**Что такое коронавирусы?**

Коронавирусы — это семейство вирусов, которые преимущественно поражают животных, но в некоторых случаях могут передаваться человеку. Обычно заболевания, вызванные коронавирусами, протекают в лёгкой форме, не вызывая тяжёлой симптоматики.

Однако, бывают и тяжёлые формы, такие как ближневосточный респираторный синдром (Mers) и тяжёлый острый респираторный синдром (Sars).

**Каковы симптомы заболевания, вызванного новым коронавирусом?**

* Чувство усталости
* Затруднённое дыхание
* Высокая температура
* Кашель и / или боль в горле

Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте о следующем:

1. Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?
2. Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?
3. Если ответ на эти вопросы положителен - к симптомам следует отнестись максимально внимательно.

**Как передаётся коронавирус?**

Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает.

Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

**Как защитить себя от заражения?**

1. Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, — это поддерживать чистоту рук и поверхностей.
2. Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
3. Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно свершаются нами в среднем 15 раз в час).
4. Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.
5. Всегда мойте руки перед едой.
6. Будьте особенно осторожны, когда находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта. Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.
7. Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
8. Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.
9. Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.
10. На работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

## Что нужно знать учителям и родителям о коронавирусе

##### Симптомы, меры предосторожности, прогнозы.

* [Татьяна Волошко](https://vogazeta.ru/articles/writers/177)
* /
* 29 января 2020
* 4000

Фото: kubrick.htvapps.com

В СМИ появилась [информация о том](https://pharmvestnik.ru/content/news/Kitaiskii-koronovirus-mojet-dobratsya-do-Rossii-k-seredine-fevralya.html?utm_source=yxnews&utm_medium=desktop&utm_referrer=https%3A%2F%2Fyandex.ru%2Fnews), что новый коронавирус может прийти в Россию уже в середине февраля 2020 года. Подробно об этом рассказал в своём докладе профессор, замглавы подведомственного Минздраву Национального медицинского исследовательского центра фтизиопульмонологии и инфекционных заболеваний Владимир Чуланов. А 29 января Владимир Путин [проведёт](https://vogazeta.ru/articles/2020/1/29/health/11343-vladimir_putin_provedyot_soveschanie_po_preduprezhdeniyu_koronavirusa) целое совещание по профилатике коронавируса.

По последним данным, всего в мире инфицировано почти 6 тысяч человек. 132 случая закончились летальным исходом.

### Как распознать

NCoV – новый вид вируса гриппа типа А, относящийся ко II группе патогенности. Однако есть некоторые отличительные симптомы. Самый опасный – прогрессирующая одышка.

**1. Внезапность.** **Это главное отличие от ОРВИ, при котором заболевание развивается постепенно.** Еще 5 минут назад человек нормально себя чувствовал, вдруг у него высокая температура.

**2. Температура выше 38°.** Повышение температуры тела может быть в пределах 38–39,5 °С. Такие показатели говорят о вирусе гриппа в организме. При обычном ОРВИ температура, как правило, до 38°С.

**3. Сухой и навязчивый кашель.** Зафиксирован в 80% всех больных. Он может быть несильный, но утомительный. Человек никак не может откашляться. Во время ОРВИ кашель или влажный, или его нет вообще. Иногда он появляется на 2–3-й день болезни.

**4. Одышка, боль в груди, тахикардия.** На начальных этапах заболевания этих симптомов нет вообще.

Если же появилась быстропрогрессирующая одышка, это указывает на развитие вирусной пневмонии. Именно от нее и гибнут люди, зараженные коронавирусом 2019 nCoV.

**5. Слабость, утомляемость, усталость.** При ОРВИ эти симптомы тоже есть, но не такие сильные, как у больных гриппом с вирусом типа 2019 nCoV. Слабость настолько сильная, что человек не может поднять руку и сделать шаг.

Анализ крови может показать также снижение уровня лимфоцитов и повышение активности АЛТ и АСТ.

### Как не заразиться

* Не посещать территории с зарегистрированными случаями заболевания коронавирусом. 2019-nCoV может передаваться воздушно-капельным путем при тесном контакте с больным.
* В случае поездок (а лучше не надо) на эндемичные территории не посещать: места массового скопления; рынки, где продаются животные и морепродукты; зоопарки; культурно-массовые мероприятия с привлечением животных. Избегать контакта с людьми с симптомами заболевания (кашель или лихорадка), использовать защитные маски, как можно чаще мыть руки.

При первых признаках заболевания следует обращаться за профессиональной медицинской помощью. Самолечение недопустимо!

Важно, что у коронавируса очень длительный инкубационный период – 14 дней, и он распространяется в геометрической прогрессии.

По предварительной оценке группы эпидемиологов из Университета Ланкастера, Университета Флориды и Центра вирусологии Глазго, один заболевший в среднем инфицирует 3,8 человека.

### Прогноз для России

Риск появления вируса на территории России оценивается как высокий, **однако угроза его распространения оценивается экспертами как низкая.** Вовремя усилен санитарно-карантинный контроль на границах, разработан набор реагентов для выявления вируса методом полимеразной цепной реакции (ПЦР), а сейчас разрабатывают вакцину против нового коронавируса. Руководители российских школ также держат ситуацию под контролем, а в Москве уже создан Оперативный штаб, координирующий действия всех служб.

К середине февраля планируется создание быстрого теста на основе изотермической амплификации для выявления 2019-nCoV. Разработкой займется Центр стратегического планирования Минздрава России.

Продолжительность диагностики составляет 2–4 часа, набор реагентов для выявления РНК вируса методом ПЦР разработал ФБУН «Государственный научный центр вирусологии и биотехнологии “Вектор”».

Диагностика включает в себя мазок из глотки, при наличии – мокрота или аспират из дыхательных путей.