



COVID-19

ОБЗОРЫ - АНАЛИТИКА

<https://nncooi.kz/>



12 апреля 2020 г.

! Редакция сайта не всегда согласна с мнением авторов
Статьи публикуются в авторской редакции



Уважаемые коллеги !

**Поздравляем Вас с Днем Науки Республики Казахстан.
Желаем, чтобы каждый новый день был полон креативных и уникальных
идей, полезных и великих открытий, интересных и достойных достижений.
Пусть наука в нашей стране развивается и влечет за собой все больше и
больше талантливых, изобретательных, целеустремленных людей.**

Администрация ННЦООИ

День работников науки в Казахстане

12 апреля в Казахстане свой профессиональный праздник – **День работников науки** – отмечают представители научной среды. Он установлен Указом Президента Республики №164 от 20 октября 2011 года. Дата празднования выбрана не случайно. Этот день связан с днём рождения человека, стоявшего у истоков организации научной деятельности в Казахстане. Речь идёт об академике К.И. Сатпаеве – первом Президенте Академии наук Казахской ССР, который возглавил её в 1946 году. Практически всю свою жизнь этот человек посвятил науке и её развитию в родной Республике. Ко дню его рождения и было приурочено празднование Дня работников науки в Казахстане. **Учёный-геолог Каныш Имантаевич Сатпаев (1899–1964)** не просто стал первым Президентом Казахской Академии наук, а фактически создал её, потратив немало усилий, добиваясь развития науки через учреждение филиалов Академии наук СССР и научно-исследовательских институтов в Казахстане, и в итоге добился учреждения Академии наук Казахской ССР.



Современная наука в Республике Казахстан продолжает развиваться. Этому уделяется особое внимание со стороны государственной власти, открыто признающей тот факт, что без развития науки будущее страны и народа очень неопределённо, тогда как забота о её развитии является залогом успешного развития и роста благосостояния государства и граждан.

Почему врачи должны зарабатывать меньше нефтяника или чиновника?

Это авторский блог профессора медицины Вячеслава Локшина



Завтра мы должны стать лучше...Профессия врача всегда требовала от человека, избравшего ее, самоотверженности, полной отдачи и готовности к рискам для собственной жизни и здоровья, как, впрочем, и у военного и полицейского.

По жизни каждому хирургу не один раз приходилось оперировать пациентов с вирусными гепатитами, сифилисом, ВИЧ-инфицированными. Чаще всего мы узнавали о диагнозе уже через несколько дней после проведенной операции. Зная заранее о том, что оперируем пациента с инфекцией, старались защититься, надев вторые перчатки, повыше прикрыв маской лицо и даже надев очки. Работая в БСМП в 90-е годы, во время

выездов в регионы Казахстана, подобное было нередко. Во время операций кровь, околоплодные воды могли попасть на лицо и даже в глаза.

А скольким хирургам пришлось превентивно лечиться от этих самых заболеваний, годами болеть от гепатитами, лечить которые раньше не умели? Все это было, да и, возможно, сейчас присутствует в жизни практически любого врача. Заражение медицинского работника от пациента - всегда риск! Но я не помню, чтобы кто-то требовал за эти случаи каких-то компенсаций и благ. Не могу представить, чтобы сотни погибших итальянских или китайских врачей кричали о своих претензиях на материальное вознаграждение через социальные сети. Врачи поликлиник и женских консультаций, принимая пациентов с ОРЗ или гриппом, тоже рискуют, симптомы COVID19 неспецифичны.

Призвать власти к максимальным защитным мерам, рассказать людям, как лучше защититься, предложить новые подходы к лечению или диагностике - это то, что в первую очередь хотелось услышать от коллег. Кстати, именно по этому поводу мы слышим большинство обращений из-за рубежа.

Но такой информации в наших локальных сетях немного...

С другой стороны, врач всегда был элитой общества. И это не только из-за его гуманитарной и общественной роли, жизненной важности профессии для всех граждан и государства, но и из-за уровня образованности и высокой морали и, конечно же, статуса в обществе, отмеченного высоким материальным вознаграждением. Так было во все времена, так есть и сегодня в большинстве стран мира, к сожалению, мы это потеряли. Мы многое потеряли и в медицинском образовании, и в науке, и в культуре, и в нравственности. Главными оказались люди из большого бизнеса, чиновники и, возможно, единичные деятели культуры, еще спортсмены, число которых почти не растет.

Ни врач, ни ученый не могут и не должны быть средними, и тем более плохими!

Но почему-то они могут получать зарплату ниже нефтяника, или чиновника, или банковского служащего? Так, увы, сложилось, но так не должно продолжаться! Здравсохранению, как и науке, не хватает финансирования, врачу и ученому не хватает материальной поддержки и признания. Сегодня, во время пандемии, это стали осознавать, и не только в нашей стране. Это здорово, что медики, работающие с пациентами с коронавирусом, получают материальное вознаграждение. Но это не должно быть разовой акцией. Система отношения к медикам должна стать другой.

Но и медикам хорошо бы вспомнить о том, как вели себя наши предшественники, никогда не думавшие в первую очередь о материальной стороне их профессионального долга! Это и не совсем интеллигентно.

Уверен, что мы должны большую часть подобных вопросов решать коллегиально внутри профессионального сообщества. Печально, когда чиновники от медицины и рядовые врачи оказываются по разные стороны баррикад. Так болезни не победить, так наши общие проблемы не решить. Руководителям от медицины надо смелее и жестче отстаивать интересы медиков и здравоохранения в целом, так, как это делает министр здравоохранения, поднявший огромный пласт накопившихся проблем. Но и он зачастую оказывается без поддержки даже собственного аппарата и нас, его коллег.

Должен громче звучать голос лидеров разных направлений медицинской науки и практики, их не должны подменять функционеры, призванные служить медицинскому сообществу и гражданам. Медицинские вопросы должно решать сообщество профессионалов, объединяясь в АССОЦИАЦИИ, создавая экспертные группы. Много вопросов поставила эта пандемия, в то же время она дала нам шанс измениться и стать современнее и лучше. На многое сегодня мы смотрим другими глазами.

Наши организаторы здравоохранения выбрали правильную стратегию жесткого своевременного карантина, сумели убедить в этом руководство страны, использовали лучший опыт, в том числе и советский, смогли продемонстрировать гораздо более высокую эффективность по предотвращению массового заражения чем многие самые передовые страны. Наши граждане гораздо серьезнее отнеслись к принимаемым мерам по сравнению с гражданами европейских стран и США, забывших об инфекционной опасности.

Об этом свидетельствует динамика распространения инфекции. Этот успех поможет избежать массового заражения и большого числа тяжелых больных.

Уроки из этой пандемии, несомненно, извлекут все - правительства и медики, простые люди и олигархи. Мир станет другим. Многие ценности будут пересмотрены. Самой важной из них должна стать жизнь человека, а для этого придется многое изменить, в том числе и отношение к врачам и расходам на здравоохранение в частности и еще очень многое...

<https://tengrinews.kz/opinion/pochemu-vrachi-doljniy-zarabatyivat-menshe-neftyanika-1016/>

Полная версия интервью с биологом Анчей Барановой



Вопросов по коронавирусу по-прежнему много, а ответы на них зачастую противоречат друг другу. Мы решили разобраться вместе с вами в этом ворохе информации и для этого пригласили к нам доктора биологических наук, профессора Школы Системной Биологии GMU (США) Анчу Баранову.

Анча Баранова ответила на вопросы редакции и читателей Медпортала про коронавирус. Смотрите полную версию интервью от 10 апреля.

Доступно видео:

<https://medportal.ru/mednovosti/translyatsiya-obsuzhdeniya-s-mikrobiologom-anchey-baranovoy-koronavirusa/>

Биолог Анча Баранова объяснила, почему COVID-19 «помолодел»

Высокий процент заболевших до 45 лет говорит о расширении эпидемиологической картины, а не о мутации вируса, заявила доктор биологических наук в интервью Медпорталу.

На старте пандемии коронавируса, когда ее эпицентром был Китай, медики фиксировали тяжелые формы COVID-19 и смертельные случаи преимущественно у людей пожилого возраста. Однако же в Европе и США наблюдается большой прирост достаточно молодых пациентов, более того, московский оперштаб [заявил](#) о том, что 40% тяжелых случаев приходятся на заболевших до 40 лет.

В [онлайн-интервью](#) MedPortal доктор биологических наук, профессор Школы Системной Биологии GMU (США) Анча Баранова развеяла тревожные слухи о том, что все дело в стремительной мутации вируса. Увеличение числа заболевших среди молодых людей связано лишь с изменением общей картины пандемии, считает она.

«На момент начала эпидемии у нас были только данные из Китая. Надо понимать, что там принципиально другая культура, в том числе в медицине, и отношение к заболеваниям пожилых людей там иное. Кроме того, это были данные по достаточно ограниченным группам. Сейчас, когда исследуемые группы стали больше, в них ожидаемо попали люди, которые имеют иммунодефицит. И речь не только о ВИЧ, это могут быть врожденные проблемы с иммунитетом, о которых пациенты даже не подозревали», - сообщила Баранова.

Ученый также отметила некоторый психологический эффект от широкого освещения пандемии в СМИ: каждый случай заболевания молодых людей рассматривается очень пристально, поэтому кажется, что их очень много.

«Да, люди достаточного молодого возраста заболевают и умирают, но это не значит, что вирус как-то поменялся», - подчеркнула Анча Баранова.

<https://medportal.ru/mednovosti/ancha-baranova-ob-yasnila-pochemu-covid-19-pomolodel/>

«Самое опасное место сейчас — это лифт в вашем доме» - биолог Анча Баранова

Подхватить коронавирус в лифте своего же дома гораздо легче, чем в местах большого скопления людей, рассказала доктор биологических наук, профессор Школы Системной Биологии GMU (США) Анча Баранова в онлайн-интервью MedPortal 10 апреля.

«Это маленькое замкнутое пространство, в котором в течение дня находится много людей, и если там чихнул или прикасался к кнопкам заболевший человек, то вам очень не повезет, если вы зайдете в этот лифт через полчаса. Лучше вообще сейчас избегать лифта либо же заходить туда в маске и перчатках», - **отметила** Баранова.

Генетик также прокомментировала недавнее [заявление](#) вирусолога Хендрика Штрека из университета Бонна о том, что в ходе его исследования в Хайнсберге (прим.: город, с которого началась эпидемия COVID-19 в Германии) жизнеспособных вирусов на поверхностях не было обнаружено. По словам Барановой, она еще не ознакомилась с исследованием, однако же делать поспешные выводы о том, что коронавирус — это исключительно аэрозольная инфекция, еще рано.

Профессор напомнила знаменитую историю о корейке, которая по религиозным соображениям отказалась от тестирования и заразила большое количество прихожан в своей церкви.

«Все ее перемещения были отслежены в мельчайших подробностях, а потом наложены на карту перемещений других инфицированных. В частности выяснилось, что она пришла на службу в церковь, села на скамью, а спустя два часа на ее же место села другая женщина и тоже заболела. Можно предположить, конечно, что в воздухе сохранилась аэрозоль с вирусом, но думаю, заражение все же произошло через поверхности», - сказала Анча Баранова.

По ее мнению, сейчас, когда пик заболеваемости в России еще впереди, гражданам стоит отбросить ложный стыд и приобрести специальную маску, которая плотно облепает лицо.

