



Фото Татьяны ПОЖИДАЕВОЙ

### СОВЕТЫ ВЫЕЗЖАЮЩИМ В ЮЖНЫЕ СТРАНЫ

- 1** Минздрав РФ рекомендует воздержаться от поездок в страны Ближнего Востока с высоким риском заражения вирусом MERS без особой необходимости. Наибольшей опасности в этих странах подвергаются люди, посещающие фермы, рынки, другие места, где находятся домашний скот, верблюды, летучие мыши.
- 2** Перед поездкой выясните эпидобстановку в стране (если покупаете путевку, турфирма обязана проинформировать об этом). Для посещения ряда стран рекомендована прививка от желтой лихорадки (а в некоторых странах она обязательна). Против малярии профилактических прививок нет, но разработана схема профилактики с помощью специальных препаратов, которые нужно принимать до поездки, во время поездки и некоторое время после возвращения домой. Кстати, в Санкт-Петербурге периодические регистрируются завозные случаи малярии — как раз из южных стран. Все разъяснения о необходимости прививок для поездок в экзотические страны можно получить в Управлении Роспотребнадзора по Санкт-Петербургу.
- 3** Рекомендуются сделать прививку от гепатита А (который, к слову, бродит и по Петербургу, и по Черноморскому побережью).
- 4** Аэропорты и самолеты (при длительных перелетах) могут быть местами повышенной концентрации различных инфекций. Рекомендуется ношение масок (через каждые 2 — 3, максимум 4 часа маску нужно менять).
- 5** Не употреблять в пищу сырые или недостаточно проваренные продукты животного происхождения, особенно молоко и мясо.

- 6** Пить только бутилированную воду (а по возможности и чистить ею зубы). Лучше не пить разбавленные соки и воду из кулеров (поскольку неизвестно, что это за вода). Пейте пакетированные соки, чай, кофе.
- 7** Овощи и фрукты желательно употреблять после термообработки или же те, которые можно очистить.
- 8** Не общайтесь с людьми, которые выглядят больными, жалуются на недомогание. Вы не знаете, чем именно они больны.
- 9** Чаше мойте руки! При невозможности мытья пользуйтесь дезинфицирующими средствами, влажными салфетками (желательно на спиртовой основе). Не прикасайтесь немытыми руками не только к еде, но и к глазам, носу, рту. Помните, что во многих случаях заражения ОРВИ и гриппом виноваты именно грязные руки.
- 10** Возьмите в поездку желудочно-кишечные лекарства (например, имодиум, энтерол, смекту), антисептические (йод, хлоргексидин), противовоспалительные, противоаллергические, противовирусные средства (например, арбидол). Для профилактики и лечения MERS ВОЗ рекомендует рибавирин.
- 11** После возвращения из стран, в которых регистрируются вспышки MERS, рекомендуется обратиться за медицинской помощью. И по возвращении из любой южной страны нужно в течение трех недель особенно внимательно следить за здоровьем и при недомогании (даже если температура и небольшая) обращаться за медицинской помощью.

## МАЛЫШКЕ СОНЕ НУЖНА НАША ПОМОЩЬ

СОНЕЧКЕ Драповой, страдающей острым врожденным лимфобластным лейкозом, всего 4 месяца. Сонечка приехала в Петербург из Омска. Приехала на лечение в НИИ детской онкологии, гематологии и трансплантологии им. Р. М. Горбачевой — дома малышке помочь не смогли. Эта история началась так. Сонечка появилась на свет 19 января 2015 года, при рождении весила 2,8 кг, рост — 48 см. Поначалу и маме, и медикам казалось, что с ребенком все в порядке. Но через несколько дней состояние новорожденной стало беспокоить врачей: Сонечка стала очень бледной, животик ненормально вздулся, вокруг пупка образовалось большое кровоизлияние, поднялась температура. Ребенок плакал почти безостановочно. Девочку забрали в реанимацию, вызвали хирурга из областной детской больницы. Сонечку решили перевести туда. Врачи предполагали, что все дело в сепсисе, который занесли в роддоме. Пупок у девочки гноился, ее решили прооперировать. Шесть дней Соня провела в реанимации, ее лечили антибиотиками, но с воспалением справиться не удалось. Тогда врачи стали подозревать заболевание крови, сказали родителям, что необходимо сделать пункцию.



