

Covid-19 – последние новости: реальность, тестирование и будущее

14 мая 2020 год

Реальность

Covid-19 активно распространяется по всей Америке. В отсутствие лечения и вакцины от инфекции, единственное, что может помочь нам контролировать пандемию — это соблюдение санитарных мероприятий, таких как гигиена, социальная дистанция и использование маски. «Карантин» был впервые введен во времена прошлых пандемий — Великой чумы в 18 веке, пандемии гриппа в 1918-19 годах и уже тогда главный вопрос звучал так: «Как долго продлится этот карантин?» Сегодняшний ответ ясен: 4 — 6 недель самоизоляции недостаточен для подавления инфекции. Необходимо приблизительно 12 недель для того, чтобы остановить распространение вируса среди населения и найти способы ее ликвидации.

Сложности в отслеживании контактов

Недавно произошедший случай в Южной Корее показал какие проблемы могут появиться в случае соблюдения короткого периода самоизоляции и социальной дистанции. 1 мая 29-летний мужчина посетил несколько ночных клубов в Сеуле и 7 мая проведенный тест выявил положительный результат на инфекцию Covid-19. В период с 24 апреля по 6 мая в клубах и вблизи них находилось более 10.000 человек — большое испытание для отслеживания контактов! Представители власти сразу выяснили, что два человека у которых был выявлен вирус 2 мая — были источниками распространения вируса. Власти начали предлагать анонимное тестирование более двум тысячам посетителей ночного клуба, так как они неохотно соглашались на тесты. Есть надежда, что с помощью активного тестирования и отслеживания контактов можно будет сдержать новые вспышки вируса. Это серьезное испытание. Если до появления новой вспышки вируса число вновь инфицированных не равна нулю или очень мала, то вероятность сдержать эту вспышку очень мала.

Как один инфицированный Covid-19 может стать причиной вспышки инфекции.

Эта диаграмма показывает, как один инфицированный человек, посетив такие общественные места как: вечеринки, свадьбы, ночные клубы или личные деловые встречи может создать множество новых очагов инфекции. Исследования показывают, что большинство новых очагов инфекций появляются в семье. В среднем заражается от 3 до 5 человек. Инфицированный приносит вирус домой и может заразить членов семьи, когда они очень уязвимы. Второй, наиболее часто встречающийся источник распространения инфекции — это общественный транспорт, метро и автобусы. В них чрезвычайно сложно отслеживать контакты.

Тестирование

Тестирование на наличие самой инфекции Covid-19, а не антител, имеет важное значение для выявления и отслеживания вируса Covid-19 в обществе. В Соединенных Штатах все еще не появился соответствующий тест, который бы помог понять, где появляются новые очаги инфекции или отследить любой новый

случай. Наши тесты стандартизированы не самым лучшим способом. Неудачный пример из Белого дома, где, согласно докладу этой недели, экспресс тест “Abbott” в 48% дает ложные отрицательные показатели вируса. Это похоже на подбрасывание монеты. Новое домашнее тестирование может оказаться удобным, точным и достаточно быстрым для того, чтобы получить достоверную информацию.

Тестирование антител еще более ненадежен и не рекомендуется для индивидуального использования. Тем не менее, анализ антител важен для оценки распространения вируса среди населения и выявления излечившихся, у которых имеется высокий уровень антител и их антитела могут помочь тяжело больным пациентам Covid-19. Несмотря на то, что результаты лечения плазмой крови обнадеживают, неизвестно в какой степени антитела указывают на истинный иммунитет и помогают другим. Клинические испытания продвигаются вперед.

Статус Covid-19 и тестирование на антитела показывают, что возвращение в общество является опасным как для пациентов с меланомой так и для любого человека, выходящего из самоизоляции. Каждый должен принять тот факт, что любой человек в окружении может оказаться бессимптомным носителем вируса Covid-19.

Клиники по борьбе с меланомой требуют показать отрицательные результаты теста на Covid-19, перед тем как разрешить пациентам пройти внутрь помещения. Этот способ контроля скорее всего будет также использоваться и на предприятиях. Гигиена, социальная дистанция и ношение маски будут основными рекомендациями для безопасности. Следует отметить, что гигиена рук, социальная дистанция и ношение масок помогли эффективно ограничить распространение инфекции в больницах, и несомненно эти меры предосторожности будут эффективны и в других местах.

Таким образом, создавая образ жизни основанный на предосторожности против инфекции может оказаться чрезвычайно важным и очень эффективным для будущего. Подобный образ жизни знаком пациентам с меланомой.

Будущее: трудности и развлечения

Цель — устранение Covid-19 из общества. Если не устранить вирус из общества, то каждый, включая уязвимых, находится под риском заражения. Как это может повлиять на будущую активную деятельность? Если мы хотим сохранить наше здравомыслие, важно определить где можно будет развлечься, поскольку с открытием общественных мест и работы возникнет много трудностей.

Я начну обсуждать трудности, но если хотите, вы можете пропустить это и перейти на развлечения.