<https://medportal.ru/mednovosti/samoe-opasnoe-mesto-seychas-eto-lift-v-vashem-dome-biolog-ancha-baranova/>

Век статуи Свободы не видать? Как Нью-Йорк стал эпицентром мировой эпидемии

Новым центром мировой эпидемии стали Соединенные Штаты. К вечеру пятницы, 10 апреля, в стране было зарегистрировано 459 165 зараженных, 16 570 человек умерло. Почти половина смертей - 7 067 - зафиксирована в Нью-Йорке. Власти ожидают, что отметку в полмиллиона зараженных США перешагнут к началу этих выходных. Однако по данным университета Хопкинса, который ведет собственные подсчеты, число зараженных новым коронавирусом уже в пятницу достигло полумиллиона. Утром в понедельник, 6 апреля, член городского совета и глава департамента здравоохранения Нью-Йорка Марк Левин написал в своем "Твиттере", что власти могут использовать парки для захоронения умерших от коронавируса. "Уже скоро мы будем использовать "временные меры", - написал он. - Скорее всего, это будет сделано с использованием парков Нью-Йорка для захоронений (да, вы правильно это прочитали).

Траншеи будут вырыты для 10 гробов, уложенных в линию..." Позднее губернатор штата Эндрю Куомо выступил с официальными разъяснениями, опровергнув заявление члена горсовета Нью-Йорка, а сам Марк Левин подтвердил, что подобный вариант будет рассмотрен "только в совсем чрезвычайных обстоятельствах". До сих пор подобные чрезвычайные меры действительно не потребовались, хотя у нескольких больниц появились новые мобильные морги-рефрижераторы. Но в Нью-Йорке в последние 150 лет для захоронения умерших бездомных и жителей, тела которых не забрали родственники, используют территорию острова Харт, неподалеку от района Бронкса. "Пока этой территории достаточно даже в условиях эпидемии, но мы должны готовиться к худшему", - заявили Русской службе Би-би-си в городской мэрии. Сейчас у паромной переправы, которая ведет на остров, постоянно дежурят съемочные группы нескольких городских телеканалов. Днем в пятницу сразу несколько американских СМИ сообщили, что на острове копают траншеи для массовых захоронений погибших от коронавируса. В городской мэрии подтвердили, что на острове действительно хоронят жертв эпидемии, но заверили, что о массовых погребениях речи не идет. "Это люди, тела которых в течение нескольких недель никто не забрал из морга", - объяснил телекомпании CNN пресс-секретарь мэрии Фредди Голдстин. Во время ежедневного брифинга в начале недели губернатор штата Нью-Йорк Эндрю Куомо подчеркнул, что число жертв в городе уже более чем вдвое превысило число погибших в ходе террористических атак 11 сентября 2001 года. "После тех событий я думал, что уже никогда не увижу ничего, сравнимого с подобной трагедией", - добавил он. Еще одной проблемой стали официально не зарегистрированные смерти. По данным городского интернет-портала Gothamist, сотрудники экстренных служб обнаруживают все большее количество горожан, умерших в своих домах и квартирах. До этого медики советовали при "умеренных" симптомах заболевания оставаться дома и не обращаться за медпомощью. Согласно информации Службы экстренной медицинской помощи, только во вторник, 7 апреля, 256 жителей Нью-Йорка были найдены мертвыми в своих квартирах. Обычно это число не превышает 25 человек в день.

Как вирус проник в Нью-Йорк? Первый случай заболевания был зарегистрирован в Нью-Йорке 1 марта у медсестры возрастом чуть более 30 лет, которая вернулась в США после посещения родственников в Иране. Госпитализация ей не потребовалась, симптомы, по отзывам врачей, были "не критическими", и она успешно справилась с заболеванием. Но за несколько дней до этого еще у одного жителя - адвоката Лоренса Гарбуза, также обнаружили симптомы заболевания. 50-летний юрист, проживающий в пригороде Нью-Йорка, городке Нью-Рошель, и работающий в офисе в самом центре Манхэттена, 27 февраля вернулся со службы в синагоге, почувствовал себя плохо и обратился к врачу. Его соседи поначалу утверждали, что незадолго до этого Гарбуз путешествовал в Италию и даже в подробностях рассказывал о деталях своей поездки. Но, по официальным данным, юрист никуда не ездил и никогда не контактировал с людьми, у которых был выявлен коронавирус. Как бы то ни было, но уже 2 марта адвокату

был поставлен положительный диагноз, и именно это стало причиной первого в США жесткого карантина, объявленного в отдельно взятом районе. В начале марта в Нью-Рошели, где жил юрист, 1 000 жителей получили предписание не покидать свои дома, а вокруг синагоги, которую посещал Лоренс Гарбуз, была введена зона безопасности площадью в 1 кв. милю (2,59 кв. км). Одновременно в районе появились подразделения Национальной гвардии и были организованы одни из первых в США пункты мобильного тестирования на наличие коронавируса. Правда, по мнению губернатора Эндрю Куомо, официально зарегистрированные случаи заболевания вряд ли были первыми в штате Нью-Йорк. "У меня нет сомнений, что вирус появился здесь гораздо раньше", - заявил он. Почему именно Нью-Йорк стал центром эпидемии? Одно из самых известных описаний финансовой столицы США как "города, который никогда не спит", стало, по мнению специалистов, и главной причиной стремительного распространения эпидемии.

По официальным данным, в городе насчитывается чуть более 8,4 млн жителей, но общее население "большого Нью-Йорка", куда входят ближайшие пригороды и некоторые районы соседних штатов, превышает 23,6 млн человек. Большинство из них ежедневно ездит на работу в город. Точное число нелегальных жителей Нью-Йорка не знает никто, но, по подсчетам нескольких исследовательских центров, в городе постоянно проживает более 500 тысяч выходцев из других стран, не имеющих никаких официальных документов. "Теснота проживания в некоторых районах сделала нас особенно уязвимыми", - прокомментировал взрывной рост числа заболевших губернатор Эндрю Куомо. По статистике, на площади в одну квадратную милю в Нью-Йорке проживает 27 000 человек. В круглосуточно работающем и открытом городе соблюдать предписанную властями "социальную дистанцию" и впрямь оказалось почти невозможно.

Как считают специалисты, основным переносчиком вируса стали пластиковые сидения и металлические поручни в общественном транспорте, где заражение могло сохраняться до 72 часов. После того как в городе были выявлены первые двое инфицированных, число заболевших резко пошло вверх. Уже 12 марта инфицированных было 88, еще четыре дня спустя, 16 марта, уже 464. 18 марта количество пациентов с подтвержденным диагнозом превысило 2 000, а всего лишь через два дня их стало уже 5 600. Число в 10 000 инфицированных Нью-Йорк "преодолеет" к вечеру 21 марта. За взрывным ростом заболевших городские власти уже не успевали. 7 марта губернатор Куомо объявил в штате режим чрезвычайного положения, а еще пять дней спустя запретил проведение любых мероприятий, где могли бы собраться более 500 человек.

Одновременно было рекомендовано прекратить работу ресторанов, музеев и театров. Большинство заведений общепита и баров, впрочем, продолжили работу, обезопасившись вывешенными объявлениями с требованием к посетителям соблюдать необходимую "социальную дистанцию". "Это может продлиться четыре, шесть или девять месяцев" Вскоре выяснилось, что принятые властями меры не могут остановить эпидемию. 15 марта губернатор объявил о прекращении занятий во всех школах, а еще через неделю подписал распоряжение об обязательном закрытии любого бизнеса, не имеющего отношения к жизнеобеспечению граждан. Такими были признаны продовольственные, табачные и винные магазины, общественный транспорт, автозаправки, автосервисы, медицинские офисы и СМИ. "Это не решение, рассчитанное на короткое время, - сообщил губернатор Куомо, комментируя свое решение. - Это может продлиться четыре, шесть или девять месяцев". По оценкам властей, принятые беспрецедентные меры могут обойтись экономике штата потерей 15 миллиардов долларов доходов еще до конца года. Но, как заявлял сам губернатор Эндрю Куомо, другого выхода у него просто не было: согласно подсчетам специалистов, уже в ближайшие месяцы носителями вируса могут стать от 40 до 80% жителей штата. Между тем, несмотря на новые запреты властей, число зараженных продолжало расти. Более 13 000 инфицированных к утру 23 марта, 26 700 - 27 марта и 45 707 к 1 апреля. В числе заболевших только в начале апреля оказалось 1 400 сотрудников полиции Нью-Йорка, 282 пожарных, 580 работников общественного транспорта. О симптомах заболевания также сообщили почти 20% из 4 500 сотрудников службы "скорой помощи" в городе. Тесты и статистика Как считают наблюдатели, сообщения о взрывном росте заболеваемости прямо связаны с количеством проводимых тестов.

По данным проекта COVID Tracking Project, Нью-Йорк, лидирующий сегодня в мировом рейтинге заражений коронавирусом, к концу прошлой недели провел 283 600 тестов на наличие заболевания. Для сравнения, в соседнем штате Нью-Джерси к этому времени провели лишь 75 300 тестов. В нескольких районах города были развернуты мобильные лаборатории, но пройти проверку все желающие все равно не смогли. Как и в столичном Вашингтоне, и в штате Калифорния для того, чтобы пройти тест, требовалось направление врача, а без этого проверить симптомы могли только люди с явными признаками болезни, врачи, медсестры и другие сотрудники учреждений, а также работники экстренных служб. Остальным обратившимся к медикам по поводу признаков заболевания, но демонстрирующим "симптомы средней тяжести", было просто рекомендовано не покидать свои дома и максимально ограничить круг общения. Уже к началу апреля, по официальным данным, большинство состоятельных жителей Нью-Йорка предпочли покинуть город.

Эпицентрами заболеваний стали два округа, расположенных за пределами Манхэттена: не слишком благополучный район Корона в Квинсе, в основном населенный бедными выходцами из стран Латинской Америки, и Боро-парк в Бруклине, где десятилетиями селились представители ультра-религиозной хасидской еврейской общины. "И там и там в одном доме или квартире может жить 10 и более человек, - пояснил Русской службе Би-би-си врач из больницы Elmhurst в районе Квинс, попросивший не называть его имени. - Жители Короны зачастую не имеют медицинской страховки, не говорят по-английски и просто не обращаются за помощью. Хасиды, в свою очередь, не делают этого по религиозным соображениям, продолжают вести обычный образ жизни: до сих пор проводят многолюдные службы в синагогах и отказываются закрывать школы". Больничный апокалипсис По словам медсестры Нади Гринберг, работающей в больнице Нью-Йоркского университета NYU Medical Center, пациенты с симптомами заражения коронавирусом появляются в приемном покое госпиталя "каждые три-пять минут". "Они приходят сами, некоторых привозят бригады "скорой помощи", так что нашим врачам приходится работать по 16-18 часов в сутки", - заявила она Русской службе Би-би-си.

По утверждению директора департамента экстренной помощи больницы Mount Sinai в районе Квинс Джолиона Макгриви, всплеск смертности от вируса в Нью-Йорке объясняется еще и тем, что большое число жителей не обращается за врачебной помощью вплоть до последнего момента, пытаясь справиться с симптомами заболевания

дома. "В результате они поступают к нам уже с остановкой дыхания, и помочь им просто невозможно", - говорит он. Именно из-за этого в Нью-Йорке были выпущены новые рекомендации для экстренных служб: обязательная помощь оказывается только пациентам, у которых есть шансы на выздоровление. Бригадам "скорой помощи" рекомендовано не забирать в больницы пациентов с сердечным приступом, если у них отсутствует пульс. Причиной для подобного решения губернатор Эндрю Куомо назвал отсутствие в городе и штате достаточного количества необходимого оборудования. По его словам, для успешной борьбы с эпидемией штату Нью-Йорк понадобится 30 тысяч дополнительных аппаратов ИВЛ, а количество доступных мест в больницах должно быть увеличено вдвое - с нынешних 50 тысяч до 110 тысяч. В десять раз, по мнению губернатора, необходимо увеличить и число мест в реанимациях штата - с 3 тысяч до 30 тысяч. Врачам в Нью-Йорке не хватает не только необходимой аппаратуры. Дефицит масок, защитных средств и перчаток уже привел к появлению общественных инициатив, таких как движение #GetUsPPE, активисты которого собирают деньги и защитные средства для медиков в социальных сетях. К началу этой недели, правда, выяснилось, что самые экстренные меры, принятые федеральными властями и властями штата, оказались не востребованными.

