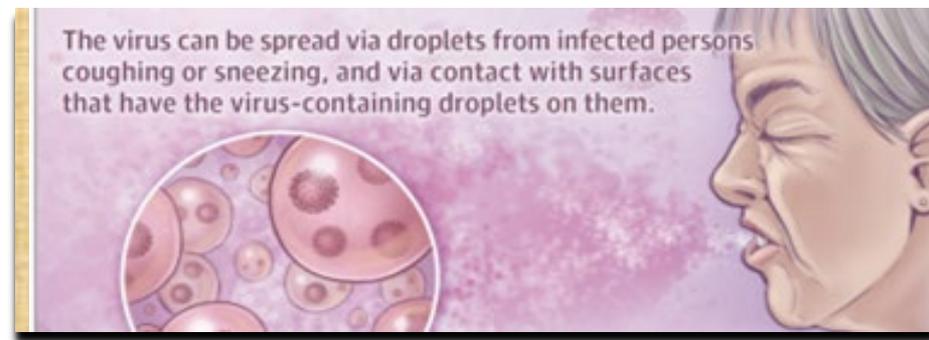
- **3 основных симптома: высокая температура одышка, кашель.**
 - Другие симптомы: ломота, боль в горле, диарея, повышенная утомляемость, потеря обоняния/вкусовых ощущений.
 - Степень тяжести заболевания варьирует от легкой до тяжелой, включая летальный исход.
 - у ~80% легкая степень (либо нет симптомов, либо легкие симптомы)
 - у ~15% тяжелая форма (госпитализация)
 - у ~5% критическое состояние (реанимация)
 - Продолжительность болезни у людей составляет **2 недели.**
 - Многие люди, инфицированные вирусом, не знают, что они больны по причине таких слабых симптомов.
-

В группе риска тяжёлого заболевания

- Пожилые люди, у которых риск повышается с возрастом
- Люди с тяжёлыми хроническими заболеваниями, например:
 - Заболевание сердца
 - Сахарный диабет
 - Заболевание легких



2. Профилактика распространения



- Этот вирус передается воздушно-капельным путем от инфицированных людей, которые кашляют или чихают, распространяя капельки, переносящие множество частиц с вирусом.
- Затем вирусные частицы попадают в глаза, нос или рот человека и происходит заражение.
- Затем неинфицированные люди контактируют с инфицированными капельками, когда:
 - они касаются человека или поверхности, на которой есть капельки с последующим прикосновением к своему лицу;
 - другой человек чихает или кашляет на них.

Меры по охране здоровья населения для профилактики распространения болезни

- Не допустить заражения максимально возможного количества людей и предотвратить распространение инфекций = «спрямление кривой».
- **СОЦИАЛЬНЫЕ МЕРЫ:** Ограничение физических взаимодействий, чтобы люди не могли заражать друг друга. (Запреты на поездки, ограничение контактов на близком расстоянии, ограничения для общественных мероприятий, изоляция больных людей).
- **ЛИЧНЫЕ МЕРЫ:** Мыть руки, не касаться своего лица.
 - Для здравоохранения: индивидуальные средства защиты
 - Для всех людей: маски (чтобы больной человек не передавал болезнь окружающим)
- **МЕРЫ ОБУСЛОВЛЕННЫЕ ВНЕШНИМИ ФАКТОРАМИ:** Создание физических барьеров между людьми, дезинфицирование поверхностей.

3. Профилактика распространения: Ограничение контактов на близком расстоянии

- Не приближайтесь к людям ближе, чем на 6 футов.
- Это означает, что вероятность попадания каплей инфицированного человека другим людям снижается.



Рекомендации города Сан-Франциско

- Не выходите из дома, если нет крайней необходимости.
 - Не выходите из дома, за исключением походов за едой, ухода за родственником или другом, получения необходимой медицинской помощи или когда нужно ехать на крайне важную работу.
 - Не принимайте гостей.
- Выходите из дома только при крайней необходимости.
 - Если вам нужно выйти из дома, соблюдайте дистанцию от других людей не менее 6 футов и носите на лице маску.
- Вам **не** нужно сохранять дистанцию в 6 футов от людей, проживающих в вашей семье.
- Разрешается гулять, кататься на велосипеде или выходить на пробежку возле Вашего дома. Если вам нужно сесть в автомобиль или на общественный транспорт, чтобы отправиться на прогулку или пробежку, это означает, что вы удалитесь слишком далеко.



Дополнительные рекомендации

- Если нужно выйти из дома:
 - Избегайте скоплений людей
 - Закрывайте лицо платком «бандана», шарфом или тканью
 - Никогда не подходите к другому человеку ближе, чем на 6 футов
 - Ограничьте время пребывания рядом с другими людьми вне дома
 - Сведите до минимума взаимодействие и контакты с не членами вашей семьи.
 - Протирайте все поверхности, к которым вам нужно прикасаться, антибактериальными салфетками.
 - Если у вас есть симптомы простуды или гриппа (например, кашель, насморк, боль в горле и т. д.), носите маску для лица, когда вы находитесь рядом с другими людьми.



