

Знайомтеся — «король» респіраторних вірусів COVID-19

30 січня 2020 року Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) оголосила міжнародну надзвичайну ситуацію у сфері охорони здоров'я через атаку нового штаму коронавірусу. Відтак країни, в аеропортах яких приймають рейси із Китаю, запровадили температурний скринінг пасажирів, посилили команди швидкого реагування й лікарів-епідеміологів, забезпечили чергування бригад екстреної (швидкої) медичної допомоги. Чи є в українців підстави панікувати? Розкажемо, але спочатку з'ясуємо якомога більше про це захворювання.

Хто він

Поняття «коронавірус» не конкретизує новий вид, а об'єднує групу хоч і споріднених, але різних вірусів. Вони мають високу частоту мутацій і швидко змінюються. Ними можуть інфікуватися як тварини, так і люди.

Разом із новим штамом, що наразі активно поширюється в Китаї та інших країнах, уже налічують 40 коронавірусів. Сім із них спричиняють захворювання в людини — від гострої респіраторної вірусної інфекції (ГРВІ) до тяжких станів. Зокрема, MERS-CoV спричиняє близькосхідний респіраторний синдром, а SARS-CoV — тяжкий гострий респіраторний синдром.

Штам коронавірусу, що спричинив спалах епідемії, — новий. Раніше його не виявляли в людей. Перші інфікувалися в грудні 2019 року.

Після виступу 11 лютого 2020 року Генерального директора ВООЗ на пресбрифінгу щодо коронавірусів новий штам отримав назву **COVID-19**.

Звідки взявся

Хоч про новий штам коронавірусу заговорили в 2020-му, та перших інфікованих зареєстрували в останній день 2019-го. Саме тому в його назві фігурує цифра 19.

Лікарі-епідеміологи припускають, що вперше люди інфікувалися ним від тварин. Відбулося це, коли вони відвідували оптовий базар морепродуктів її екзотичних тварин **Хайнань**, що в м. Ухань, провінція Хубей, Китай.



Оскільки туші тварин розчленовують одразу в місцях продажу, тамтешні продуктові базари називають мокрими.

Коронавірус полюбляє холодну погоду, точніше — зачинені кватирки й невентильовані приміщення. Тож, що тепліше буде за вікном, то менше вірус поширюватиметься

Євген Комаровський

Перший спалах захворювання лікарі зареєстрували як вірусну пневмонію. Про новий штам коронавірусу COVID-19 (далі — коронавірус) світ дізнався лише за тиждень. Оскільки джерелом інфікування були дикі тварини, лікарі-епідеміологи рекомендували уникати місць їх скупчення, а також — утримуватися від тісного контакту з працівниками місць торгівлі дикими тваринами. Як виявилося, лише цих рекомендацій було недостатньо — ситуація продовжувала загострюватися.

Як передається

Зазвичай коронавірус передається від інфікованої чи хворої людини здоровій і потрапляє їй на слизові оболонки носа, рота, очей. Відбувається це трьома шляхами.

Контактний шлях передачі коронавірусу переважає над краплинним і повітряним. Людина інфікується через **предмети**, що контаміновані виділеннями з дихальних шляхів хворого, — хустинки, рукавиці; руки; дотики до тварин, м'яса, риби; дверних ручок, поручнів тощо.

Також коронавірус передається під час тісного контакту з його носієм через **слиз, слизну** під час чхання, кашлю чи розмови, коли утворюються краплі діаметром понад 5 мкм. Тісним контактом вважають відстань до 1 м. Це означає, що миття рук, «кашлевий етиケット», обробка поверхонь дезінфекційними засобами, захист очей, маска на обличчі знижують ризик інфікуватися.

Повітряний шлях передачі не характерний для коронавірусів, хоч і можливий за певних умов. Наприклад, під час **процедур з утворенням аерозолю**. До таких належать лише медичні процедури — бронхоскопія, інтубація трахеї, санація трахеобронхіального дерева у хворого, що перебуває на штучній вентиляції легень, тощо. Тому для більшості населення такий шлях не страшний.



До групи підвищеного ризику тяжкого перебігу захворювання належать люди літнього віку чи ті, які мають слабкий імунітет, супутні захворювання, зокрема цукровий діабет, цироз печінки, хворобу Паркінсона, захворювання серцево-судинної системи — гіпертонію тощо.

Які симптоми має

Інфікована людина може мати **помірні чи виражені** перші симптоми захворювання:

- підвищену температуру тіла;
- біль у горлі;
- млявість;
- головний біль;
- задуху;
- раптовий кашель;
- нежить.

Симптоми розвиваються стрімко й варіюються. За тяжкого перебігу вони **можуть прогресувати** до поліорганної недостатності чи зупинки серця. Головний підступ коронавірусу в тому, що симптоми складно відрізняти від проявів грипу чи ГРВІ. А специфічних коронавірус не має.

Як діагностувати та лікувати

Через схожість із грипом і ГРВІ діагностувати коронавірус лише **за симптомами складно**. Тому ВООЗ принарадко рекомендує звертатися в заклади охорони здоров'я за перших проявів ГРВІ, грипу чи пневмонії. А ще — перед візитом спочатку відповісти собі, а потім і лікарю на запитання:

- чи контактували з людиною із симптомами ГРВІ;
- подорожували протягом 14 днів до перших проявів захворювання;
- спілкувалися з людиною, яка нещодавно повернулася з Китаю.