Оптимисты объясняют это тем, что из-за ограничительных мер эпидемия уже достигла своего пика и пошла на спад. Пессимисты говорят лишь о временной передышке. Но как бы то ни было, новый госпиталь Javits New York Medical Station, открытый на месте городского центра, где проводились автошоу и другие мероприятия, и рассчитанный на 2 500 коек, пока помог лишь 40 пациентам. Плавающий госпиталь ВМФ США Comfort, пришедший в Нью-Йорк еще в конце марта и располагающий 1 000 больничных коек, к концу прошлой недели принял на лечение лишь 20 пациентов. Как считает губернатор штата Эндрю Куомо, пик эпидемии Нью-Йорк встретит уже на следующей неделе, а затем число заболеваний пойдет на спад. Специалисты предсказывают, что вспышка вирусной инфекции после этого может перекинуться на другие штаты США. В числе ближайших возможных жертв инфекции называют Филадельфию и столицу страны - Вашингтон.

<https://www.nur.kz/1850190-vek-statui-svobody-ne-vidat-kak-nu-jork-stal-epicentrom-mirovoj-epidemii.html>

Коронавирус: в штате Нью-Йорк руют братские могилы, там больше случаев Covid-19, чем в любой стране

Число случаев заражения коронавирусом в одном только штате Нью-Йорк превысило статистику любой другой страны мира. За последние сутки там выявлено еще 10 тысяч заболевших, и общее число составляет теперь 159 937.

В Испании, которая до недавних пор была лидером в этом печальном рейтинге, Covid-19 диагностирован у 153 тысяч человек, в Италии - у 143 тысяч. При этом смертей в штате Нью-Йорк меньше, чем в этих странах - 7 тысяч против 15 500 в Испании и 18 000 в Италии. Китай, ставший эпицентром вспышки и распространения эпидемии, заявляет о 82 тысячах подтвержденных случаев на своей территории, умерло 3 300 человек. Всего на территории США зарегистрировано 462 тыс. случаев и 16 500 летальных исходов. Общемировая статистика по миру - более полутора миллионов заболевших, 95 тысяч умерших.

В интернете появились снимки, сделанные с дрона в Нью-Йорке, на которых люди в защитной одежде опускают гробы в братскую могилу. Видно, как они спускаются по лестнице на дно огромной ямы. Эта часть Нью-Йорка - остров Харт - более 150 лет используется властями города для массовых захоронений тех, у кого нет родных или чьи семьи не могут оплатить похороны. По данным мэрии Нью-Йорка, похороны на острове Харт раньше проводились не чаще раза в неделю, теперь работа там останавливается только в выходные. Обычно для этого привлекали заключенных тюрьмы на острове Райкерс, также расположенного в акватории Нью-Йорка. Но в разгар эпидемии похоронами занимаются компании-подрядчики. "Похоже на 9/11" В Нью-Йорке третий день подряд умирает рекордное количество пациентов с коронавирусом. В минувшую среду там скончалось 799 человек и с тех пор ежедневное число жертв растет. При этом губернатор штата Эндрю Куомо сообщил, что количество пациентов с Covid-19, доставляемых в больницы, снижается второй день подряд. По его мнению, это происходит благодаря введенным карантинным мерам и социальному дистанцированию. "

Эта эпидемия - бесшумный взрыв, который накрыл общество и выбирает своих случайных жертв с особой жестокостью, все это похоже на то, что мы уже видели 11 сентября", - сравнил губернатор нынешнюю ситуацию с терактами в Нью-Йорке 11 сентября 2001 года. В четверг власти США понизили общенациональный прогноз смертности от коронавируса. В интервью телеканалу Эн-би-си глава экстренной комиссии по борьбе с коронавирусом при Белом доме Энтони Фаучи сказал, что по всей стране от Covid-19 погибнет около 60 тысяч человек. В конце марта Фаучи полагал, что число жертв составит 100-200 тыс. человек. По составленным ранее прогнозам правительства США, примерно столько же - до 60 тысяч человек - могут умереть от простого гриппа в период с октября 2019 по март 2020 года. Однако вице-президент США Майк Пенс напомнил в четверг, что Covid-19 примерно в три раза заразнее, чем грипп. Стрельба в Чикаго Из-за введенных карантинных мер бизнес в неключевых отраслях остановился в 42 штатах страны, что привело к самому большому кризису в экономике США за много десятилетий. По последним данным, за пособием по безработице обратились шесть миллионов американцев. Общее число американцев, оставшихся без работы за последние три недели, составляет 16,8 млн человек.

В Чикаго введен запрет на продажу алкоголя после 21:00 в целях предотвратить нарушение запрета на досуг большими компаниями. "Мы вводим этот запрет, потому что слишком многие отдельные лица и целые бизнесы нарушают распоряжение оставаться дома", - заявила в среду мэр Чикаго Лори Лайтфут. Кроме того, в городе происходят нападения с использованием огнестрельного оружия. В минувший вторник было убито семь человек и ранено 14. "Каждая койка в реанимации, которую занимает человек с огнестрельным ранением, могла быть отдана чьей-то бабушке, людям, которым угрожает смерть от пандемии", - сказал шеф полиции Чикаго Чарли Бек. Штат Иллинойс, столицей которого является Чикаго, входит в число штатов с высоким показателем распространения коронавируса наряду со штатами Нью-Йорк, Вашингтон, Луизиана, Миссисипи, Мичиган и Висконсин. Аборты в разгар пандемии: суд Техаса вступился за женщин Суд Техаса тем временем частично отменил временный запрет на аборты, введенный властями штата в связи со вспышкой эпидемии коронавируса. Это было сделано для того, чтобы не занимать медицинский персонал и оборудование на процедуры, которые власти называли несущественными с

медицинской точки зрения. Однако главный судья округа Ли Якель, назначенный на этот пост еще Джорджем Бушем, посчитал, что это неоправданное нарушение прав женщин на прерывание беременности, и наложил ограничения на решение властей.

В штатах Алабама, Айова, Огайо и Оклахома введены такие же временные запреты на аборт. Эксперты отмечают, что в разгар эпидемии коронавируса в американском обществе с новой силой проступили разногласия по вопросам, которые страна не может решить уже много десятилетий. Например, должны ли закрыться магазины оружия на период эпидемии, или должны ли церкви следовать запрету на массовые собрания, учитывая, что религия в США отделена от государства.

<https://www.nur.kz/1850199-koronavirus-v-state-nu-jork-rout-bratskie-mogily-tam-bolse-slucaev-covid-19-cem-v-luboj-strane.html>

Сингапур считался страной, победившей коронавирус. Но радость была преждевременной

Сингапур считался образцом эффективности мер по обузданию распространения коронавируса. Еще до того, как вызываемое коронавирусом заболевание назвали Covid-19, власти Сингапура ввели жесткие ограничения на поездки и эффективно отслеживали все контакты зараженных лиц. Это помогло затормозить распространение вируса. Но за последние дни количество подтвержденных случаев резко взлетело. В четверг было зарегистрирован самый высокий показатель выявленных заражений за сутки - 287 случаев. Днем ранее их было 142. Больше всего заразившихся - среди гастарбайтеров, живущих в переполненных общежитиях.

Сингапuru удавалось обходиться без карантина, но теперь его пришлось частично ввести. Закрыты школы, работают лишь критически важные предприятия и компании, а людям предписано оставаться дома. По словам экспертов, одна из самых богатых стран в мире, которая, как казалось, показала себя с самой лучшей стороны во время пандемии, может стать примером для более бедных стран, пока еще есть время, чтобы применить этот урок на практике.

Что в Сингапуре складывалось благоприятно? Первый случай заражения коронавирусом в стране был выявлен в самом начале развития эпидемии. Зараженным оказался китайский турист, который приехал из Уханя 23 января. В тот же день в Ухане был введен тотальный карантин. К моменту, когда болезни придумали официальное название - Covid-19, - вирус уже начал распространяться и среди жителей Сингапура. Но у властей был четко отрететированный план действий. Помимо медицинских проверок в аэропортах в Сингапуре тщательно тестировали всех, у кого подозревали инфекцию, выявляли всех, кто вступал в контакт с заразившимися, и предписывали всем контактам самоизолироваться.

Генеральный директор Всемирной организации здравоохранения Тедрос Адханом Гебрейесус назвал это хорошим примером мобилизации усилий всего правительства. В течение нескольких недель Сингапuru удавалось держать ситуацию под контролем - заражений было немного, все их можно было отследить и сколько-нибудь чувствительных ограничений на повседневную жизнь в стране не вводили. Но, как сказал Би-би-си Дэйл Фишер, глава Глобальной сети предупреждения о вспышках болезней и ответных действий ВОЗ и профессор Сингапурского национального университета, когда ему говорили, что в Сингапуре все прекрасно, он отвечал: "Пока прекрасно". "Очень сложно сдержать это заболевание", - констатирует он. Когда ситуация ухудшилась? Система работала до середины марта, рассказал профессор Йик-Йин Тео, декан школы здравоохранения Со Сви Хок при Сингапурском государственном университете. В тот момент в мире стала понятна вся опасность ситуации и страны начали призывать своих граждан вернуться домой. Тысячи людей вернулись в Сингапур, в том числе из стран, не принявших достаточных мер против распространения коронавируса, и в итоге более 500 человек, сами того не зная, привезли его с собой. На тот момент все прибывавшие должны были в обязательном порядке находиться на двухнедельном домашнем карантине. Но жившим с ними людям сказали, что они могут жить повседневной жизнью при условии отсутствия у кого-либо из них симптомов заболевания. Хотя количество новых случаев увеличивалось постепенно, к середине марта их фиксировалось уже по несколько десятков в день. В большинстве случаев заболевшие приехали из других стран или заразились от приехавших, однако впервые власти столкнулись с трудностями при отслеживании случаев заражения в стране. По словам Тео, главной ошибкой стало то, что не было ограничено общение тех, кто вернулся в страну. Он признал, что сейчас о заболевании известно намного больше, чем в марте. "Нам известно, что передача вируса без проявления симптомов вполне возможна. Она случается и, может быть, является основным фактором распространения Covid-19", - сказал он. По его словам, это означает, что странам следует опираться на имеющуюся информацию с осторожностью. Например, не стоит полагаться на то, что у всех выздоровевших появляется иммунитет от заражения в будущем - уверенности в этом пока нет. Какой урок можно вынести из сингапурского примера?

