

Зимой эксперты пророчили коронавирусу гибель с приходом тепла. Однако COVID-19 не сдает своих позиций. Всемирная Организация Здравоохранения настоятельно просит соблюдать меры профилактики – только так можно сдержать пандемию и повернуть процесс вспять. Профилактика очень важна в буквальном смысле для каждого жителя планеты вне зависимости от возраста и национальности.

Основные меры профилактики, которые должен соблюдать каждый человек:

- Не прикасаться руками к лицу.

Ученые подсчитали, что в среднем человек за час 25 раз трогает свое лицо руками. При этом этими же руками люди касаются разных поверхностей, на которых может обитать вирус. В половине случаев заражение происходит посредством проникновения вируса через слизистые – глаза, рот, нос.

- Мыть руки.

Такая вроде бы простая и элементарная процедура на настоящий момент считается самой эффективной профилактикой COVID-19. Руки надо мыть как можно чаще, причем делать это нужно в течение 40-60 секунд. Если вы моете руки в общественном месте, кран после мытья рук следует закрывать одноразовым полотенцем, которым вы вытерли руки. Рекомендуется использовать жидкое мыло, так как на твердом мыле могут остаться микроорганизмы.

- Использовать антисептики.

Длительность обработки рук составляет 20-30 секунд. Но при покупке данных средств важно обращать внимание на состав. Рекомендуемая концентрация – 80% этанола, 1,45% глицерина, 0,125% перекиси водорода.

- Если **во время чихания и кашля прикрывать рот и нос**, экспансию COVID-19 можно предотвратить.

Кашлять и чихать нужно в салфетку, а если ее под рукой нет – в сгиб локтя. После использования салфетки, ее нужно сразу же выбросить в мусорный контейнер. Многие люди прикрывают рот и нос во время кашля и чихания ладонями – это неправильно и достаточно опасно. Вирус попадает на руки, которыми человек впоследствии прикасается к различным предметам.

- **Носить маску.** Данное изделие предназначено для больных людей, а также для тех, кто ухаживает за больными. Маска должна плотно прилегать к лицу, зазоров не должно оставаться. Менять маску нужно каждые 2-3 часа, повторно использовать ее нельзя.

- **Избегать близких контактов, оставаться на самоизоляции.** Специалисты советуют держаться от других людей на **расстоянии не менее 1,5 метров**. О рукопожатиях, а тем более об объятиях следует пока забыть. Лучшим вариантом является домашняя самоизоляция.

- Проветривание помещения.

Приток свежего воздуха снижает вирусную нагрузку.

Мероприятия, направленные на механизм передачи возбудителя инфекции:

- Соблюдение режима самоизоляции;
- Соблюдение правил личной гигиены (мыть руки с мылом, использовать одноразовые салфетки при чихании и кашле, прикасаться к лицу только чистыми

салфетками или вымытыми руками);

- Использование одноразовых медицинских масок, которые должны сменяться каждые 2 ч;
- Использование СИЗ (средств индивидуальной защиты) для медработников;
- Проведение дезинфекционных мероприятий;
- Обеззараживание и уничтожение медицинских отходов класса В;
- Транспортировка больных специальным транспортом.

Специфическая профилактика коронавирусной инфекции.

Специфическая профилактика коронавирусной инфекции осуществляется лекарственными препаратами в соответствии с методическими рекомендациями Министерства здравоохранения Российской Федерации. Дозирование лекарственных препаратов осуществляется в зависимости от категории пациентов.

Внесено изменение в постановление Администрации Тюменской области от 15.12.2004 №178-пк «О мерах социальной поддержки, осуществляемых путем возмещения расходов на оплату лекарственных препаратов для медицинского применения и медицинских изделий» в части **обеспечения лекарственными препаратами для профилактики пациентов, совместно проживающих с больным новой коронавирусной инфекцией (COVID 19).**

Департаментом здравоохранения Тюменской области для обеспечения необходимыми лекарственными препаратами проведены аукционы на закупку препаратов (умифеновир таблетки 50 мг и 100мг, интерферон альфа-2b капли), по их результатам заключены государственные контракты на сумму 1,48 млн. руб., созданы запасы необходимых лекарственных препаратов, поставки лекарств в аптечные организации осуществляются в ежедневном режиме.

Выписка и отпуск лекарственных препаратов по рецептам врача бесплатно для профилактики пациентов с новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) осуществляется в регионе с 08.07.2020 года. Доставка лекарственных препаратов на дом осуществляется социальными работниками, волонтерскими организациями.

Доступная профилактика - Интерферон альфа-2b капли:

- *Здоровые лица и лица из группы риска (старше 60 лет или с сопутствующими хроническими заболеваниями): ИФН-α: капли или спрей в каждый носовой ход 5 раз в день (разовая доза - 3000 МЕ, суточная доза — 15000-18000 МЕ), сроком 5 суток;*