Медицинские маски

Medical masks can be used to prevent the spread of respiratory infections.

There are 2 main types of medical masks: **face masks** and **N95 respirators**.



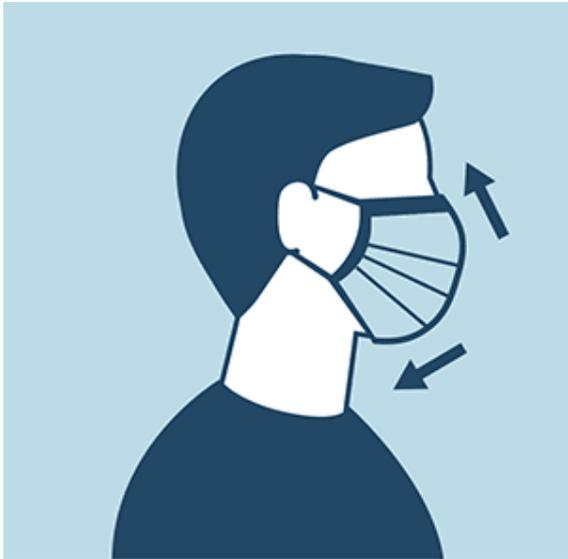
Face masks fit more loosely and prevent the wearer from spreading large sprays and droplets when coughing or sneezing.

N95 respirators fit more tightly and prevent the wearer from inhaling smaller, airborne infectious particles. N95 respirators are not recommended for use by the general public.

Desai AN, Mehrotra P. Medical Masks (А. Н. Десай, П. Мехротра. Медицинские маски). Журнал Американской медицинской ассоциации (JAMA). Опубликовано на сайте 4 марта 2020 г.

Носите маску на улице

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>



- Повязки для лица следует часто стирать в горячей воде с моющим средством и сушить в сушильной машине. В идеале, стирайте их после каждого использования и храните в специальном мешке или корзине для грязного белья. Всегда мойте руки или пользуйтесь дезинфицирующим средством для рук до и после касания к своему лицу или повязкам для лица.

4. Изоляция инфицированных людей

- Поскольку это новый вирус, БОЛЬШИНСТВО людей восприимчивы к заболеванию при контакте с ним.
- Если больной изолирован от других людей, распространение прекратится.
- Вот почему изоляция так важна.



Изолирование человека с симптомами дома:

- Человек должен находиться в своей комнате.
 - Дверь в комнату должна закрываться и должен быть собственный туалет.
- Любой человек, взаимодействующий с больным, должен
 - Надевать перчатки, одноразовый/многократный халат, защитную маску для лица и защитные очки
 - Обязать человека с симптомами носить маску, если в комнате находится другой человек
 - Вещи можно выбрасывать в обычный мусорный контейнер или обеззараживать путем стирки в горячей воде и последующей сушки в сушилке
- Часто обрабатывайте поверхности
- Дополнительные рекомендации приведены в: <https://www.sfcddcp.org/wp-content/uploads/2020/03/COVID19-Home-workers-Guidance-FINAL-3.19.2020.pdf>



5. Дезинфекция

- Очистка поверхностей — это главный способ убедиться, что капли от больных людей не останутся на поверхности так долго, чтобы попасть к новому человеку.



Что нужно дезинфицировать (водой с мылом или дезинфицирующим раствором)

- Столы
- Столешницы
- Выключатели освещения
- Дверные ручки
- Ручки шкафчиков
- Ручка холодильника
- Автомобиль: рулевое колесо, ручка переключения передач, замки, дверные ручки, кнопки управления радиоприемника.



Что ждет нас в будущем?

- К сожалению, это неясно.
- События, которые произойдут в следующем месяце, помогут нам узнать.
 - Передача инфекции прекратится, когда люди, у которых она есть, перестанут передавать ее друг другу.
 - Её будет тем труднее остановить, чем больше будет зараженных людей.
 - После этого периода, когда не будет широкого распространения инфекции среди людей, можно сосредоточиться на сдерживании более мелких вспышек инфекции.
- В настоящее время разрабатываются новые методы лечения для профилактики серьезных осложнений, а также идёт работа над вакциной.



Ресурсы

- Департамент здравоохранения штата Калифорния
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Guidance.aspx>
- Департамент здравоохранения Сан-Франциско
<https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus.asp>
- Отдел инфекционных заболеваний
<https://www.sfcddcp.org/infectious-diseases-a-to-z/coronavirus-2019-novel-coronavirus/>

Information and Guidance for the Public

- ⊕ Persons Experiencing Homelessness
- ⊕ Businesses and Employers
- ⊕ Elder and Residential Care Facilities