Проблема завоза вируса из других стран теперь решается тем, что всех прибывающих сразу отправляют в государственный карантин. Так как их стало намного меньше, количество зараженных приезжающих в последнее время не превышает десятка в день. Во вторник в Сингапуре приняли новый закон, по сути вводящий частичные карантинные меры по всей стране, хотя само слово карантин в нем не упоминается напрямую. Выходить из дома разрешается лишь при необходимости или для занятия спортом. Нарушителям грозит штраф до 7 тыс. долларов или тюремное заключение до полугода. Профессор Йик-Йин Тео считает, что меры будут эффективными. При этом в краткосрочной перспективе темп новых заражений вполне может нарастать - это будет следствием того, что происходило в последние семь дней, а не свидетельством несостоятельности принятых мер. Однако за прошедшую неделю в геометрической прогрессии выросло количество заражений среди рабочих-мигрантов. В стране работают сотни тысяч людей из более бедных стран, занятых в строительстве, судоходстве и обслуживании зданий. Экономика Сингапура всецело зависит от этих рабочих, но условия работы не позволяют им соблюдать социальное дистанцирование. Помимо этого рабочие, согласно законодательству, обязаны жить в общежитиях - частных зданиях, в которых могут находиться до 12 человек в комнате. Люди вынуждены пользоваться общим туалетом, душевой и кухней. Кажется, что было лишь вопросом времени, чтобы эти общежития стали рассадниками инфекции. Так и

произошло. В общежитиях было выявлено около 500 случаев, а в одном из них количество заражений составляет 15% от общего показателя по стране.

Министр национального развития Сингапура Лоренс Вонг рассказал накануне, что если бы заранее было известно о скорости распространения вируса, он бы действовал по-другому. Многие рабочие продолжали работать даже с симптомами. Власти опасаются, что в ближайшие несколько дней количество заболевших резко подскочит. По словам Тео, ситуация, сложившаяся в общежитиях, может быть примером того, что случится в некоторых других странах, особенно с доходом ниже среднего, где недостаточно средств для борьбы с распространением вируса. "Стоит лишь взглянуть на многие страны, находящиеся в Южной Азии, Юго-Восточной Азии, кое-где в Африке. Там существуют районы, где люди живут в условиях, напоминающих общежитие", - сказал он. По его словам, теперь всем правительствам необходимо взглянуть на свои страны "сквозь честную и прозрачную призму" и непредвзято оценить свои возможности минимизации риска неконтролируемой вспышки в местах, где есть высокая концентрация людей. Профессор Ли Ян Су из той же школы здравоохранения Со Сви Хок полагает, что это также станет уроком важности социального равенства. "Вирус очень эффективно показал нам слабость нашего общества, и это, безусловно, относится к трудовым мигрантам", - сказал он. Общежития соответствуют всем международным требованиям об условиях проживания людей, в частности нормам площади на одного человека, отметил Ли Ян Су. По его словам, нынешняя ситуация демонстрирует, что эти требования попросту недостаточны. "Возможно, богатые страны, вроде Сингапура, могут сделать больше для защиты здоровья и улучшения благополучия людей, которые так важны для нашего общества", - отметил он. Сейчас около 24 тыс. рабочих находятся в карантине в общежитиях - они получают зарплату и им предоставляется питание. Правительство заявило, что будет активно проводить тестирование на коронавирус и переселять часть незаразных людей в пустующие здания или в армейские лагеря, чтобы сократить скученность. Правозащитная организация Transient Workers Count сравнивала происходящее в общежитиях с круизными лайнерами, где вирусом заразился большой процент пассажиров. По мнению правозащитников, проводимая Сингапуром стратегия является рискованной, а количество заболевших может резко увеличиться. Организация призвала власти к немедленным действиям для улучшения жилищных условий рабочих. Министр рабочей силы Джозефин Тео заверила, что будет добиваться улучшения условий проживания в общежитиях, потому что "так будет правильно". Является ли Сингапур примером того, что вирус нельзя сдержать? Несмотря на звучащую критику о том, что страна слишком поздно ввела карантинные меры, профессор Фишер считает, что Сингапур начал действовать намного раньше других стран, когда количество заражений едва превышало 100 случаев за сутки. По его словам, успешность карантина зависит от трех вещей. Во-первых, необходимо остановить передачу вируса - а это случится, если люди будут оставаться дома. Затем системе здравоохранения для восстановления понадобится время и площади - чтобы освободились больничные палаты, а медики смогли отдохнуть. "В-третьих, необходимо привести в порядок все системы - все места изоляции, способность функционирования во время карантина, законы, отслеживание контактов. Если просто выполнить первое и второе, а затем снять ограничения, история повторится заново", - сказал он. Сингапуру в некотором смысле повезло. В отличие, например, от Британии и США его система здравоохранения не оказывалась перегруженной. Также в стране правит одна доминирующая партия, а СМИ ей не противостоят. Однако Фишер опасается, что даже несмотря на то, что меседжи от властей четки и однозначны, а общество им в целом склонно доверять, люди все равно не всегда понимают, сколь многое зависит от них самих. "Они говорят, что да, конечно Сингапур должен все это сделать, но я-то все равно пойду к маме", - объясняет он менталитет сингапурцев. В течение двух дней после введения закона было выписано более 10 тыс. предупреждений, когда люди, например, начинали есть в фудкортах, вместо того чтобы забрать еду с собой, или начинали собираться в публичных местах. В странах с большим населением и более сложной политической системой, возможно, потребуется несколько недель или месяцев, прежде чем покажется свет в конце туннеля. Все страны хотят увидеть проблески надежды, но пример Сингапура учит, что не надо обольщаться - всем странам стоит готовиться и ко второй, и даже к третьей и четвертой волне инфекции. Тео считает, что, если данные о заражениях коронавирусом в мире близки к реальным показателям распространения, то у многих стран по-прежнему есть небольшой шанс подготовиться, оградить наиболее уязвимых людей и места с большой плотностью проживания, а также попытаться минимизировать общение заболевших с другими людьми. "Миру следует обратить пристальное внимание на Сингапур, особенно в вопросе общежитий, и начать выяснять, что там происходит. Нам нужно начать подготавливать мир, даже в Европе и Америке, где тоже есть районы, где люди живут вплотную друг к другу. Что будет, если там объявится Covid-19?" - предостерегает он.

<https://www.nur.kz/1850192-singapur-scitalsa-stranoj-pobedivsej-koronavirus-no-radost-by-la-prezdevremennoj.html>

Обострение ситуации с новой коронавирусной инфекцией в России по сравнению с другими странами мира удается сдерживать, в том числе, благодаря быстрому реагированию на проблемы отечественной системы здравоохранения.



Глава Минздрава РФ Михаил Мурашко в эксклюзивном интервью ТАСС рассказал, помогает ли самоизоляция справиться с ростом числа заболевших, стоит ли сейчас проводить процедуру экстракорпорального оплодотворения (ЭКО) и помогают ли лимон и имбирь в борьбе с коронавирусной инфекцией.

— Михаил Альбертович, в последние дни в России фиксируется значительный прирост числа зараженных новой коронавирусной инфекцией. Может ли это быть связано с тем, что две недели назад некоторые россияне предпочли самоизоляции

шашлыки в городских парках?

— Оценка эффективности предпринимаемых мер не отображается только в приросте заболевших. Есть ряд других коэффициентов, которые говорят об эффективности, потому что, в любом случае, когда идет инфекционный процесс, прирост будет. Другой вопрос - это скорость этого прироста. Все ограничительные меры предпринимаются для уменьшения нагрузки и на медицинские организации, и на уменьшение числа заболевших. Если мы хотим остановить прирост заболевших, тогда это должен быть жесткий карантин, блокировка любой активности, но это другого порядка

меры. К концу недели будет оцениваться эффективность текущих мер, коэффициент развития эпидемиологического процесса, тогда будет в том числе уточняющий дополнительный комплекс мер.

— После массового выхода людей на шашлыки прошло две недели - срок инкубационного периода коронавирусной инфекции, может ли рост числа заболевших быть связан с игнорированием самоизоляции?

— Думаю, что две недели после введения ограничительных мероприятий - это как раз тот срок, когда все еще должно следовать тем процессам, которые были до введения этих мер. Думаю, связывать рост числа заболевших с одним событием не нужно, активность была не только на природе.

— Есть разные прогнозы того, когда мы достигнем пика заболеваемости или перейдем на плато. Одним из периодов назывался конец мая - начало июня. Как вы оцениваете ситуацию?

— Существуют всевозможные сценарии развития ситуации. Они связаны, в первую очередь, с комплексом тех мер, которые ведут к остановке или приостановке снижения активности эпидемиологического процесса. Есть сценарии, когда пик может сместиться на лето. Есть сценарии хуже, когда пик может произойти в ближайшее время. Мы видим, что население, к сожалению, не прочувствовало всю ответственность и всю полноту мер, которую нужно соблюдать для себя и, к сожалению, пока мы видим, что в глобальном масштабе у населения России нет общего осмысления ситуации. Да, многие уже поняли, особенно старшее поколение, что риски прямые существуют. Мы видим в том числе снижение плановых пациентов, проходящих амбулаторное лечение, там, где можно это лечение отложить.

— Стоит ли ужесточить меры для населения?

— Думаю, что итоги недели покажут, как будет развиваться ситуация. Тогда будут сделаны выводы.

— Россияне начали массово скупать лимоны, чеснок и имбирь для повышения иммунитета. Насколько это действительно в ситуации с коронавирусной инфекцией?

— В текущей ситуации уровень иммунитета имеет значение, потому что все основные медицинские разработки ведутся по двум направлениям. Первое - это препараты, которые непосредственно нейтрализуют вирус и блокируют его развитие. Второе - группа препаратов, которые повышают иммунитет. Но ни чеснок, ни лимон, ни имбирь не идут ни в какое сравнение по эффективности с лекарственными препаратами, которых огромное множество на отечественном рынке. Россия как раз может быть одной из стран, которые имеют достаточно большой ассортимент таких препаратов.

Думаю, что препараты отечественного производства полного цикла, которые повышают уровень интерферона, могут быть использованы для лечения и профилактики легких форм коронавирусной инфекции. Здесь необходимо помнить о том, что коронавирусная инфекция схожа с обычными респираторными заболеваниями, но тяжесть, течение и развитие осложнений значительно отличается. Поэтому если человек в первые два-три дня выбирает неточную или не принимает никакой терапии, риск тяжелых осложнений возрастает.

— Но при этом, нужно напомнить, что лечение может назначать только врач.

— В любом случае, по назначению специалиста. Есть ряд препаратов, которые может рекомендовать врач в качестве профилактики - препараты, которые могут приниматься дискретно, то есть в прерывистом режиме, чтобы не заболеть или перенести болезнь в легкой форме. Это, как правило, иммуностимулирующие препараты. Здесь тоже можно проконсультироваться с врачом. Я думаю, что нужно уйти от скептицизма, который присутствовал по поводу ряда препаратов.

— Как в текущей ситуации в России проходят роды?

— Кардинально для беременных и рожениц ничего не поменялось. Если же пациентка является носителем инфекции, конечно, она изолируется. Есть уже несколько пациенток, которые имеют диагноз пневмония, и, конечно же, течение пневмонии у беременных всегда сопряжено с большими рисками. Беременная женщина должна соблюдать режим более тщательно, чем все остальные. Хотя при коронавирусной инфекции беременные меньше подвержены риску в сравнении с другими инфекциями аналогичного типа, которые встречались ранее.

— А как обстоят сегодня дела с процедурой экстракорпорального оплодотворения?

— Сейчас, в этот период, ее лучше не проводить, отложить. По наблюдениям, которые ведутся в России и мире, с новорожденными детьми проблем не возникает. Но это с новорожденными детьми. Когда мы говорим о процедуре ЭКО, одним из осложнений, которое возникает при коронавирусной инфекции, приводит к повышению свертываемости крови. Это в том числе может привести к критической форме развития этого осложнения - тромбообразованию. Эти ситуации однозначно не очень хорошо сочетаются с процедурой ЭКО, потому что есть пациентки с наследственными формами тромбофилических осложнений, а вирусная инфекция плюс наследственная предрасположенность, которая дополняет и негативно влияет, усиливает негативный эффект. Сейчас ЭКО лучше отложить.

