

Меры предосторожности и риски в ситуациях, вызванных пандемией нашего времени

Предлагаемая статья является попыткой проинформировать читателей мерах предосторожности и рискам во время пандемии, с учетом накопленного международного и отечественного опыта, так и исторической ретроспективы, многие из которых широко применяется до настоящего времени.

Значительная часть стоящих проблем в связи с противодействием распространению инфекционного заболевания, представляющая опасность для окружающих требует соблюдать правила закрепленные в Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Федеральном законе «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» и Федеральном законе «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

Подробный механизм проведения гигиенических и противоэпидемических мероприятий, соблюдения санитарных правил, норм и гигиенических нормативов, системы государственного санитарно-эпидемиологического надзора, а также комплекс других организационных, правовых и экономических мер закреплен в Федеральном законе «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения».

В законе определены меры по обеспечению санитарно - эпидемиологического благополучия населения и перечислены обязанности граждан в этой сфере, в том числе выполнения требований санитарного законодательства, а также постановлений, предписаний и санитарно – эпидемиологических заключений органов осуществляющих государственный санитарно – эпидемиологический надзор.

С этой целью определяются основные направления деятельности организации санитарно – эпидемиологической службы; процедуры, необходимые для проведения эпидемиологических обследований; анализ данных эпидемиологического обследования; общие меры, направленные на борьбу со вспышками эпидемии; последовательное выполнение мероприятий по их ликвидации.

В связи с этим нельзя не остановиться на вопросах защитных мер при эпидемии, передаваемых от человека к человеку. Они необходимы в отношении пациентов, контактных лиц и населения.

Пациенты.

Весь медицинский персонал, участвующий в санитарно – противоэпидемических (профилактических) мероприятиях будет нуждаться в защите. Такие меры должны быть надежными – общие меры защиты; продолжительность периода соблюдения мер предосторожности; медицинская помощь; медицинская эвакуация и дезинфекция.

Контакты.

Лица, имевшие контакт с инфекционными пациентами во время эпидемии, могут подвергнуться риску заражения и становятся в свою очередь источником инфекции.

В определении необходимых мер существенную роль играют время и степень близости контакта. Выделяют два вида контактов. «Тесный (близкий) контакт». Это лицо, имевший с пациентом случайный контакт лицом к лицу; ухаживающее за пациентом, не соблюдая

каких-либо мер предосторожности; проживающие в одной комнате с пациентом и питавшееся вместе с ним; пользовавшееся общими с пациентом предметами.

«Возможный контакт» - это лицо, которое, вероятно, подверглось риску: например, находясь на каком-то расстоянии от лица - носителя инфекции (в общественном транспорте, в больничной палате, на рабочем месте).

Карантин.

Эту меру ограничения применяют в отношении здоровых лиц, которые были в контакте с инфекционными пациентами в заразный период болезни. Существуют четыре вида карантинных мер – самонаблюдение; медицинское наблюдение; стандартная изоляция и строгая изоляция. Установление ограничения не должны быть чрезмерными с точки зрения гуманности и экономики.

Население.

Изоляция пациентов и контактов значительно снижает риск инфекции для остального населения.

Массовая иммунизация. Экстренная массовая иммунизация возможно только против ограниченного числа болезней, поэтому в промежуточный период необходимо использовать другие методы. Это ограничение массовых сборов, включая закрытие школ и общественных учреждений, но их эффективность обычно недостаточна.

Ограничения передвижения.

Это установление санитарных кордонов.

Усиление эпидемиологического надзора. Эта мера более эффективная – это усиление выявления пациентов, прослеживание контактов и прерывание каналов передачи инфекции.

Участие населения.

Постоянная информация населения снизит вероятность возникновения паники. Если удастся побудить население к участию в противоэпидемических (профилактических) мероприятиях, это позволит значительно повысить эффективность этих мер.

Сегодня каждый из нас должен знать, как защитить себя, родных и близких от самой опасной эпидемии нашего времени. При решении этих задач, связанных с защитой от опасного вируса необходимо опираться на следующие практические рекомендации.

Что должно быть у вас в доме, чтобы вы могли защититься?

Полезно будет создать запас непортящихся видов продовольствия (крупы, макароны, консервы, орехи, сухофрукты, молочные продукты и растительное масло, воду).

Приобретите устройства, работающие от аккумуляторов и батареек, своевременно подпитывайте заряд в ваших мобильных телефонах.

Что касается медицинских препаратов, то в аптечке должны быть жаропонижающие и обезболивающие препараты, спазмолитики, лекарства от расстройства желудка и кишечной инфекции, а также в достаточном количестве препараты, которыми люди пользуются по индивидуальным показателям, и медицинские маски.

Создать запас противогриппозных масок, которые можно изготовить самостоятельно.

Запишите на листочке важные номера, которые могут понадобиться в случае кризиса (номера экстренных служб, номер лечащего врача и приемной ближайшей больницы, поликлиники и ближайшей аптеки).

Используйте носовой платок (желательно бумажный) при чихании и кашле.

Очень важно также, чтобы люди, проявляющие симптомы гриппа, не участвовали в приготовлении пищи.

Если кто-то рядом с вами сморкается, отвернитесь от этого человека и одновременно закройте глаза.

Не трите глаз руками.

Постарайтесь при первой возможности вымыть руки и лицо.

Чтобы снизить вероятность «подхватить вирус», надо понимать, в каких местах дома и на работе он накапливается больше всего (стол, компьютерные клавиатуры и телефоны).

Регулярная уборка помещений (особенно тщательно чистить дверные ручки; все поверхности на кухне; все поверхности в ваннах, сиденья в туалетах; игрушки, с которыми часто играют дети).

