

COVID-19

## «Переждали» пандемию

Эксперты подсчитали, сколько человек спасла самоизоляция, которую ввели из-за пандемии коронавируса в России. Результаты исследования были опубликованы на сайте ВШЭ.

Для основных подсчетов эксперты использовали официальные данные о смертности от коронавируса в России. Первая оценка проходила на базе логистического уравнения, в котором смотрели на экспоненциальный рост заболеваемости без учета карантинных мер. Для второй использовали эпидемиологическую модель с корректировкой параметра R0, который представляет собой количество людей, которое может заразить один носитель, на изменение поведения людей.

– Стандартным подходом к оценке является расчёт разницы между модельными прогнозами «без ограничений» и модельными прогнозами «с ограничениями». По мере накопления данных можно использовать фактические/ избыточные показатели смертности для расчёта разницы с модельной оценкой — именно этот подход использовался в рамках настоящего исследования, — отмечается в исследовании.

Таким образом, если бы в России не вводили самоизоляцию, максимальное количество погибших составило бы 3,79 миллиона человек. Такая цифра получается при расчёте с первым подходом. Вторая оценка, которую принято считать более реалистичной, показала, что в России могли бы умереть 80–84 тысячи человек.

Рацион

## Летние напитки

Диетолог Елена Соломатина перечислила напитки, которые в жару не утоляют жажду, а вредят организму.

В список самых опасных она включила чай, кофе, энергетики и другие содержащие кофеин напитки. Они обезвоживают клетки, и организм теряет важные вещества, витамины и минералы.

«Если вы не можете отказать себе в чашке любимого кофе, сопровождайте каждый его приём двумя стаканами питьевой воды», — рассказала Елена Соломатина.

Лимонад и газировка, как правило, повышают уровень сахара в крови, что может привести к нежелательным последствиям для людей с заболеваниями сосудов, вплоть до потери сознания. Пиво также считается напитком с высоким гликемическим индексом и к тому же содержит алкоголь. Такое сочетание в жару может нанести организму непоправимый удар, предупреждает врач.

Альтернативой этим напиткам могут стать несладкий квас, айран, кефир и чайный гриб. По словам специалиста, лучше всего есть свежие овощи и фрукты и пить чистую столовую воду.

Исследование

## Аспирин не поможет

Новый, крупнейший на сегодня, обзор подтвердил: людям, у которых нет сердечно-сосудистых болезней, не показан профилактический приём аспирина, сообщает medportal.ru со ссылкой на научную работу, опубликованную в British Journal of Clinical Pharmacology.

Аспирин в низких дозах (до 325 миллиграммов в день) с 1980-х годов широко применяется для профилактики сердечно-сосудистых болезней. В настоящее время важнейшие официальные рекомендации (в США, Великобритании, России) говорят о том, что аспирин не помогает предотвращать инфаркты, инсульты и смерть от болезней сердца, если его принимают здоровые люди. Тем не менее, миллионы людей могут продолжать принимать это лекарство с профилактическими целями «по старинке», сообщают учёные.

Авторы нового обзора фокусировались на соотношении пользы и риска профилактического применения аспирина. Они проанализировали 67 исследований. Их важнейшим выводом стало то, что приём аспирина снижает риск болезней сердца у здоровых людей на 17 процентов. В то же время вероятность желудочно-кишечных кровотечений у них увеличивается на 47 процентов, а внутричерепных кровоизлияний — на 34 процента.

«Наша работа подтверждает, что не существует доказательств, которые поддерживают приём аспирина для первичной профилактики, то есть здоровыми людьми. Её важный вывод — аспирин в низких дозах нужен для профилактики тем людям, у которых уже есть сердечно-сосудистые заболевания», — сообщил CNN доктор Никола Веронезе из Палермского университета, соавтор исследования.



Безопасность

## Дважды два – совсем не пять

Халатность родителей иногда приводит к ужасным последствиям



© Дмитрий Рухманов

Никто не желает своему ребёнку зла. Но иногда это зло причиняют – по неосторожности, недосмотру, отвлекшись на минуту. И тогда – беда, порой непоправимая.

Мне было три года, когда, прибывав с улицы, залетела в кухню выпить воды. Бабушка солила то ли огурцы, то ли помидоры, и на столе стоял бокал с прозрачной жидкостью. Уксусную эссенцию махнула залпом. На дикий крик вбежала бабушка и соседка сверху. Что произошло, поняли сразу. Хватило ума влить в глотку хорошую дозу растительного масла. Позже врачи скажут, что это было правильное решение, которое смягчило последствия. Тем не менее, ещё долгое время моя жизнь висела на волоске: ожог гортани – не шутка. В подмосковном Орехово-Зуево врачи не справились – спасли доктора московского научно-исследовательского института. Родителей не обнадеживали, не были уверены – выживу ли. Однажды мама с папой привезли мне игрушки, передали в отделение, а медсестра несёт их обратно. Мама сползла по стенке... А меня выписали – обошлось.