— Женщины, которые уже начали подготовительный этап, могут приостановить процедуру и вернуться к ней позже?

— Подготовительные этапы бывают на разных стадиях, в каждой конкретной ситуации нужно проконсультироваться с врачом. Лечащий врач оценит риски и даст совет, как поступить.

— Недавно в одном из интервью вы сказали, что диагноз коронавирусная инфекция можно ставить, не дожидаясь лабораторных исследований.

— Это постановка диагноза по клинической картине, но подтверждение нужно делать всегда. Но сроки принятия решений иногда диктуют более сжатые сроки, поэтому, если есть клиника коронавирусной инфекции, нужно ставить диагноз по клинической картине.

— Последний вопрос не связан напрямую с коронавирусом, но непосредственно касается нашего здоровья. 3 апреля президент России подписал закон о дистанционной продаже лекарств, в том числе рецептурных в условиях ЧС. Как вы относитесь к этой инициативе, какие последствия она может иметь?

— Все зависит от того, как мы воспринимаем дистанционную продажу - как добро или как негативную составляющую. Конечно, дистанционная продажа в современных условиях - это позитивный фактор. Настораживает, что всегда существуют риски для недобросовестных продавцов, аптечных организаций или организаций, которые скрываются под видом лицензированных фармацевтических организаций. Росздравнадзор в предыдущие периоды неоднократно выявлял большое количество правонарушений. Конечно, нам бы хотелось, чтобы все было сопряжено с

маркировкой лекарственных препаратов в первую очередь. Во всяком случае, чтобы убедиться в легальности препарата, чтобы знать: он не был выведен из оборота по тем или иным причинам, не был украден.

<https://tass.ru/interviews/8216859>

"Казалось, у меня кусок мяса, а не горло". Пять историй людей, вылечившихся от коронавируса

Каково это - видеть за месяц карантина только врачей и курьера? Не страшно заразиться заново? Тяжело ли готовить завтрак после болезни? Что читать в больнице? Почему жена заразилась, а теща нет? Корреспонденты Би-би-си поговорили с пятью людьми, которые переболели коронавирусом и уже выписались из больниц. "Придётся, как в 90-е годы, в переход идти играть" Как и многие россияне, до марта 2020 года шестидесятилетний учитель музыки, москвич Игорь П. (имя изменено - прим. Би-би-си) о коронавирусе почти ничего не знал. "Так, читал чего-то в СМИ, знал общие признаки - температура, кашель, не более того", - рассказывает он. Тогда, вспоминает мужчина, писали в основном о профилактике болезни: "Не так яростно и люто, как сейчас". Себя самого Игорь считал "безнадёжно здоровым человеком": четырежды в неделю проплывал в бассейне по три километра и следил за здоровьем. Правда, курил. В начале марта у него резко поднялась температура - до 38,5 градусов. Потом термометр показал 39 градусов, быстро появился кашель, в груди сдавило, и дышать Игорю стало сложно. Три дня он лежал дома и лечился "подручными и подножными средствами" и пил антибиотик, который ему давала жена. "Потом решил - хорош, я, конечно, болеть не люблю, но тут полный караул, срочно надо что-то делать. Позвонил в скорую помощь. Мне говорят: "Положите холодный компресс на лоб и лежите". Ещё раз звоню: "Знаете, ребята, холодной тряпочки явно не хватает, давайте, приезжайте". Приехали. Послушали. Говорят: "Бронхит у тебя". Вкололи анальгин", - вспоминает Игорь. О том, что у него может быть Covid-19, он тогда не думал: "Я не контактировал ни с кем, кто бы приехал из-за границы, не общался с больными коронавирусом. Но школа у нас коммерческая, мы с детьми занимаемся музыкой в отдельном классе, и дети из последних сил, с температурой и соплями до земли ползут к нам - потому что родители заплатили. Мне недавно сказали, что еще два преподавателя в школе с температурой слегли - не знаю, что у них". После укола анальгина, который Игорю вкололи врачи скорой помощи, учителю музыки полегчало. "Думаю, двадцать лет не делал флюорографию - надо сделать. Сделал платно на всякий случай, хотя температура нормальная была. И вот после флюорографии мне сказали: "Э, парень, так у тебя воспаление лёгких", - вспоминает он. Со снимком в руках Игорь вызвал скорую ещё раз - и его немедленно отвезли в Городскую клиническую больницу №52. В больнице его поразило, что все семь этажей в корпусе были заняты больными с пневмонией: "Я привык, что есть отделение кардиологии, отделение урологии. А тут - все палаты по пять человек, все с воспалением лёгких. Я человек неприхотливый, мне всё равно, сколько человек в палате, меня напугать сложно, но такое количество легочных больных - странно. Мне при поступлении в приемном отделении сказали: "Двустороннее вирусное воспаление лёгких", и взяли первый мазок - на коронавирус". Шесть дней Игорю ставили капельницы и кололи пенициллин: "Я уже нормально себя чувствовал, когда пришел врач и сказал: "У вас анализ отрицательный, но по новому распоряжению мы вас отпустить не можем, надо второй мазок брать". И взял второй мазок. До конца марта Игорь, по его собственному описанию, лежал в больнице просто так. Пенициллин помог, он стал свободно дышать, кашля не было, температуры - тоже. Потихоньку Игорь стал выходить из корпуса покурить и заметил странную вещь - больничный сквер, по которому ему сначала разрешали гулять, затянули по периметру заградительными лентами. Иногда в больнице умирали - в основном, пожилые люди. Через пару дней гулять выпускали уже только на крыльцо, потом всем вообще запретили выходить из палат. В конце марта врачи сказали Игорю, что его второй анализ на коронавирус потерян, и тест на Covid-19 нужно сдавать заново. "Взяли третий мазок. Кажется, это во вторник было. Я подождал два дня, в четверг говорю врачу: "Выписывайте меня, пожалуйста, под мою ответственность домой. У вас тут каждый день новых привозят, всю ночь кашель стоит до утра, все легочники". "Я знал, что рвать оттуда надо, хоть тушкой, хоть чучелком, - объясняет Игорь. - Уже стало ясно, что половина больницы - с коронавирусом. И медсёстры всё время ходили в специальной одежде, как марсиане, в шуршащих белых костюмах. Круглые сутки, как луноходики, бегали, не щадя себя, как пчёлки. Врачиха одна молоденькая на все 40 палат - я не знаю, вообще домой не уходила, все время в больнице. Хорошая женщина, внимательная - я бы сказал, улыбчивая, но улыбку под маской не увидишь". Улыбчивый доктор выписала Игоря домой - под обязательство самоизолироваться на две недели. И добавила, что результаты последнего исследования ему сообщат по телефону. "И вот приехал я домой, счастливый, уверенный, что всё у меня теперь хорошо. Ни температуры, ни кашля, я здоров, как бык, я пятаки могу ломать. Сходил в магазин - в перчатках, наморднике, в очках и капюшоне". Потом вышел погулять с собакой, а на выходных с сыном съездил на дачу - что-то нужно было приколотить. А в понедельник позвонили: "Ваш анализ на коронавирус положительный". Тут началось "веселье с врачами" уже дома, вспоминает учитель музыки. "Они вокруг меня в скафандрах бегали, прыгали, брали анализы у всей семьи на коронавирус. Оказалось, жена от меня зацепила, у неё нашли. А теща, которая с нами живёт, вообще не заразилась. Хотя это очень странно", - рассказывает Игорь. Его жена перенесла болезнь легко - пару дней поболело горло. Но Игорь переживает, что мог из-за поездки на дачу заразить сына: "Я звоню ему каждый день. Мне жутко стыдно и неудобно перед ним, хотя на даче мы на разных частях участка были, и я в наличнике был, то есть, в маске. Старался на него не дышать". После положительного теста Игорь стал соблюдать карантин по-честному. Еду ему приносили под дверь соседи. Сейчас у него уже два свежих отрицательных теста, и с 9 апреля он может выходить на улицу. - Вам спокойнее от того, что вы официально переболели и теперь здоровы? - Не знаю, можно, наверное, второй раз хватануть. Потом, никто же последствия от этого дела не знает. Я с собакой вышел - болтает не по-детски, будто я, как в молодые годы, стакан принял на грудь. - Страшно? - Непривычное такое состояние слабости - неуверенной поступью хожу. Музыкальная школа, в которой он работал, закрыта. Начальство, говорит Игорь, не могло определиться, что делать с учениками во время карантина - кто-то был за дистанционное обучение, кто-то против. Он сам не представляет, как можно учить музыке удалённо, и поэтому сказал своим ученикам: "Ребята, ждите. Когда откроют, все долги отдам". - Если не откроют, на что жить будете? - Ну, пока есть подушка безопасности. - А если она закончится? - Придётся, как в 90-е годы, в переход идти играть. Это не самое плохое: весело, с людьми общаешься. "Меня отпустили под расписку. Дальше все на моей