Самые худшие подозрения подтвердились — у Сонечки диагностировали острый врожденный лимфобластный лейкоз. Малышке начали проводить химиотерапию. Маму и папу сразу предупредили, что с таким диагнозом нужна пересадка костного мозга. Заведующая отделением омской больницы связалась со специалистами НИИ им. Р. М. Горбачевой в Петербурге. Срочно начали искать донора, но, к сожалению, ни в одной из баз — ни в российских, ни в зарубежных — совместимого не нашлось. Решили, что донором будет папа. Пересадка прошла благополучно 21 мая, сейчас Сонечка восстанавливается. Самостоятельно малышка есть не может, ей требуются дорогостоящие препараты для внутривенного питания «Аминовен» и «Интралипид» на сумму около 95 000 рублей. Кроме того, иммунитет девочки очень снижен, для защиты от опаснейшего грибкового сепсиса нужен препарат «Амфолип»: 7 флаконов общей стоимостью 114 345 рублей. Квотой на лечение эти препараты не покрываются, молодым родителям — маме Сонечки 19 лет, папе — 24 — их тоже не купить.

### Вы можете выбрать тот вид помощи, который вам удобен

- 1.** Зайдите в любое отделение филиала «Петровский» ОАО «Банк «Открытие», возьмите специальную квитанцию фонда «АдВита» и впишите в нее сумму пожертвования. Адрес ближайшего к вам отделения можно узнать по телефону 8 (812) 33-727-33.
- 2.** Внесите пожертвование через терминалы «Уникасса», расположенные на станциях метрополитена, нажав последовательно: «Оплата кредитов и другие сервисы» — «Далее» — «Благотворительные фонды» — «Фонд «АдВита».
- 3.** Внесите пожертвование через терминалы QIWI, нажав последовательно: «Оплата услуг» — «Другие услуги» — «Фонды помощи» — «Фонд «АдВита».
- 4.** Сделайте пожертвование с банковских карт «Visa» или «MasterCard», зайдя на сайт фонда [http://www.advita.ru/donation\\_dengionline.php](http://www.advita.ru/donation_dengionline.php).

**СПАСИБО ВСЕМ, КТО ПОМОГАЕТ ДЕТЯМ ЖИТЬ!**

### СПРАВКА «ВП»

**КОРОНАВИРУС ЧЕЛОВЕКА MERS-COV (БЛИЖНЕВОСТОЧНЫЙ РЕСПИРАТОРНЫЙ СИНДРОМ)** впервые был зарегистрирован в странах Ближнего Востока в 2012 году. Природным резервуаром этого вируса, как показали результаты молекулярно-генетического изучения, являются летучие мыши. Одногорбые верблюды участвуют в прямой и опосредованной передаче вируса людям, хотя точный механизм передачи неизвестен. Вирус может передаваться от человека к человеку контактным путем (например, через полотенце, носовой платок, дверные ручки), через еду. Воздушно-капельный механизм передачи инфекции пока не доказан.

К весне 2015 года возбудитель был зарегистрирован в странах Ближнего Востока и завезен более чем в 15 стран мира. Большинство случаев фиксировалось в Саудовской Аравии и Объединенных Арабских Эмиратах, зарегистрированы также случаи заболевания в Европе, США и Азии и лиц, прибывших с Ближнего Востока или контактировавших с ними граждан. В конце мая 2015 года вирус был завезен в Южную Корею (по данным ВОЗ, его завез 68-летний путешественник). Количество зараженных медицинских работников, соседей по палате и отделению больницы, а также родственников и друзей пациентов увеличилось до 160 человек (из них более 20 летальных случаев).