Проблемные вопросы

1. Личные контакты или встречи: Будут затруднительными в зависимости от количества людей в группе и продолжительности встречи, где может присутствовать инфицированный Covid-19. Любой кашель или чих может оказаться чрезвычайно рискованным. Единственный способ оставаться в безопасности — это соблюдать гигиену, дистанцию и ношение маски.

Эти меры предосторожности также будут использоваться при открытии клиники по борьбе с меланомой. В идеале, клиники должны быть организованы таким образом, чтобы никто из пациентов не находился в зале ожидания — пациент попав в клинику должен сразу пройти в продезинфицированную консультационную комнату. Консультации будут проводиться по записи, чтобы предотвратить контакты с другими пациентами и персоналом. Скорее всего потребуется назначать прием по вечерам и выходным, чтобы принять всех пациентов. Комнаты будут хорошо проветриваться, а консультация будет короткой, чтобы пациент не находился в закрытом помещении длительное время. Более длительные консультации можно будет проводить на открытом воздухе.

На что следует уделять особое внимание при оценке безопасности помещения:

Вентиляция: В помещении должна быть хорошая циркуляция воздуха.

Малое количество: Малое количество людей, чтобы минимизировать потенциальное воздействие вируса Covid-19.

Ограничение контакта с неизвестными людьми: Любой контакт продолжительностью более 15 минут может оказаться рискованным.

Социальная дистанция: Особенно важна во время общения, пения или крика, так как распространение вируса происходит воздушно — капельным путем.

2. Путешествие будет оставаться проблематичной в течении некоторого времени, особенно в длительных поездках на поезде, автобусе или самолете. Даже при наличии многих инновационных средств защиты, таких как пластиковые щитки и тщательная дезинфекция, остается возможность заражения. Таким образом, наиболее безопасным способом путешествия является путешествие на собственном транспорте или на транспорте близкого друга или подруги.

3. Групповые праздники и события: Их следует избегать насколько это представляется возможным. Такие мероприятия, как вечеринки, свадьбы и занятия по хору являются основным источником распространения инфекции.

4. Рестораны: Крытые помещения в ресторанах могут создать проблему. Они уже являлись источниками вспышки инфекции Covid-19. Даже с инновационными изменениями, такими как малое заполнение ресторана людьми, щитки из плексигласа и одноразовая посуда проблемы останутся. Нахождение на террасе ресторана предпочтительнее, когда это возможно.

5. Спорт: К сожалению, занятие спортом в крытых помещениях будет невозможным на данный момент. Могут появиться креативные решения для этой проблемы.

Безопасное развлечение

1. Открытое пространство: Результаты нескольких исследований показали, что число инфицированных на свежем воздухе составляет 0,3%. Таким образом, прогулка, бег или другая активная деятельность на открытом воздухе может быть безопасной и полезной.

2. Театр и искусство: По соображениям безопасности многие из этих мероприятий будет сложно вновь открыть. Однако предлагается много инновационных решений. К сожалению, в этом году концертный сезон Hollywood Bowl в Лос Анджелесе был отменен. Во многих местах появились импровизированные концерты небольших групп, пианистов и певцов. Дальнейшие шаги по пути вперед будут заключаться в инновациях и силы воли в поисках постоянного взаимодействия с художественным сообществом. Вновь открываются автокинотеатры, а художники в Нью-Йорке недавно организовали арт-шоу на автомобилях.

3. Спорт: Этот вид развлечения находится в списке проблемных, так как существует много способов заняться спортом на открытом воздухе, а не просто находиться в залах. С помощью спорта на открытом воздухе можно с безопасностью выполнять необходимые физические упражнения. Существует такие виды спорта как гольф, парусный спорт, скалолазание и многие другие. Однако, если в данном спорте участвует не один человек, следует проводить тесты на вирус Covid-19 и рассматривать самый безопасный способ поездки в места для спорта.

4. Оптимизм перед лицом кризиса: Существует много мест, где можно найти удовлетворение, что несомненно повлечет за собой творческое решение любой проблемы связанной с безопасностью. Мы можем преодолеть этот кризис вместе. Нам необходима сила для поддержания нашего оптимизма и психологического здоровья. На данный момент есть определенные проблемы и в ближайшие месяцы они никуда не денутся. Необходимы дружные усилия по поиску того, что может удержать нас в здравом уме, будь то креативные способы безопасно сходить поужинать, прогуляться по пляжу, поехать в автокинотеатр или встретиться с несколькими друзьями, которые соблюдали режим самоизоляции на протяжении многих недель.

История показывает, что мы действительно способны справиться с кризисами. После пандемии гриппа 1918-1919 годов наступили «Ревущие двадцатые», удивительный и продуктивный период.

Мои итоги этой недели: Разработайте свои стратегии по соблюдению мер безопасности от инфекции и параллельно активно поддерживайте свое психологическое состояние. Мы изобретательны и несомненно способны преодолеть это вместе.