совести" 37-летний онколог Антон Усов работает в частной больнице недалеко от Москвы. Клиника эта для обеспеченных пациентов: вызов скорой - 22 тысячи рублей, анализ на группу крови - 3000 рублей, реанимационная палата - 50 тысяч в сутки. В середине марта в больницу поступил пенсионер в тяжелом состоянии, которого сразу подключили к аппарату искусственной вентиляции легких, узнавать о здоровье которого часто заходил сын, недавно вернувшийся из Франции. Как вспоминают коллеги Антона, мужчина знал, что должен соблюдать карантин, но врачам объяснял так: "А у меня карантин: магазин и больница". Его жена и мать в это время болели дома с тяжелыми симптомами гриппа. В больницу он приходил без маски, посетителей туда пускали в любое время. Штрафы и аресты нарушающим самоизоляцию тогда еще не грозили. "Нам и без тестов все было понятно, - вспоминает Антон. - Я знал, что заболел, это был вопрос времени". Они с женой отправили детей-школьников к друзьям в деревню и стали ждать. В пятницу вечером у доктора поднялась температура, начался кашель. 30 марта в субботу у редко болеющего Антона жар до 39,5 градусов не спадал. Когда стало сложно дышать, он вызвал скорую. В воскресенье утром онколог уже лежал в реанимации инфекционной больницы на аппарате ИВЛ. С ним лежали еще 10 человек - все с подозрением на коронавирус. - Вы так спокойно об этом рассказываете. Вы лежали раньше на ИВЛ? - Нет, ни разу. Ну я же знаю, как это происходит, я знаю, что это не так страшно. Антону поставили диагноз - двусторонняя пневмония вирусного происхождения. После четырех дней в реанимации его перевели в отдельную палату. "В крови резко падает содержание кислорода, легкие не справляются, - объясняет он, как проходит болезнь. - В крови большая интоксикация, это тяжелый вирус. Постоянно ломит все тело, очень неприятное состояние". Температура у врача держалась больше недели. Положительный тест на коронавирус пришел только на седьмой день болезни. В больнице Антон читал и спал. Выходить из палаты было нельзя, врач приходил раз в сутки. "Это добавляло переживаний. Например, о том, что у меня начали очищаться легкие, было понятно после повторного КТ, но я узнал об этом только через три дня. Двое суток нервов". Антона отпустили 7 апреля под расписку о том, что он не будет ни с кем общаться. "По идее, за мной должна быть слежка. Перед выпиской должны были поставить на телефон программу для определения географического положения и сфотографировать, чтобы камеры узнавали меня на улицах города. Ничего этого не сделали. Бумажку заполнили и все. Немножко формальное отношение к работе, конечно. Дальше все на моей совести. Хочу - хожу по городу, хочу - не хожу". - И как у вас с совестью, будете ходить? - Нет, ну зачем. Я сижу на даче, прихожу в себя. Повторные тесты на Covid-19 он будет делать сам на следующей неделе: "Вирус из организма выводится примерно две недели, пока ты позитивный, то не можешь быть социально активен". Второй раз, смеется врач, заразиться или можно, или нельзя. "Сейчас в мире много разных штаммов коронавируса. Китайский и европейский биохимически отличаются. Данных о повторном заражении пока не хватает. Но я не боюсь, я и первый раз не боялся болеть. Понимал, что это так или иначе произойдет. У этого вируса слишком высокая contagiousность - то есть он очень легко передается - и у нас нет никакого иммунитета. Переболеют им все, и стар и млад, сейчас или позже. Смысл карантина - чтобы не все скопом, чтобы на всех тяжело переносящих хватило ИВЛ". Жена онколога тоже заразилась - но переносит коронавирус легче, лечится дома. Свою должность в клинике Усов не потерял, но лишился большей части зарплаты, проведя почти месяц на больничном. Как только он получит два отрицательных теста, поедет в больницу к пациентам. "Если честно, очень хочется на работу", - улыбается врач. "Представляете, я сама делаю уборку" 23 февраля 2020 года муж пианистки Басинии Шульман прилетел в Москву из Бергамо. Одним рейсом с ним летел футболист-любитель Давид Беров - 2 марта он стал первым российским пациентом, у которого был выявлен коронавирус. В тот же день в квартиру Басинии вошли два врача скорой помощи в защитных комбинезонах, масках и очках. "Я удивилась, мы все спали. Нам сказали, что муж летел с зараженным человеком и нам всем нужно сесть на карантин до 7 марта - как раз две недели с 23 февраля, после условного контакта. Мы подписали бумаги, что не имеем права выходить из квартиры. У мужа, меня и сына взяли анализы на коронавирус, они оказались отрицательными. То есть мы были здоровы, мазки - отрицательные, так что 7 марта карантин закончился, и мы зажили, как обычно", - рассказывает Шульман. Она вернулась к репетициям с оркестром кинематографии, в котором играют 150 человек. Играть она, по ее словам, ходила максимально защищенной: "Мои друзья надо мной смеялись. Мне кажется, я самый дисциплинированный человек из всех моих знакомых, которые, к счастью, не заболели. Я ходила в перчатках, в маске и очках". - Игнали в перчатках? - Ну что вы, кто же в перчатках играет. - Клавиши рояля дезинфицировали? - Нет, этого не делала. Мы же все, понимаем... Вот я пришла в оркестр, моё репетиционное время с ними - с четырех до пяти. Они все сидят, не дезинфицируются, а я должна прийти и дезинфицировать каждую клавишу? Это же бред, это как-то странно. Мы же до сих пор жили в таком режиме: раз все так существуют, значит, и я так буду. 21 марта Басиния организовала онлайн-концерт "Музыка против коронавируса". "Там были музыканты из пяти стран - например, саксофонист из Италии, который сидел к тому моменту месяц в изоляции. Играла моя подруга из Франции - тоже на карантине. Понимаете, все музыканты потеряли резко работу. Почти ни у кого нет подушек безопасности за редким исключением. Помимо заработка, люди лишились возможности выражаться творчески, а это тоже важно. Тот концерт посмотрели 2 тысячи человек, это больше, чем в Большом зале консерватории", - гордится Шульман. Через три дня она сама заболела коронавирусом. "У меня очень резко, в один момент поднялась температура - до 38. Потом заломило всё тело. Всё это произошло за 2 часа. Больше никаких проявлений - ни кашля, ни насморка. Шульман лечила врач-инфекционист Первой Градской больницы Мадина Андийская. "Когда меня накрыло, я написала ей в WhatsApp. Мадина - изумительный врач, низкий ей поклон, она нас вытащила. 25 марта она прислала к нам терапевта, к нам пришли медсестры в защитных костюмах, и опять, как после Берова, у меня брали анализы на коронавирус, которые в этот раз показали положительный результат", - рассказывает пианистка. Паники у неё не было. По воспоминаниям Шульман, в том состоянии у неё вообще не было никаких мыслей: "Тебя накрывает страшная слабость и сон. Я спала по двадцать часов". Андийская разработала для Шульман индивидуальный план лечения: пить много горячей воды и следить за дыханием. "Ты лежишь и не можешь встать, эта болезнь сжирает все силы. Я лежала первые пять дней одна в комнате за закрытыми дверями. Муж и сын под дверь ставили пятилитровые бутылки воды, у меня в спальне стоит термопот (термос с дозатором - прим. Би-би-си) на пять литров. Я доползала до двери, кое-как выливали в термопот пятилитровую бутылку, потом кое-как наливали себе воду. Ещё мне под дверь ставили мёд, лимон и имбирь - когда были силы, я добавляла это в питье", - объясняет Шульман. Она следила за дыханием и довольно быстро поняла, что лучше всего дышит, когда спит на животе. Через пять дней температура спала, но в этот же день заболели её муж и сын. Теперь уже она с двадцатилетним сыном ставила пятилитровые бутылки под дверь комнаты мужа. Его болезнь проходила по тому же

сценарию - ломота во всех мышцах и высокая температура. Сын, рассказывает Басиния, перенёс болезнь легче всего - несколько дней температуры 37,3 градуса и поверхностный кашель. "Слава богу, ни у кого из нас не было пневмонии, проблем с дыханием. Нам разрешили лечиться дома, потому что мы считались относительно легкими больными. И нам очень повезло, что мы были лёгкими", - добавляет она. Повторный тест у Шульман был отрицательным, но пока анализ не сделают повторно, вся семья живет на карантине. По словам Басинии, раньше много лет всю домашнюю работу делала ее помощница, которая сейчас не может к ним приходить. Еду готовит ее сын - фуд-блогер, мусор от дверей забирает уборщица, которая моет общий охраняемый подъезд. Продукты под дверь раз в неделю ставит помощник. - Представляете, я сама делаю уборку. - Представляю, Басиния. - А я - нет. Я вспомнила то, что делала много лет назад - я и пылесосу, и пыль вытираю, и убираюсь. По полной программе. Это, конечно, когда силы появились, потому что десять дней сил не было совсем. Четыре московских концерта отложены на октябрь, зарубежные гастроли отменены, планов на будущее Шульман не строит: "Я абсолютно реальный человек, но я уверена, что Вселенная хочет что-то мне сказать. Понимаете, как получается - два раза я под это попала, это же что-то значит. Ну летел муж в самолёте, ну его не зацепило, хотя могло, но всех нас накрыло во второй раз. Что тут вообще можно планировать?!" "Рассчитывайте сразу на месяц. Лучше пересидеть дома, чем это же время в больнице с синим задом от уколов" 27 февраля Владимиру Чернядьеву удалили последний зуб мудрости. Пока на его месте была открытая рана, 34-летний фотограф пил обезболивающие таблетки, от назначенных стоматологом антибиотиков отказался: "Когда предыдущие три зуба удаляли, обошелся без них, ну и теперь решил лишний раз не есть их. Наверное, если бы все-таки пил антибиотики, то и пневмония бы и не было... Те таблетки как раз для ее лечения используют. Но поскольку я люблю самолечение..." Владимир работал, встречался с друзьями, недавно вернувшись из Италии. Не обращая внимания на учащенный пульс и небольшой жар, он много ездил по городу: "Я фотограф, у меня все время столько встреч по работе, я мог с тысячей людей переобщаться". В это время начался кашель: "Ну кашель и кашель, как обычно, я часто бронхитами болел, даже внимания не обратил". В итоге кашель перешел в захлебывание: "Я не мог говорить, фразу закончить не получалось". Но к врачу Чернядьев все еще не шел: "Я вообще по врачам стараюсь не ходить. У меня система лечения, как в Британии, где на все жалобы советуют принимать парацетамол", - смеется Владимир. В ночь на 16 марта, когда к плохому переносимому кашлю добавилась температура, фотограф все же решился на скорую. Фельдшер послушал дыхание пациента и сказал: "Собирайся, у тебя подозрение на пневмонию". Владимир впервые в жизни попал в больницу - и сразу в Инфекционную клинику №1 недалеко от Строгино. Уехал с одним телефоном. Фотограф вспоминает очередь из скорых, стоявшую в ту ночь у приемного покоя, и чистое белье в боксе - свежее, как в гостинице. Врачи взяли анализы на коронавирус. Положительных результатов никто не ждал: на объявленную пандемию внимания не обращали, в новостях показывали только хаос в Италии, а в России Covid-19 считался редкостью. Рентген показал затемнения в легких Чернядьева, и фотографа отправили в палату на шесть человек, где за следующие пять дней сменилось 10 пациентов. "У одного была ангина, у других пневмония, все кашляли и температурили. Все были одинаково заразные, подхватить там что-то еще мы уже не могли. Кроме ковида, как выяснилось. Ну и еще чесотки, о которой один парень сам не знал", - рассказал фотограф. Поначалу лечили от обычной пневмонии: назначили антибиотики, лекарства от кашля, ингаляции, от которых стало хуже: "Как выяснилось, в случае с моей пневмонией их лучше было не делать". Первый тест на Covid-19 был отрицательный, и врачи расслабились. Вторым, взятый на утро после госпитализации, пришел через 5 дней: его отправляли в новосибирскую лабораторию "Вектор". Когда там подтвердили Covid, Владимир уже чувствовал себя почти выздоровевшим. "Я не испугался. По самочувствию понимал, что хуже не будет. На третий день в больнице все симптомы гриппозные пропали. Спала температура, вернулся нюх и вкус". Чернядьева перевели в отдельный бокс, со своей ванной и туалетом. "Течение было легкое, никакого сдавливания в груди, как описывают, не было. Я думал, что досижу еще три дня и пойду домой. А после положительного анализа оставили еще на неделю. Я расстроился, блин, опять тут сидеть. Я теряю работу, заказы... Тогда еще не было карантина, и я думал, что работа у меня есть, ха-ха". Попутно выяснилось, что в общей палате он никого не заразил: ни у кого из соседей вирус не обнаружили, говорит Владимир. Жена, которая живет с ним вместе, обошлась легким насморком и отрицательным тестом. Как и знакомые, ездившие в Италию. "Как я понял, есть супер-распространители, которые за сутки могут 1000 человек заразить, перемещаясь по городу, а есть люди типа меня, которые болеют, но вирус не передают", - предполагает фотограф. Две недели Владимир принимал антибиотики и делал кислородные ингаляции: "Очень полезные штуки. С ними, как я понял, все легче протекает, без ИВЛ". Читал любимого Марка Твена. Медитировал: смотрел в потолок. Фотографировал еду. Удивлялся слухам и фейкам о коронавирусе в интернете: "Сначала пересказывал врачам страшилки, которые ходят по сетям, про кварцевые лампы и прочее. Они смеялись, говорили, такого просто быть не могло физически. А когда я прочел, что в Британии начали жечь вышки 5G, как ведьм, потому что подумали, что вирус через них передается, окончательно понял, что Средние века вернулись". Перед выпиской Чернядьев заметил, что ситуация в больнице ухудшается. "Начался вал тяжелых пациентов, которых сразу клали на ИВЛ. Если меня вытянули одним антибиотиком, то им нужны сразу два, потом нелегкий период восстановления от лекарств. Врачи постоянно говорили, что единственное средство профилактики - сидеть дома". Как и многие переболевшие, Владимир поражался количеству отрицающих эпидемию людей: "Если гуляете и надеетесь на легкое течение, рассчитывайте сразу на месяц. Лучше просто пересидеть дома, чем это же время сидеть в больнице с синим задом от уколов. Поверьте". После трех отрицательных тестов на вирус и КТ фотографа отпустили домой. 29 марта, приехав домой из больницы на каршеринге, Владимир первым делом спросил в "Фейсбуке": "Дорогие законопослушники! У меня насущный вопрос! А что делать тем, кто уже переболел Covid-19? Врачи в моей больнице говорят, что ты больше не можешь быть переносчиком или повторно заразиться". Карантин ему соблюдать все равно приходится: "Уезжал я до кризиса и лопнувших ипотек, а приехал..." Семеро его знакомых из фэшн-индустрии оставили арендованные квартиры и уехали в родные города в регионах. Жена-продюсер тоже лишилась большей части заказов. "Мне повезло, обычно все снимают людей, а я фотографирую предметы. Мне уже привозят курьерами всякие штучки, я их начинаю потихонечку снимать. Мне как-то давно сказали: "Зачем тебе делать то, что делают все?" Рад, что я этому совету последовал". "Медленно иду из спальни в туалет, и где-то между надо присесть" В октябре 2019 года Мария Мухина поехала в Германию учиться на кинопродюсера по одной из культурных программ Евросоюза. По ее словам, в группу из 18 молодых специалистов она попала после нескольких собеседований и стала первым почти за 20 лет русским участником этой программы. Группа училась в разных киношколах Штутгарта, Парижа