В целом начиная с 2012 года в мире зарегистрировано более 1300 лабораторно подтвержденных случаев заболевания среди людей. Летальный исход зафиксирован в 35% случаев. На исход заболевания прежде всего влияет своевременность обращения и вовремя начатое адекватное лечение.

Инкубационный период болезни длится в среднем от 7 до 14 дней. Клинические проявления варьируются от бессимптомного течения или умеренных проявлений до острого респираторного синдрома, проявляющегося лихорадкой, кашлем, одышкой. Возможно поражение желудочно-кишечного тракта (диарея, тошнота, рвота). В тяжелых случаях регистрируются пневмония, полиорганная недостаточность, в том числе почечная. Особенно тяжело недуг протекает у граждан с сопутствующими заболеваниями — сахарным диабетом, хроническими болезнями легких, онконедугами, с ослабленной иммунной системой, а также у пожилых.

### МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

#### С 24 по 30 июня

**ОВЕН.** Повышается нервозность, но на состояние здоровья период существенного влияния не окажет. Увеличивается потребность в свежем воздухе; поэтому очень полезными будут дыхательная гимнастика и длительные прогулки.

**ТЕЛЕЦ.** Физическое перенапряжение и бурные эмоциональные проявления могут привести к физическому и эмоциональному истощению. Особенно осторожными должны быть люди со слабым сердцем и расстройствами мозгового кровообращения.

**БЛИЗНЕЦЫ.** Постарайтесь получить максимум удовольствия от жизни, но избегайте передания, а также больших трат. Хороший период для начала курса лечения, особенно почечных заболеваний, а также для любых оздоровительных мероприятий и поездок.

**РАК.** Хотя существенного нарушения здоровья не наблюдается, вы ощутите уменьшение своей внешней привлекательности, что скажется на настроении. Поберегите горло: увеличивается вероятность ангина. Так что ледяные напитки и мороженое — сейчас не для вас.

**ЛЕВ.** Не самый лучший период для сложных косметических процедур. А неустойчивый эмоциональный статус может привести к головным болям, бессоннице, состоянию подавленности. Постарайтесь направить свои мысли на позитив. Звезды говорят: жизнь полна ярких красок!

**ДЕВА.** Период считается благоприятным для проведения различных мероприятий, направленных на профилактику и лечение новообразований, заболеваний щитовидной железы и почек.

**ВЕСЫ.** Хронически больных следует ограждать от чрезмерных переживаний, нужно не только исключить все факторы беспокойства, но и внимательно прислушиваться к их жалобам, так как новые болезни и осложнения старых склонны проявляться именно в эти дни.

**СКОРПИОН.** Период, возможно, незначительных, но качественных изменений в состоянии здоровья. Может действовать как позитивно, так и разрушающе. Обычно даже тяжелобольные люди ощущают в такие дни прилив энергии и жизненных сил.

**СТРЕЛЕЦ.** Возрастают жизненная сила, сопротивляемость различным заболеваниям. Это сопровождается подъемом духа, ощущением бодрости и физической силы. Но перенапрягаться не стоит: ваш организм остро нуждается в передышке.

**КОЗЕРОГ.** Период подходит и для начала лечения, и для оздоровительной поездки. Вы ощутите прилив жизненных сил и энергии. Хорошее время для того, чтобы наконец-то заняться своими зубами и деснами.

**ВОДОЛЕЙ.** На состояние здоровья этот период существенного влияния не окажет, но дыхательная гимнастика, прогулки и оздоровительные поездки будут весьма полезны. Звезды настоятельно советуют: если вы все откладывали проведение оздоровительных процедур, то дальше тянуть не стоит.

**РЫБЫ.** Вы склонны более серьезно относиться к вопросам здоровья, рационального питания, режима труда и отдыха, что, конечно, пойдет на пользу. Главное — чтоб этот почин не закончился уже через несколько дней.

Подготовил Виктор ЕРМАКОВ