

# Новая реальность COVID-19

Осеннее "обострение" COVID-19, о возможности которого еще летом предупреждали эпидемиологи, все-таки случилось. В последние дни...недели... вирус бьет майский антирекорд по новым случаям.

**При этом у очень многих заболевание проходит без симптомов, но есть люди из группы риска, пожилые и страдающие хроническими заболеваниями, которые практически не имеют шанса пережить это заболевание....именно поэтому и увеличился поток пациентов, нуждающихся в госпитализации и их смертность.**

Как развивается эпидемическая ситуация, об ответственности самих людей, от которых сейчас зависит очень многое, о том, почему нужны те или иные меры защиты - от простых масок и до прививок! Поговорим подробнее...

Специалисты говорят, что эпидемия остановится, когда иммунитет к коронавирусу будут иметь 70-80 % населения - либо за счет вакцинации, либо переболев.

В России на сегодняшний день переболело меньше 1% населения, так что до того уровня популяционного иммунитета, который обеспечил бы нам полную защиту, пока далеко. Поэтому очевидно, что мы быстрее переболеем, чем привьемся, не приходится.

Вакцинация от COVID-19 нам нужна, так же, как против гриппа, кори, полиомиелита, дифтерии, столбняка, паротита, коклюша и целого ряда других инфекционных болезней, которыми мы не боеем ровно потому, что больше 90 % населения в стране привиты от них еще в детском возрасте, и ревакцинируются в нужные сроки уже взрослыми. Но вакцины от COVID-19 для массовой вакцинации пока нет...

Что же делать уже сейчас? То, что уже более полугода не устают повторять все, кому не безразлично здоровье народа. Заметьте, все эти призывы направлены на соблюдение ответственной социальной гражданской позиции!

- **носить защитную маску в общественных местах;**
- **соблюдать социальную дистанцию в общественных местах;**
- **избегать посещения общественных мест скопления людей;**
- **неустанное соблюдение правил личной гигиены.**

Казалось бы, что все правильно и понятно! Но почему же тогда молодые люди игнорируют как саму опасность заражения, так и опасность распространения этой крайне опасной инфекции!?

Сегодняшняя ситуация связана с тем, что новая форма поведения, соблюдение мер профилактики – это определенное напряжение, и люди устали. Но эту усталость, это нежелание нужно преодолеть.

Есть четкие алгоритмы, как нужно себя вести в сегодняшней ситуации. И главное сегодня – мобилизоваться и делать ровно так, как рекомендуют врачи и эпидемиологи! Это не сложно. Может быть, некомфортно, неудобно, но нужно. В противном случае мы можем быстро прийти от вектора расслабленности к вектору действий и самоограничений!

Можно жить, не снижая качества жизни, соблюдая несложные правила. Если нужно носить маски – пусть они будут красивые! Лучше ограничить себя в малом, чтобы не болеть.

И по поводу рассуждений – «не дать ли всем переболеть»- скажу так: нужно сделать все, чтобы не заболеть!!! Мы много знаем о новом вирусе, но далеко не все. То, что он коварен, это сегодня уже очевидно. Но мы не знаем отдаленных последствий. Еще не родились дети, которые зачаты от переболевших родителей. Поэтому сегодня главная задача для каждого – не переболеть, а не заболеть!

### **Вот такая новая нормальность Жизни...!**

Кто самые ярые сторонники новых правил, новой нормальности ? Это прежде всего те люди, которые, к сожалению, имеют тяжело переболевших близких, знакомых, или, не дай бог, ушедших из жизни. Но неужели надо заплатить эту цену, чтобы осознать уровень угрозы?

Моя позиция: людей надо убеждать, что так надо жить сегодня!!!

### **Вопросы по COVID-19 всесторонне освещаются:**

- на "Горячей линии" и страницы в Instagram Управления Роспотребнадзора,
- по телефону Горячая линия 8-981-877-29-41, на сайте [www.p76om.ru](http://www.p76om.ru) и в группе ВКонтakte <https://vk.com/poliklinika76> СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 76»

Говорим просто о главном! От самого простого: как носить маску, сколько времени, как снимать? И до более сложных вопросов - о вакцинации, о том, как не заболеть.

**Между прочим, самый большой всплеск заболеваемости - у офисных работников и у студентов. Они все лето были на удаленной работе, в отпусках, а сегодня вернулись к привычному очному режиму, но при этом, видимо, нигилистически отнеслись к необходимости соблюдать меры защиты.**

Хочу отметить, что вопрос о том, когда переболевший становится абсолютно безопасным для окружающих, остается без ответа! Есть данные наблюдений, хотя этих случаев не так много, когда у человека уже проходили все симптомы, он чувствовал себя абсолютно здоровым, но продолжал выделять вирус. Вот почему мы говорим, что масочный режим обязателен для всех, включая и тех, кто переболел.

**Сейчас много говорится о необходимости вакцинации: от гриппа, чтобы избежать наложения двух инфекций, а в дальнейшем и от COVID-19, когда закончатся испытания вакцины.** Известный наш детский доктор, академик Лейла Сеймуровна Намазова-Баранова привела просто убойный аргумент в пользу прививок, против которого и возразить нечего: мы вкладываем огромные деньги в лечение диабета, онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний, но умирает большинство таких больных не от основного заболевания, а от присоединенных инфекций. Это еще раз подтвердила эпидемия COVID-19. Значит, нужны прививки и от гриппа тоже!!!

Я сторонник убеждения. Я абсолютно уверена, что людей можно убедить. Просто с ними нужно разговаривать, чего мы, как медицинское сообщество, какое-то время не делали, но как делали наши великие Учителя, сумевшие силой слова и личного примера победить огромное количество инфекций, считавшихся фатальными.

**ВАКЦИНАЦИЯ** от гриппа продолжается совершенно бесплатно и без очереди! Приходите в поликлинику на Хлопина, 11к.1 в каб. вакцинации № 101 с 8 до 19 в рабочие дни, с 9 до 15 в субботу.

Смотрите информацию на сайте поликлинике в разделах: «Внимание! Вакцинация!», «Внимание! Грипп!»

Главный врач СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 76»,  
к.м.н., врач-пульмонолог высшей категории,  
Заслуженный врач РФ - Алешко О.В.