Все приведенные рекомендации направлены на защиту от эпидемии, конечно не забывая о здравом смысле.

Касаясь истории вопроса, следует отметить, что и ранее принимались меры предосторожности при заразных болезнях, которые отвечали духу времени. Приведем некоторые из них, которые не потеряли свою актуальность и сегодня.

Интересные предложения высказывает издание типографии С.Н. Худекова С.- Петербург от 1897 года о мерах предосторожности и способах предохранения во время эпидемий.

Начисто убирать в домах и избах, выскоблить и вымыть полы и стекла в окнах, вымести и удалить сор, очистить от пыли стенки и если они беленные – снова побелить.

Если в избах нет деревянного пола, все - таки держать его опрятно.

Лоханки и посуду чаще мыть, а такую, куда бросают отбросы, вымыв держать лучше на открытом воздухе. Следить, чтобы полуда в самоварах и кастрюлях были в порядке.

Одежду носильную и постели почаще вытряхивать от пыли, в сухую же погоду вывешивать для просушки на солнце.

Стараться, чтобы в комнатах ничего не было лишнего, способного испортить воздух.

Избегать тесноты в жилых помещениях, которые раз, два в день необходимо проветривать, отворяя душники, окна и даже двери.

Вода, употребляемая для питья и для варки пищи должна быть чистая, а пища, по возможности, хорошая, то есть, хотя и простая, но свежая.

Содержать свое тело в чистоте, а также сменять чаще белье. В особенности опрятно следует содержать детей и их одежду.

Образ жизни вести обыкновенный, то есть по мере сил работать.

Быть умеренным во всем.

В случаях заболевания, в особенности же, когда вскоре за одним заболевает другой и третий, прежде всего немедленно следует дать знать по начальству и врачу.

Соблюдение правил значительно облегчит борьбу с эпидемией, если бы паче чаяния она явилась, и поможет на первых порах задушить заразу, тем более что теперь открыты уже средства, которые заставляют ее погибать.

В издании от 1898 года «О заразных болезнях и их предупреждении» врач Л.А. Мендельсон рекомендует следующее.

Жилище.

Жилое помещение следует содержать чисто, ежедневно выметать, не делая по возможности пыли; чаще мыть пол, а если возможно, то и стены, потолок обтирать, опаживать.

Воздух в комнатах очищать или открыванием окон, форточек, дверей или топкою печей, каминов, а если можно, то обоими способами.

В комнатах не держать грязного белья, не развешивать его и одежды для просушки.

Съестные припасы и напитки, должны быть всегда предметом постоянного надзора.

В продажу могут быть допускаемы только свежие и доброкачественные продукты.

Очистка и поливка улиц для всех домохозяев были бы обязательно.

Для небогатого населения имелись бы врачи, подающие бесплатную помощь и лекарство.

Меры общественной гигиены.

Каждый город на случай появления заразной болезни должен быть разделен на участки, поручаемые санитарным попечителям, а для околотков выбираются санитарные надзиратели, обязанные следить за здоровьем обывателей и за нарушением санитарных правил в районе их деятельности.

В городах с большим населением – тотчас же открываются заранее установленные и приспособленные амбулатории и больницы; городским обывателям сообщаются списки всех врачей вообще, с указанием места жительства и часов приема их, и списки врачей для бедных.

Меры личной гигиены.

Меры личной гигиены, которые следует принимать каждому, состоят в следующем:

Сохранять спокойствие духа и не бояться болезни.

Не менять обычного образа жизни, если только в привычках нет ничего противного здравоохранению.

Избегать всякой усталости, чрезмерных удовольствий, время труда и отдыха по возможности правильно разграничивать.

Следить за чистотой своего тела, белья, одежды.

Обращать внимание на чистоту воздуха в комнатах.

Всякие горькие настойки, перцовки, водки, вина, если их употреблять без меры и без совета врача – вредны.

В итоге приведенные примеры о мерах предосторожности во время эпидемий, можно сказать, дают ответ на вопрос о том какие права и обязанности у граждан в сложившейся ситуации.

Так, в соответствии с законодательством о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения граждане имеют право:

- на благополучную среду обитания, факторы которой не оказывают вредного воздействия на человека;
- получать в соответствии с законодательством Российской Федерации в органах государственной власти, органах местного самоуправления, органах и учреждениях государственной санитарно – эпидемиологической службы Российской Федерации и у юридических лиц информацию о санитарно – эпидемиологической обстановке, состоянии среды обитания, качестве и безопасности продукции производственно-технического назначения, пищевых продуктов, товаров для личных и бытовых нужд, потенциальной опасности для здоровья человека выполняемых работ и оказываемых услуг;
- осуществлять общественный контроль за выполнением санитарных правил;
- вносить в органы государственной власти, органы местного самоуправления, органы и учреждения государственной санитарно – эпидемиологической службы Российской Федерации предложения об обеспечении санитарно – эпидемиологической благополучия населения;
- на возмещения в полном объеме вреда, причиненного их здоровью или имуществу вследствие нарушения другими гражданами, индивидуальными предпринимателями и юридическими лицами санитарного законодательства, а также при осуществлении санитарно – эпидемиологических (профилактических) мероприятий, в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

Граждане обязаны:

- выполнять требования санитарного законодательства, а также постановлений и санитарно – эпидемиологических заключений осуществляющих государственный санитарно – эпидемиологический надзор должностных лиц;
- заботиться о здоровье, гигиеническом воспитании и обучении своих детей;
- не осуществлять действия, влекущие за собой нарушения прав других граждан на охрану здоровья и благополучную среду обитания.

Авторы:

Ильшат Миннегулов (Член Ассоциации юристов России, кандидат юридических наук)

Раушания Гайфуллина (Кандидат медицинских наук)