****

**Профилактика коронавирусной инфекции**



Новая коронавирусная инфекция (COVID-19) относится к группе острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Она, безусловно, имеет ряд значимых особенностей, отличающих ее от других заболеваний этой группы, но многие признаки, в том числе некоторые способы профилактики, являются общими для всех ОРВИ.

**Пути заражения**

Источник инфекции - больные с клинически выраженными, стертыми формами болезни и бессимптомные вирусоносители. Наибольшую опасность представляют люди в последние два дня инкубационного периода (перед появлением симптомов) и бессимптомные вирусоносители, поскольку не знают, что больны, и продолжают вести обычный образ жизни, активно общаясь и «делясь» вирусом с окружающими. Контагиозность (заразность) вируса очень велика в первые дни болезни.

**Передача вируса осуществляется воздушно-капельным и контактным путями, редко - аэрозольным.**

Ведущим путем передачи нового коронавируса SARS-CoV-2 является воздушно-капельный (при кашле, чихании и разговоре на близком - менее 2 метров - расстоянии). Менее значимый контактный путь передачи реализуется во время рукопожатий и других видах непосредственного контакта с инфицированным человеком, а также через поверхности и предметы, возможно через пищевые продукты, обсемененные вирусом. Аэрозольным путем можно заразиться в помещениях с большим количеством людей и плохой вентиляцией воздуха.

**Группы риска**

Примерно у 80% заболевших инфекция протекает в легкой форме. Однако с учетом широкой распространенности новой коронавирусной инфекции COVID-19, огромного количества одновременно болеющих людей и 15-20% среднетяжелого и тяжелого течения существует риск неполучения своевременной медицинской помощи, нехватки лекарств и мест в стационарах. От каждого из нас во многом зависит, по какому сценарию будет развиваться эта пандемия.

**Кто же входит в группу риска по тяжелому течению COVID-19? Для кого защита от болезни особенно важна?**

*Пациенты с сахарным диабетом* являются группой риска по тяжелому течению новой коронавирусной инфекции, наиболее уязвимы лица пожилого возраста с данным заболеванием, а также *люди с ожирением*.

**Вакцинация от коронавируса**

Основная цель применения вакцины от COVID-19 - не предотвращение самого заболевания, а существенное облегчение его течения и снижение вероятности развития неблагоприятных, тяжелых форм инфекции, особенно у людей из групп риска.

Вопросы безопасности и эффективности вакцин активно изучаются во всем мире. Предполагается, что при охвате вакцинацией большого количества людей, а также с учетом уже переболевших лиц, эпидемия должна пойти на спад.
В идеале вакцина от COVID-19, наряду с доказанной безопасностью, должна:

* приводить к формированию высоких титров нейтрализующих антител (для эффективной борьбы с вирусом);
* сопровождаться формированием низких (в идеале – нулевых) титров ненейтрализующих антител (для снижения вероятности антитело-зависимого усиления инфекции);
* поддерживать длительную иммунологическую память (клеточную и гуморальную);
* обеспечивать защиту от возможных мутантных вариантов вируса.

**Мероприятия, направленные на механизм передачи возбудителя инфекции:**

* Соблюдение правил личной гигиены дома: частое мытье рук с мылом, использование дезинфицирующих средств – перед едой, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта и носа, после посещения туалета, применение одноразовых салфеток при чихании и кашле. Если заболел один из членов семьи, особенно актуальной становится регулярная влажная уборка помещения с применением средств бытовой химии; поддержание чистоты поверхностей - клавиатуры компьютера, экрана смартфона, пультов, дверных ручек и др., регулярное проветривайте помещения.
* Соблюдение правил личной гигиены вне дома: социальная дистанция, ограничение приветственных рукопожатий и поцелуев, прикосновений к лицу, к поверхностям и предметам в общественных местах; использование дезинфицирующего средства для рук. Применение одноразовых салфеток и прикрывание носа и рта при кашле или чихании и их обязательная утилизация после использования.
* Использование одноразовых медицинских масок. Необходимо использовать здоровым людям в многолюдных местах (общественном транспорте, магазинах, аптеках и т.д.) и при контактах с инфицированными людьми. Ношение маски на улице при небольшом скоплении людей не целесообразно ввиду низкой вероятности заражения. Пациентам с признаками ОРВИ и/или с подтвержденной коронавирусной инфекцией нужно надевать маску в случае контакта со здоровыми людьми.
* Рекомендовано надевать маску так, чтобы она максимально плотно прилегала к лицу и закрывала нос, рот и подбородок, использовать однократно, менять каждые 2 часа или по мере увлажнения, загрязнения, выбрасывать сразу после использования.