Сейчас три года моему внуку. Стараемся меньше говорить ему «нельзя», заменяя категоричное слово объяснением «это опасно». И действительно, в таком возрасте дети «не знают берегов», не чувствуют страха, лезут куда вздумается, совершают мгновенные действия – не успеешь глазом моргнуть. Однажды мне понадобилось кое-что забрать из машины, стоящей у подъезда. Предложила малышу посмотреть, как я быстро схожу. Конечно, взяла ключи. Он дисциплинированно стоял на табурете, наблюдал за мной. Но пока бежала на второй этаж, он решил открыть мне дверь. И... закрыл её. Всего несколько минут страха по обе стороны двери, попытка объяснить, как открыть. Сосед уже полез было через балкон, когда щёлкнул замок – внук сообразил повернуть «вертушку» в другую сторону. Обошлось.

Малышке, которая неделю назад выпала из окна третьего этажа, четыре годика. Всего на несколько минут она осталась без присмотра родителей и старших братьев. Этого оказалось достаточно, чтобы произошла трагедия: оперевшись на москитную сетку открытого окна, она вывалилась вниз. Девочка получила серьёзные травмы: закрытую черепно-мозговую травму, сотрясение

головного мозга, ушибы грудной клетки, позвоночника, брюшной стенки. Несколько дней в реанимации. Будет жить, уверяют доктора и добавляют: «Можно сказать, что ей повезло».

В отдел по делам несовершеннолетних регулярно поступают сообщения из детской больницы о травматических либо трагических ситуациях с участием детей, — рассказала начальник отдела по делам несовершеннолетних администрации города Любовь Щербинаева. — Это случаи получения ожогов, различных травм, отравлений, которые происходят дома по недосмотру родителей. Больно представить мучения детей, попавших в больницу, глубоко переживая и родители. Но почему-то взрослые до сих пор не научились убирать из свободного доступа предметы, которые могут навредить ребёнку, — уксусную эссенцию, колющие и режущие инструменты, лекарственные препараты, средства бытовой химии. Если в доме открыты окна и балконные двери, необходимо следить за малышом, для которого открытое окно представляет смертельную опасность. В этом году зарегистрировано четыре случая выпадения детей из окон, из них один — смертельный. Такие случаи, к сожалению, будут, пока родители не научатся внимательно присматривать за ребёнком. Это же элементарные вещи, как дважды два – четыре. Ответственность за жизнь, здоровье и безопасность детей лежит на родителях.

Обычно в случаях, когда ребёнок получает увечье, говорят, что родители наказали себя сами. Но в особо тяжёлых ситуациях их ждёт наказание ещё и по закону – информация о случаях детского травматизма поступает в правоохранительные органы. За халатное отношение к родительским обязанностям в Кодексе об административных правонарушениях РФ предусмотрено взыскание – семью, где мама с папой ведут асоциальный образ жизни, берут на контроль.

Сказать «на обычном, привычном уровне» язык не повернётся, каждая трагедия с ребёнком – большая беда, независимо от степени тяжести увечий.

Когда начались ограничительные противоэпидемические мероприятия, случаев детского травматизма стало немного меньше, но это продолжалось неделю-полторы, — рассказывает заведующий травматологическим отделением ГАУЗ «Центр охраны материнства и детства» Магнитогорска Александр Охрименко. — Затем всё вернулось в своё русло, и с момента наступления лета наблюдаем обычный для этого времени всплеск детского травматизма. Травмы случаются самые разные, и многие – по причине недосмотра родителей. Есть среди них и очень тяжёлые – это последствия падения детей с третьего, четвёртого, пятого этажей. Много детей поступает к нам с укусами собак и клещей, переломами рук и ног, сотрясением головного мозга. На прошлой неделе в отделение травматологии поступил подросток, которому оторвало пальцы столярным станком. Сейчас врачи пристально наблюдают за состоянием пришитых пальцев, прогноз делать пока рано. Готовятся к выписке три сестрёнки, попавшие в аварию, — тринадцатилетняя, десяти и пяти лет. Немало ребят поступили в больницу с ожогами, есть случай химического ожога уксусной эссенцией – двухлетний ребёнок уже идёт на поправку и скоро будет выписан домой.

Большинство из перечисленных случаев – это печальное стечение обстоятельств, досадная ошибка родителей, не вовремя убранные опасные предметы или вещества. И всё происходит в одно мгновение. Неспроста начала с личной истории и случайности с закрытой дверью, которая бог знает чем могла закончиться: не нужно быть самоуверенным и думать, что это не произойдёт в вашей семье. Да, подростку можно объяснить, как вести себя безопасно, — в его возрасте это работает. С малышами сложнее: с ними всегда нужно быть начеку, держать их в поле зрения, убеждать, что поблизости нет источника опасности. Чтобы потом не кусать локти из-за собственной беспечности и недооценённой степени риска.

Ольга Балабанова

Казалось бы, в нынешней ситуации, когда не работают школы, закрыты детские сады и лагеря, можно сделать вывод, что из-за пандемии и происходит всплеск детского травматизма. На самом деле никакого всплеска нет, а число травмированных на прежнем уровне