и Лондона, Мария много летала, курсы должны были закончиться в сентябре 2020 года съемками фильма. Но в марте кураторы объявили студентам, что из-за пандемии коронавируса все университеты закрыты, учеба прекращается, а общепит надо освободить. "Езжайте туда, где вам будет спокойно", - посоветовали студентам. Мухина начала собираться домой в Москву. Вещи не уместались в два чемодана, ей пришлось выйти в город за третьим. Было 14 марта, шел третий день, как в мире объявили пандемию коронавируса. Музеи, театры и университеты уже закрыли. "Я была в шоке, потому что в Штутгарте все просто тусовались. Народ шопился, они слонялись по магазинам и попивали просекко, как обычно по выходным делают. А я уже с санитайзером, на нервах, схватила первый увиденный чемодан и побежала дальше собираться". В Москву Мария добиралась через Штутгарт и Хельсинки, дважды меняя билет: "Я напихивалась, и 16 числа у меня поднялась температура, но я решила, что это невроз". 17 марта вечером она приземлилась в Москве и сразу подошла к дежурившим в терминале медиками со словами: "Возьмите, пожалуйста, у меня тест". Заполнила анкету, сдала мазок, поехала домой на такси и ушла в самоизоляцию. "Два дня я чувствовала себя чудесно. Разбирала вещи, запускала стирку, и только на третьи сутки заметила сопли и легкий кашель. Решила, что подхватила ОРВИ - я обычно всегда болею так". Кашель усиливался, Мария полоскала горло. Из Роспотребнадзора не звонили, зато 22 марта позвонили в дверь. Врачи в защитных костюмах сообщили о положительном результате на Covid-19 и забрали Мухину в Коммунарку. Увлекающаяся бегом и йогой Мария никогда не лежала в больнице. Удивиться местным порядкам она не успела: в воскресенье ей стало сильно хуже, в понедельник врачи диагностировали ей двустороннюю пневмонию и начали лечить ударными дозами антибиотиков. "Было так плохо, что на все остальное глубоко пофиг. Я, конечно, радовалась, что это новая чистая больница и что я одна в палате, пять раз в день еда, три раза в день капельница, по несколько раз в день меряют температуру... Но жар и кашель были такие, что мне казалось, что у меня кусок мяса, а не горло". Мухиной несколько раз меняли антибиотики, она принимала противогрибковое лекарство, а на вторую неделю врачи добавили противовирусный препарат. Симптомы исчезли, ее уже готовили к выписке, как вдруг снова поднялась температура, заболела голова, затошнило, и Мария оказалась почти без сознания.



Следующие сутки она не могла ни есть, ни пить. Оказалось, это интоксикация противовирусным препаратом. Все лекарства Мухиной отменили, положив под капельницы с физраствором и витамином С. В это время пришли первые отрицательные тесты на Covid-19. В больнице в Коммунарке она провела 15 дней. Почти за четыре недели карантина Мухина видела только медиков и одного курьера. Родителей видела из окна палаты у больничного КПП, когда те передавали охране вещи. Так же она видит их сейчас, после выписки: говорит по телефону, пока те стоят под окном ее квартиры на третьем этаже. Главные последствия болезни - слабость и вялость минимум на месяц, предупредили Мухину врачи. "Я сегодня приготовила завтрак - и уже устала, мне хочется обратно лечь спать. Сходить в душ сейчас по ощущениям, как пробежать 10 километров. Каждое утро очень трудное. Как бы медленно я ни вставала, всё равно очень сильная слабость и чернеет в глазах. Медленно иду из спальни в туалет, и где-то между надо присесть, чтобы чернота прошла и головокружение остановилось. Раскачиваюсь часа два, чтобы хоть как-то быть похожей на человека". Несмотря на это, Мухина уже вернулась к занятиям по европейской программе для кинопродюсеров: пока она болела, учебу перевели в онлайн-формат. Еще Мария дает много интервью и будет участвовать в сдаче крови для работы с антителами, которые вырабатываются у переболевших. "У меня как-то

выиграла гражданская позиция, - объясняет она. - Нашим людям как будто не хватает примера Европы, где все пошло враздрай. Я решила уже делать все по максимуму и рассказывать побольше. Правда, сил уже маловато". В больнице Мухина писала о своей болезни в "Фейсбук" и "Инстаграм" - и под каждым постом собирала десятки комментариев о том, что коронавируса у нее на самом деле нет, лежит она с обычным ОРВИ и вообще нанятый властями актер. Пеняли ей и за то, что приехала лечиться за счет бюджета Российской Федерации, а пока была здоровая, сидела за границей. "Меня это бесит, - говорит Мухина. - Я вообще поехала учиться, потому что смогла поступить и потому что наше российское кино хочу лучше сделать. И я, и мои родители все время платили здесь налоги, а в районной поликлинике последний раз я была лет семь назад. Да, вот сейчас попала в Коммунарку. Что это за претензии вообще?"

<https://www.nur.kz/1850231-kazalos-u-mena-kusok-masa-a-ne-gorlo-pat-istorij-ludej-vylecivsihsa-ot-koronavirusa.html>

[koronavirusa.html](https://www.nur.kz/1850231-kazalos-u-mena-kusok-masa-a-ne-gorlo-pat-istorij-ludej-vylecivsihsa-ot-koronavirusa.html)

"Новая искренность". Как социальная культура меняется в условиях карантина

В городах по всему миру вводятся все более строгие меры по борьбе с пандемией коронавируса.

Правительства разных стран вводят обязательный режим самоизоляции, и всевозможные заведения - бары, рестораны, спортзалы и кинотеатры - закрываются на карантин. В попытках справиться с одиночеством и скукой в изоляции, люди придумывают новые формы совместного досуга - открывают онлайн-бары, устраивают вечеринки в Zoom и занимаются спортом при помощи прямых трансляций от инструкторов. Социальная жизнь не утихает, просто принимает новые формы. Совместное распитие в режиме онлайн

Новая норма Указом Сергея Собянина 28 марта в Москве и Подмосковье закрылись рестораны, бары и магазины. Несколько днями позже власти Москвы ввели режим обязательной самоизоляции для всех жителей столицы. Но некоторые начали готовиться к строгим мерам заранее. Так, в середине марта появился онлайн-бар под названием "Stay the fuck home". Один из его основателей, Михаил Шишкин, рассказал Би-би-си, что идея бара родилась в тот момент, когда жесткий карантин вводился в некоторых странах Европы. Спустя две недели с момента запуска первого онлайн-бара, проект превратился в целую "барную улицу" из 14 виртуальных заведений. По словам Шишкина, среди них есть и независимые платформы, и онлайн-филиалы реальных баров из разных точек мира. За все время на "улицу" пришло около 280,000 посетителей. Шишкин рассказывает, что проект быстро нашел свою аудиторию: открытие онлайн-бара совпало с моментом, когда людей начали массово переводить на удаленную работу. "Это очень хорошо легло на контекст и отразило некий запрос на позитивную повестку относительно всей проблемы

коронавируса," - считает Шишкин. Но формат онлайн-бара все же заметно отличается от привычной атмосферы в настоящем заведении - хотя бы потому, что все посетители, как правило, друг с другом заранее не знакомы. Таким образом, "Stay the fuck home" стал не просто онлайн-аналогом обычного бара, а превратился в новую социальную платформу, объединяющую людей по всему миру, когда все они неожиданно оказались в похожих условиях - в изоляции. "У людей как будто бы появилось некое представление о новой искренности, потому что вдруг стало абсолютно возможно попасть домой ко всем людям. Кажется, что вся эта глянцево-аватарность наших виртуальных аватаров в соцсетях улетучилась, растворилась в воздухе. Мы долго создавали идеальные образы себя, а тут мы каждый день общаемся без макияжа, без идеального интерьера квартир, и для всех это стало новой нормой," - комментирует Шишкин. Вечеринки, свадьбы, дни рождения вместе с закрытием баров и клубов стали появляться и новые формы вечеринок в виртуальном пространстве. Например, некоторые московские клубы начали публиковать онлайн-трансляции диджей-сетов и концертов. Многие также устраивают вечеринки самостоятельно при помощи приложений для видеоконференций. Программу Zoom стали использовать все чаще, чтобы провести время с друзьями, не нарушая карантин.

На такой вечеринке побывала и журналистка Би-би-си Злата Онуфриева. Злата живет в Лондоне, а устроить онлайн-дискотеку договорилась с группой друзей в Москве. Она рассказывает, что в компании заранее договорились нарядиться, чтобы поднять себе настроение - кто-то надел смешные шляпы, а один из участников появился в высоком напудренном парике в стиле 18-го века. "Мы созвонились в Zoom и долго разбирались, как ставить музыку, чтобы потанцевать. В итоге, каждый по очереди включал музыку на телефоне и подвигал его близко к динамику, чтобы все слышали. Так мы послушали песни Pussycat Dolls, потом Лещенко, потом еще много другого. Было весело!" - рассказывает Злата. Она объясняет, что живет одна и находится в самоизоляции с 17 марта. "Это очень давно. Я вообще не вижу людей, и это тяжело. А такое общение помогает хоть как-то оставаться на плаву," - говорит она. Пользователи по всему миру начали отмечать различные праздники по видеосвязи. Например, 30 апреля таким образом отметила свой день рождения актриса Марина Сиртис, известная своей ролью в сериале "Звездный путь: Следующее поколение". К виртуальному празднику присоединились коллеги Сиртис по сериалу. В режиме онлайн отмечают даже свадьбы: например, пара из Эдинбурга организовала церемонию в своей гостиной. Остальные присутствовали на свадьбе в Zoom, наблюдая, как молодожены произносили свои свадебные клятвы под звуки шотландской волынки. Спорт в сети с введением строгих мер по борьбе с коронавирусом многие лишились не только развлечений, но и возможности заниматься спортом. Но и фитнес-тренеры не растерялись и стали вести онлайн-трансляции занятий из дома. Инструктор по йоге и организатор йога-ретритов Лина Юревичуте (Yoga by Lina) живет и работает в Барселоне. В Испании с 15 марта действует жесткий карантин, а число заболевших растет с каждым днем. Лина рассказывает, что свой последний урок в студии она смогла провести 14 марта, а уже на следующий день всю деятельность пришлось перевести в режим онлайн. До карантина она проводила по 2-3 занятия в день в разных студиях в городе и давала частные уроки.

