

# Наталья Семёнова объяснила необходимость перчаточно-масочного режима



«Новая коронавирусная инфекция стала неприятным сюрпризом для здравоохранения всего мира. Врачи ранее с таким вирусом не встречались. Эта болезнь протекает по особым законам. Однако за 10 месяцев прохождения пандемии медики собрали о COVID-19 достаточно информации и смогли разобраться в его природе. Теперь мы знаем, главные способы распространения этой инфекции, как и чем её лечить», – отметила председатель комитета Волгоградской областной Думы по охране здоровья, Заслуженный врач РФ Наталья Семёнова, комментируя меры эпидемиологической безопасности, предпринятые в регионе.

«Наша система здравоохранения также подготовилась к противодействию пандемии организационно: появились специальные госпитали, которые оснащены необходимым диагностическим и лечебным оборудованием, в том числе рентген- и УЗИ-установками, компьютерными томографами, кислородными

разводками и дыхательными аппаратами. Единственное, что сейчас затрудняет работу лечебной сети, – это наслоение коронавирусной инфекции на сезонный рост заболеваемости гриппом и ОРВИ, – рассказала **Наталья Семёнова**. – И, конечно, нельзя забывать, что врачи и медсестры – тоже люди, и они тоже болеют ковидом, причем, чаще и тяжелее других, потому что находятся в эпицентре этого вирусного недуга.

Мне, как врачу и председателю думского комитета по охране здоровья, часто задают вопрос: «Официальным постановлением в период пандемии в регионе введен перчаточно-масочный режим, но так ли уж он необходим?». Отвечаю однозначно: «Носить маску сейчас нужно – это аксиома!». Делать это надо всегда, покидая пределы своего дома. Маска должна обязательно закрывать и рот, и нос. Носить её на бороде – как некоторые предпочитают – не только не целесообразно, но и опасно, поскольку при этом лицо соприкасается с обратной, зараженной, стороной маски. В местах, где много людей, например, в магазинах или общественном транспорте, вам понадобится медицинская маска высокой степени защиты. Если же вы просто гуляете в парке или на улице с соблюдением социальной дистанции, будет достаточно обычной матерчатой маски, в которой легче дышать.

Для чего нужна маска? Сошлюсь на одну из публикаций **Пола Марика** – всемирно известного реаниматолога и ученого, который разработал стратегию лечения COVID-19. По его словам, ковид не похож на грипп и другие заболевания – это совершенно иная инфекция, у неё очень сложный и запутанный механизм развития. Главный способ заражения – капельный. С каждым выдохом инфицированного человека в воздухе оказывается примерно миллион вирусных частиц, которые могут попасть в носоглотку другого человека и начать там развиваться. Поэтому наиболее эффективным способом обезопасить себя и окружающих от инфекции в данном случае является ношение масок.

Еще один очень важный момент – тяжесть заболевания зависит от размера заражения. Тот, кто вдохнул минимальное количество вирусных частиц, переносит болезнь легче или даже

бессимптомно. И наоборот – если ковид в организм попал в больших объемах, заболевание будет проходить тяжелее. Защитная маска может существенно уменьшить проникновение инфекции, а значит, поможет избежать серьезных угроз для вашего здоровья.

Теперь – о перчатках. Их необходимо надевать для того, чтобы своими же руками не занести вирус при прикосновении не только к носу и губам, но и глазам. И, конечно, сразу после снятия перчаток надо воспользоваться антисептиками – обеззараживающими веществами или тщательно – в течение двух-трех минут – вымыть руки. Также важно обрабатывать спиртовыми салфетками очки и телефоны, как минимум, три-четыре раза в день.

Таковы самые простые правила, соблюдение которых значительно сократит возможности для попадания коронавирусной инфекции в ваш организм и облегчит состояние больного, если избежать заражения всё-таки не удалось».