Аби підтвердити чи спростувати діагноз, лікар призначить **лабораторні дослідження**. В Україні вони вже є.



5 лютого 2020 року Центр громадського здоров'я МОЗ України (ЦГЗ) отримав перші тест-системи. Вони складаються з комплекту реагентів, якими проводять дослідження методом

полімеразної ланцюгової реакції. Усі зразки хворих із підозрою на коронавірус направлятимуть до вірусологічної референс-лабораторії ЦГЗ.

Специфічного лікування не існує, тож воно **базується на загальних принципах** — підтримання руху тіла пацієнта і його дихання, поки імунна система не подолає COVID-19. Лікарні тестують уплив противірусних препаратів, аби визначити їхню ефективність проти нового штаму коронавірусу.

Яка ситуація у світі

Найбільша кількість інфікованих коронавірусом і померлих через нього була в Китаї. Однак влада країни шляхом уведення суворого карантину змогла мінімізувати нові випадки інфікування серед громадян.



Аби зменшити контакти між людьми, серед китайців зріс попит на роботів — вони допомагають викидати сміття, розвозять дезінфектори, нагадують людям одягнути маски тощо.

В інших країнах відмічають локальні спалахи, що стрімко поширюються, — тепер лікарі реєструють більше випадків інфікування, ніж нині у Китаї. Наразі чимало інших країн закривають свої кордони, обмежують рух громадського транспорту та пересування громадян між регіонами й вживають інших карантинних заходів. Адже ситуація залишається непередбачуваною.



Карантинні заходи вводять через те, що інфікована людина може поширювати коронавірус навіть протягом безсимптомного (інкубаційного) періоду, — що за офіційною інформацією ВООЗ і МОЗ становить 14 днів. Та за певними профільними виданнями, цей строк можуть збільшити до 24 днів. Поки МОЗ це не підтверджує чи не спростує, орієнтуватися на інформацію підстав немає. Водночас ВООЗ обіцяє, що дані уточнююватимуть з надходженням нових відомостей.

На карантині в порту Японії з українцями серед екіпажу перебував і круїзний лайнер Diamond Princess, де 5 лютого 2020 року виявили спалах коронавірусу. А контейнерне судно з Китаю СМА CGM URAL, що вийшло з порту Шекоу 16

січня 2020 року, 13 лютого прибуло в порт м. Одеси — епідемічна ситуація на ньому благополучна.

На пресбрифінгу щодо COVID-19, що відбувся 16 березня, Генеральний директор ВООЗ зазначив, що у європейських країнах кількість випадків зараження продовжує щодня збільшуватися на тисячі нових випадків. Та порекомендував забезпечити соціальне дистанцювання, розширити тестування, ізоляцію, відстежування контактів хворих¹, — наголосив, що лише так можна перервати ланцюг передачі інфекції. Також ВООЗ рекомендує ізолювати у медичних закладах усіх хворих, навіть із легким перебігом. Та у багатьох країн вже не вистачає медичних потужностей для лікування усіх випадків у спеціалізованих медичних закладах. Тож у цій ситуації Генеральний директор ВООЗ запропонував країнам надавати пріоритет літнім та людям із супутніми захворюваннями. А пацієнтів із легкою формою ізолювати і лікувати вдома.

¹ ВООЗ рекомендує проводити тест на COVID-19 оточенню хворого, тільки якщо у когось із них є симптоми коронавірусу. — Прим. ред.



Японські лікарі повідомили, що виявили ефективні ліки проти легкої форми коронавірусу.

За його словами, поки що масові спалахи захворювання реєстрували у країнах із розвиненою системою здоров'язбереження. Однак і ці країни нині заледве сповільнюють темпи поширення інфекції. Тож він закликав парламенти держав посилити карантинні заходи, аби пандемія масово не поширювалася на населення країн із високим відсотком ВІЛ-інфікованих і дітей, які недобивають.



Згадав він і про світову кампанію «SafeHands Challenge», — коли знаменитості, світові лідери та пересічні громадяни показували, як правильно мити руки. І зазначив, що поки людям треба дотримуватися дистанції між собою, та він сподівається, що єднання і солідарність під час складної ситуації розповсюдяться ширше за вірус.

Чому ми хворіємо на грип узимку?

1. Холодне повітря містить менше водяної пари, яка перетворюється на дощ. Тому хоч холодна погода і здається нам вологішою, повітря насправді сухіше. Таке повітря — ідеальне середовище для вірусу грипу.

2. Проводимо більше часу в приміщенні й рідше провітрюємо його. Це спричиняє застій повітря і збільшує концентрацію вірусу в ньому.
3. Через дефіцит сонячного світла в організмі людини знижується рівень вітаміну D. Саме цей вітамін відповідає за роботу імунної системи людини.
4. У морозну суху погоду слизова оболонка носової порожнини пересушується. Тож вірус швидше проникає в організм людини.