Из-за новых мер ей пришлось отменить все занятия, включая уроки медитации и воркшопы. Но Лина сразу решила, что будет каждый день проводить уроки в формате онлайн-трансляций. "Я написала себе короткий план и провела опрос среди своих подписчиков в соцсетях. В тот же день, когда начался карантин, в воскресенье вечером, я передвинула мебель у себя дома, организовала небольшое пространство для йоги и провела свое первое лайв-занятие," - говорит она. Лина рассказывает, что несмотря на тяжелую обстановку в Испании, онлайн-трансляции помогают выстроить уникальный формат общения со студентами: "Мы все оказались в одной и той же ситуации, мы все закрыты дома, и это нас сближает." Она отмечает, что у такого формата занятий есть слабые стороны. "Самая большая сложность - это то, что я физически не могу видеть своих студентов и быть уверенной, что они выполняют упражнения безопасно. Поэтому, я постоянно напоминаю им об этом и прошу не переусердствовать", - объясняет Лина. Что дальше? Мнения экспертов Представители различных сфер сходятся в том, что временные изменения, вызванные эпидемией коронавируса и карантинном, могут повлиять на то, как мы будем общаться друг с другом в дальнейшем. Михаил Шишкин считает, что новая культура онлайн-баров может продолжиться и после карантина. "Мы бы очень хотели, чтобы это побыстрее закончилось, но сейчас кажется, что появляются новые паттерны поведения, и оно может остаться. Например, можно ходить в кино, а можно посмотреть кино дома. То же самое может быть и с баром: можно ходить в бар, а можно ходить в бар будучи дома," предполагает он. Лина Юревичуте тоже верит, что набирающие популярность форматы онлайн-трансляций повлияют на то, как люди занимаются спортом. "Онлайн-платформы соединяют самые отдаленные группы людей. С их помощью можно научиться тем же самым вещам, которым ты учишься на занятии, где физически присутствуешь." По мнению коуча и специалиста по коммуникации Оли Полищук, долгий период самоизоляции постепенно меняет наше представление об общении. Она говорит, что, как ни парадоксально, но многие начали замечать, что общения в их жизни стало больше. Оля объясняет это тем, что у людей просто появилось больше времени на то, чтобы поговорить с друзьями. Она считает, что в период самоизоляции формируются более прочные социальные связи - и в этом есть свои плюсы и минусы. "Мы начинаем впускать людей туда, куда мы никогда не собирались их впускать - в свой дом. С одной стороны, это добавляет некоторой человечности к нашему общению. Но с другой стороны, для кого-то это, наоборот, может стать поводом для тревоги, поскольку это очень интимное пространство," - рассуждает она. Оля предполагает, что новые форматы общения помогают нам развивать социальные навыки: мы учимся не только говорить, но и слушать. Платформы для видеосвязи требуют высокой концентрации нашего внимания, поэтому мы устаем от них еще больше, чем от разговоров в обычной жизни. Замечая, как много времени и сил уходит на созвоны и видеоконференции, мы также учимся экономить свое внимание - например, решать рабочие вопросы в письменной форме или тщательнее планировать устные разговоры. "Карантин не поставил общение на паузу, и даже показал многим, что на самом деле важно. Поэтому, через какое-то время люди начинают выбирать, с кем они хотят общаться, в каких чатах состоять, на какие вечеринки в Zoom ходить. Это изменит наше понимание об общении, сформирует новую систему координат - что важно, а что второстепенно," - говорит она. Чтобы облегчить свое существование в самоизоляции, Оля предлагает сосредоточиться на настоящем моменте и перестать ждать, когда эпидемия закончится. "Выжидательная позиция - это большое напряжение. Пока ты ждешь, ты не живешь", - поясняет она. Психотерапевт Алена Филиппова, в свою очередь, считает, что в условиях самоизоляции у многих повышается уровень тревоги и обостряется тяга к человеческому общению. Она говорит, что тем, кто испытывает дискомфорт от одиночества, стоит попробовать найти

безопасное социальное пространство онлайн. "Сейчас существует много вебинаров и онлайн-тренингов, поэтому можно найти что-то групповое. Интернет-коммуникация хороша тем, что дает возможность заявить о себе не полностью, а в том виде, в котором вы пожелаете," - рассуждает она. Алена признает, что интернет-общение это "упрощенный вариант коммуникации, но это лучше, чем ничего". Она отмечает, что в феномене самоизоляции не так уж много нового, особенно, если смотреть на нее с точки зрения истории: например, во время войны люди были вынуждены находиться в изоляции, чтобы избежать опасности извне. Плюс - примеры одиночного заключения и жизни вдали от общества и цивилизации. "Главная особенность сегодняшней ситуации в том, что главную опасность для человека представляет человек. Во время оккупации, войны - это внешняя угроза, враги, а во время эпидемии - кто угодно, даже близкие люди и соседи," - говорит Алена. "С одной стороны, это может быть поводом для паранойи, а с другой - может помочь людям относиться к своим близким более уважительно," - заключает она.

<https://www.nur.kz/1850232-novaa-iskrennost-kak-socialnaa-kultura-menaetsa-v-usloviah-karantina.html>

Ухань - город под замком, откуда столько сил и стойкости?

После 76-ти дней изоляции из-за коронавирусной инфекции, 8 апреля в 00:00 часов в Ухане снято ограничение, передает Kazakhstan Today.

До этого дня, в течение двух месяцев Китай боролся с непредвиденной войной с коронавирусной инфекцией нового типа. Ухань оказался на переднем фронте этой войны. Коронавирус COVID-19 вызывающий воспаление лёгких стремительно распространился по городу Ухань и поставил под угрозу многомиллионное население мегаполиса, сообщает Информационная компания города Урумчи. Закрытие города позволило оградить население всей страны. Перекрытие Уханя позволило предотвратить распространение вируса на другие территории. 23 января в Ухане было перекрыто всё транспортное сообщение с внешним миром, некогда шумный и оживленный город одномоментно затих. Победа Уханя, победа провинции Хубэй, победа Хубэй, победа всей страны. Снятие ограничений с Уханя демонстрирует важный промежуточный результат борьбы с коронавирусной инфекцией и ускоренное восстановление экономики. От "закрытия" и до "открытия" Уханя прошло 76 дней, все эти дни наполнены совместными усилиями, демонстрируя силу народа и силу страны. Закрытие города было подобно "нераспространению ядерного оружия и предотвращению его экспорту", вот почему многомиллионный Ухань понес огромные жертвы и внёс огромный вклад в борьбу с инфекцией. Во время "закрытия" города, более 60 тысяч медработников города и прибывшим им на помощь медбригады с других провинций бок о бок боролись с инфекцией, многие из них отдали свои жизни ради здоровья своих сограждан. Во время "закрытия" города, многочисленные сотрудники разных государственных структур, полицейские, волонтеры, социальные работники, курьеры, дворники и пожарные несмотря на высокий риск заражения коронавирусной инфекцией твёрдо стояли на своем посту, поддерживая город и сохраняя общественный порядок. Во время "закрытия" города, уханьцы, учитывая ситуацию в целом, полностью изолировались и закрыли двери своих домов на долгие 76 дней, дни полные тоски, терпения, самообладания и самодисциплины. Бесчисленное количество жителей стойко следовало рекомендациям местного правительства "действие в бездействии". Именно такие жертвы и самоотверженность жителей Уханя положили начало предотвращению эпидемии и борьбы с ней, а также выиграли время и пространство для предотвращения эпидемии в провинциях и городах за пределами Уханя и Хубэй. Китайская государственная система показала свои преимущества в ликвидации эпидемии. Весь Китай действовал в едином порыве, в Ухань потянулась помощь со всех регионов страны, непрерывно доставлялись человеческие и материальные ресурсы, продовольствие и лекарства. В канун китайского Нового года первая медицинская команда прибыла на поддержку. В последствии 35 000 медицинских работников из 314 медицинских бригад из всех провинций, автономных районов и городов по всей стране отправились в Ухань для борьбы со временем и болезнью. Чжун Наньшань Ли Ланьцзюань, Ван Чэн и другие ведущие эксперты в области инфекционных заболеваний, а также академики в Китае и за рубежом, в Ухане боролись за жизни тяжелобольных пациентов с коронавирусной инфекцией. Во время "закрытия" города, в Ухань со всех концов мира непрерывно поступали медицинское оборудование, предметы защиты, лекарства, мясо, овощи. Всемирно известный английский медицинский журнал "Lancet" дал свою оценку действиям страны: Кроме Китая, нет страны, которая в максимально короткие сроки сможет мобилизовать огромные ресурсы на борьбу с такими вызовами. Источник: www.kt.kz

https://www.kt.kz/rus/velikiy_shelkovyy_put/uhan_-_gorod_pod_zamkom_otkuda_stolko_sil_i_stoykosti_1377897019.html

В Южной Корее ситуация с коронавирусом улучшается



Число новых случаев заражения с каждым днём становится меньше. Однако режим так называемой социальной дистанции, минимального передвижения пока сохраняется до конца следующей недели. Тестирование на COVID-19

проводят круглосуточно. Ведь вовремя проведенный тест может спасти не только жизнь проверяемого, но и окружающих его людей. Корреспондент «Хабар 24» в Сеуле Владислав Цой побывал в самой крупной инфекционной лаборатории в Южной Корее и увидел, как выглядит положительный тест на коронавирус.

Доступно видео:

<https://www.youtube.com/watch?v=p5CuybhV6ck&feature=youtu.be>

Как проверить, что ваша маска не просто аксессуар, а средство защиты: 5 способов

С приходом пандемии маски стали ценным товаром. И продают их не только в аптеках. Как выбрать ту, которая действительно является Интернет-магазин электроники Gearbest показал на своём [ютуб-канале](#) пять способов, как определить, настоящая ли у вас маска. Правда, для этого хотя бы одну из них придётся уничтожить в целях эксперимента. **Первый способ** (который лучше использовать последним) состоит в том, чтобы извлечь из маски средний слой и поджечь. Если изделие сделано по всем правилам, то он должен не гореть, а плавиться.

Второе испытание противоположное — нужно налить в маску воды. Настоящая не должна пропускать влагу, в отличие от поддельной. Ведь её цель — предотвратить передачу вируса воздушно-капельным путём. Также к фэйковой маске не притягиваются кусочки бумаги — что можно выяснить, проведя **третий тест**.

В-четвёртых, можно устроить испытание на пропускание света, чтобы выяснить, из какого материала сделана маска. Он должен быть нетканым, изготовленным выдувным способом. А ещё, надев настоящую маску, практически невозможно потушить пламя зажигалки — об этом говорит **пятый тест**.

Доступно видео:

<https://life.ru/p/1317017>

**!!! Редакция сайта не всегда согласна с мнением авторов.
Статьи публикуются в авторской редакции**



д.м.н. Ерубеев Токтасын Кенжекенович
<https://www.facebook.com/pg/CRLALMATY/posts/>



к.м.н., Казаков Станислав Владимирович
E-mail office: s.kazakov@kscqzd.kz
E-mail home: kz2kazakov@mail.ru
моб. +77477093275

