

COVID-19

# Фейковая терапия

Не занимайтесь самолечением, иначе ещё больше рискуете подорвать своё здоровье



Из архива «ММ»

**Знакомая прислала мне в Telegram фотографию «протокола терапии у пациентов с подозрением на COVID-19 на амбулаторном этапе». Пожелала не болеть, но если что – воспользоваться рекомендациями. В ответ отправила ей: «Спасибо! Только это липовый протокол. Кто его придумал, неизвестно, но поверили очень многие и даже практикующие врачи. Фейк разоблачили ещё в июне, однако люди, похоже, до сих пор собираются следовать протоколу – «если что».**

О том, что протокол ненастоящий, сообщала «Инфодемия» – совместный проект фактчекинговых редакций Factcheck.kz, «Новый репортёр» и «три. точки. Знай, что смотришь». Издания решили противостоять дезинформации о вирусе и собрали на одном ресурсе все фейки о COVID-19. Загляните по ссылке [infodemiya.tilda.ws](http://infodemiya.tilda.ws) и узнаете, что на самом деле честная вода и барсучий жир не спасают от коронавируса, маски не вызывают отравление детей, а учёные не создавали вакцину, взяв за основу кровь Нурсултана Назарбаева. Это лишь несколько примеров «дезья».

«Протокол» представляет собой страницу формата А4. В нём указаны препараты и биологически

активные добавки, которые надо принимать после заболевания с первого по четвёртый и с пятого по двенадцатый день. БАДы, в принципе, безобидны, зато указан азитромицин, и его «прописали» с первого же дня. «Инфодемия» предостерегает: использование этого препарата Минздрав РФ рассматривает только при среднетяжёлых и тяжёлых формах болезни, так как имеются серьёзные побочные эффекты.

Копии «протоколов» (с разным содержанием способов лечения) обнаружили не только в социальных сетях и мессенджерах, но и во врачебном чате одной из московских больниц, а также в студенческом чате Российского национального исследовательского медицинского университета имени Н. И. Пирогова. Студент-пятикурсник лечебного факультета, получив «протокол», переслал его практикующему врачу, а тот – авторам «Инфодемии»:

– Связались со студентом и выяснили, что он с однокурсниками давно обсудил бредовость «протокола», а переслал его «просто чтобы поржать». Боимся представить, как широко этот «протокол» распространился в итоге среди студентов медвузов и врачей и как далеко за пределы профессионального сообщества.

Моей коллеге по «ММ» тоже прислали этот «источник знаний, как победить корону». Когда говорили с ней о протоколе, она заметила, что кроме него по соцсетям вообще гуляет множество различных советов. А недавно встретил своего 79-летнего знакомого, который рассказал, что его госпитализировали в начале осени. Пролёжал в больнице с подтверждённым коронавирусом три недели, причём четыре дня провёл на ИВЛ. Двусто-

роннее поражение лёгких. Видел много трагичного, и всё-таки, когда выписался, перестал пользоваться социальными сетями:

– Люди такое пишут, что снова не по себе становится. Ужас! Чего в комментариях только не встретишь...

И вот на днях в одной из популярных магнитогорских групп в «ВКонтакте» подписчица опубликовала сообщение, что её 80-летнему отцу шестой день плохо, температура 39,4, а врача вызывали три дня назад, но он так и не пришёл. В комментарии к сообщению другая подписчица группы прикрепила тот самый «протокол». Интересно, что в документе указана ссылка на сайт Министерства здравоохранения. Однако «советчица по спасению жизни», видимо, не удосужилась проверить первоисточник.

Разоблачая «протокол», сравнивая его с официальными методиками Минздрава, которые размещены в свободном доступе на сайте ведомства, «Инфодемия» предупреждает, что министерские рекомендации предназначены для врачей. Пациентам не стоит заниматься самолечением.

Стоит отметить, что в Челябинской области действует масочный режим, который жители Южного Урала плохо соблюдают. Кроме того, люди почти не пользуются антисептиками для обработки рук, а если и пользуются, то неправильно. ВОЗ рекомендует, если нет возможности помыть руки с мылом, дезинфицировать ладони и кисти в течение 30 секунд. Игнорирование простых рекомендаций ведёт к распространению инфекции и, как следствие, увеличению нагрузки на систему здравоохранения.

✍ Максим Юлин

Пофилактика

## «Медицинская маска спасла мне жизнь!»

**Коронавирус не сдаёт позиций. И сейчас, пока вакцина от COVID-19 не вошла в широкий оборот, одним из основных средств сдерживания вируса служат маски и респираторы, говорят эпидемиологи. Но, судя по количеству людей с неприкрытым носом и ртом даже в самых людных местах, до многих эта мысль всё никак не дойдёт.**

«Комсомольская правда» собрала убедительные аргументы от светил науки и медицины: почему эксперты носят маски сами и так настойчиво советуют это делать сегодня всем?

