

## Есть ли эпидемия?

В Западной и Центральной Европе в разгаре вспышка коронавирусной инфекции. Сейчас количество заболевших в России - 63 человека. Учитывая цифры по заболевшим в других странах Восточной Европы (Польша, Чехия, Украина, Молдавия) - цифры, скорее всего, правдивые.

При этом, надо понимать, что число заболевших каждые 2-3 дня удваивается, из-за того, что многие переносят вирус без симптомов, многие случаи не выявлены. Соответственно, через 2-4 недели в России по прогнозам Всемирной организации здравоохранения, будет вспышка инфекции, такая же, как в странах Западной Европы.

Надо ли бояться вируса? Вирус заразный (в 2-3 раза заразнее гриппа), но не очень опасный для большинства людей.

К счастью, **от вируса практически не страдают дети и подростки**: они либо не заражаются им, либо переносят его без симптомов. В мире не было ни одного случая смерти от вируса людей моложе 20 лет, нет случаев тяжелых осложнений в этой возрастной группе.

Ваши дети в безопасности. (Но они могут заразить своих бабушек, поэтому лучше держать детей дома).

**Для людей в возрасте от 20 до 60 вирус не очень опасен.** По данным ВОЗ и китайского института вирусологии примерно 50% людей переносят вирус вообще без симптомов, у остальных он похож на обычное не очень тяжелое ОРВИ с не высокой температурой. Риск осложнений в этой возрастной группе около 2%

Вы, в целом, тоже в безопасности.

В опасности 2 группы людей - люди старше 60 лет (особенно - старше 70 лет) и люди с хроническими заболеваниями легких (астма, туберкулез), иммунной системы (недавняя пересадка органов, ВИЧ, иммунодефициты)

Для этих людей вирус смертельно опасен, риск осложнений и смертность - до 14%. Таких людей надо беречь от вируса любыми способами.

**Что делать, чтобы не заразиться? Соблюдайте рекомендации ВОЗ:**

Чтобы защитить себя: - избегайте мест массового скопления людей (не ходите на концерты, в кино, закажите доставку продуктов вместо похода в Ашан и тп), старайтесь держать дистанцию в 1 м в людных местах - мойте руки с мылом (после прихода с улицы в помещение, регулярно - на работе) - не трогайте лицо

Чтобы защитить других:

- сидите дома, если заболели
- если не можете остаться дома - носите маску
- чихайте в сгиб локтя, не в ладонь -
- не общайтесь с людьми из группы риска

Чего точно не надо делать:

- покупать годовой запас туалетной бумаги,
- пить арбидол, кагоцел и прочие фуфломицины, а также народные средства - нет никаких доказательств в их эффективности. В лучшем случае вы будете пахнуть чесноком, в худшем - потратите кучу денег на глупости
- идти на службу в церковь и целовать мощи всех святых. В дополнение к вирусу можете получить гепатит А и туберкулез - иконы и мощи целуют сотни людей, это рассадники заболеваний
- слушать вирусологов из инстаграм

За новостями и последней информацией по коронавирусу обращайтесь на сайт Всемирной организации здравоохранения.