**Главный кардиолог Минздрава России, руководитель Национального медицинского исследовательского центра кардиологии, академик РАН, доктор медицинских наук, заслуженный врач РФ Сергей Бойцов:**

– Одна из главных ошибок, которую совершают сейчас люди, – отказ от ношения защитных масок при контактах. Запомните: когда оба участника инфекционного процесса – и тот, кто заражен, но ещё не знает об этом, и тот, кто не заражён, носят маски, то именно так мы останавливаем распространение инфекции.

**Вирусолог, директор Института медицинской паразитологии, тропических и трансмиссивных заболеваний имени Е. И. Марциновского Сеченовского университета, доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН Александр Лукашев:**

– Если на улице вы оказываетесь среди людей на расстоянии меньше

полтора метров, то риск заражения без маски может быть достаточно высоким. Если же вы в одиночку прогуливаетесь в лесу или парке и поблизости никого, то маска не актуальна. Но поскольку по дороге в парк всё равно придётся пройти и подъезд, и, например, пешеходный переход, забывать про маски не стоит.

**Заместитель директора НИИ эпидемиологии и микробиологии имени Пастера Роспотребнадзора вирусолог Александр Семенов:**

– Если человек чувствует недомогание, то должен понимать, что может заразить кого-то. Ношение маски в такой ситуации – это элементарная вежливость, социальная ответственность и уважение к окружающим. Если человек сам боится заразиться, тоже целесообразно надеть маску. Только другого типа. Масок много, и у них разные защитные свойства.

**Главный инфекционист Минздрава, профессор Сеченовского университета Владимир Чуланов:**

– Ношение масок в нынешних условиях (до появления эффективной и общедоступной вакцины. – **Ред.**) – основное средство защиты от коронавирусной инфекции.

**Известный детский врач, глава Национальной медицинской палаты Леонид Рошаль:**

– Я сторонник жёсткого масочного режима. И глубоко убеждён: вот эта простая маска спасла мне жизнь. Я нахожусь в группе очень высокого риска, в числе людей «далеко за семьдесят» (доктору Рошалу 87 лет – **Прим. ред.**). Нет лучшего средства,



чем маска, чтобы минимальными усилиями снизить заболеваемость и дать возможность системе здравоохранения подготовиться к успешной борьбе с ковидом.

**Вирус «путешествует» на каплях**

Антимасочники часто смеются: мол, для микроскопического коронавируса маска или респиратор – всё равно что рыболовная сеть для комаров. Эксперты развенчивают это заблуждение. Дело в том, что коронавирус в отличие от комара не имеет крылышек и не летает сам по себе. Он переносится вместе с каплями слюны и слизи из носа и рта инфицированных людей. И вот эти капельки маски и уж тем более респираторы вполне успешно задерживают. Да, не на 100 процентов, но чем меньшая доза вируса попадёт к вам в дыхательные пути, тем меньше будет инфекционная нагрузка. А значит, выше шансы, что организм

успешно справится с возбудителем ковида.

Если говорить о конкретных научных доказательствах, то одну из самых масштабных работ опубликовали учёные из Финляндии. Метаанализ пяти исследований показал: маски защищают как самого владельца, так и окружающих. В свою очередь, исследование учёных из США продемонстрировало, что в районах с массовым ношением масок почти у 80 процентов пациентов COVID-19 протекал бессимптомно. В то время как там, где масочный режим игнорировали, без симптомов ковид обошёл у 40 процентов граждан. Да и в целом применение средств защиты снижало количество тяжёлых и летальных случаев. Исследователи даже выдвинули гипотезу, что проникновение отнюдь не небольших «доз» коронавируса через маски позволяет натренировать иммунитет и действует наподобие вакцинации.

При этом врачи предупреждают: вместо средства защиты маска или

респиратор могут превратиться в опасный предмет. Так случится, если неправильно использовать изделие.

**Самые частые ошибки такие:**

1. Владелец носит маску или респиратор, игнорируя их срок службы. Напомним, одноразовую медицинскую или гигиеническую маску (внешне похожа на медицинскую, но нет соответствующего сертификата) можно носить не более двух часов. Сроки ношения разных типов респираторов указываются в инструкции.

2. Человек снимает маску, прикасаясь к её поверхности, которая потенциально инфицирована коронавирусом. Затем, не дезинфицируя руки, касается ими глаз, носа, рта и заносит туда инфекцию. Либо кладёт маску в пакетик, через время достаёт, опять берётся рукой за наружную поверхность. И снова, не помыв руки, дотрагивается до глаз и других частей лица, надевая маску.