

Ваше здоровье

H1N1 (известный как «свиной грипп») – это новый вирус гриппа, вызывающий заболевание людей. Этот новый вирус был впервые обнаружен у людей в Соединенных Штатах в апреле 2009 года. В других странах, включая Мексику и Канаду, также сообщается о случаях заболевания людей новым вирусом. Этот вирус распространяется от одного человека к другому, вероятно, практически таким же способом, как и обычный сезонный грипп.

Что это за грипп такой?

Главный государственный санитарный врач России Геннадий Онищенко рекомендует воздержаться от поездок в страны, неблагополучные по гриппу H1N1. Главный государственный санитарный врач России Геннадий Онищенко рекомендует воздержаться от поездок в страны, неблагополучные по гриппу H1N1. Это такие страны, как США, Мексика, Канада, Испания, Египет. Изначально этот вирус назывался «свиным гриппом» потому, что во время лабораторных исследований было установлено, что многие возбудители этого нового вируса были очень похожи на вирусы гриппа, которые обычно наблюдаются у свиней в Северной Америке. Однако дальнейшие исследования показали, что выявленный вирус во многом отличается от того, который распространяется среди североамериканских свиней.

комнатах, на кухне и детских игрушек), протирая их с использованием бытовых дезинфицирующих средств согласно инструкциям, указанным на этикетке.

Нет необходимости стирать белье и мыть столовые приборы и посуду, принадлежащие больному, отдельно, но важно помнить, что эти предметы нельзя использовать другим лицам без тщательной предварительной обработки. Белье (например, простыни и полотенца) необходимо стирать, используя обычное мыло для стирки, и высушить в горячей сушилке. Не следует переносить грязное белье «в охапке» к месту стирки, чтобы предотвратить собственное инфицирование. После переноски грязного белья необходимо вымыть руки с мылом или протереть их средством для обработки рук на основе спирта.



Симптомы нового вируса гриппа H1N1 похожи на симптомы сезонного гриппа. Среди них высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенный нос, ломота в теле, головная боль, озноб и чувство усталости. Многие из зараженных больных жаловались также на тошноту и рвоту. Вирусы гриппа H1N1 в основном передаются от человека к человеку во время кашля или чихания заболевших людей. Некоторые могут заболеть, прикоснувшись к предметам, на которых находятся вирусы гриппа, а затем к собственному рту или носу.

Заболеть новым вирусом H1N1, если употреблять в пищу или готовить свинину, нельзя. Вирусы H1N1 не передаются с пищей. Употребление продуктов из свинины, обработанной и приготовленной надлежащим образом, полностью безопасно.

Человек может быть заразен за 1 день до проявления симптомов и через 7 дней после начала заболевания. Дети, в особенности младшего возраста, могут быть потенциальными распространителями вируса в течение более длительного времени.

Для защиты своего здоровья используйте следующие меры:

прикрывайте нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Использованную салфетку выбрасывайте в мусор. После этого мойте руки;

тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта;

не прикасайтесь к глазам, носу или рту. Инфекция передается именно таким способом; старайтесь избегать близкого контакта с заболевшими людьми.

Если вы заболели, оставайтесь дома в течение 7 дней после выявления симптомов или до тех пор, пока симптомы не будут выявляться в течение 24 часов, в зависимости от того, что продлится дольше. Это необходимо для предотвращения заражения других и дальнейшего распространения вируса.

Вирус гриппа способен выживать на окружающих предметах с возможностью инфицирования человека в течение 2 – 8 часов с момента попадания на поверхность.

Вирус гриппа разрушается под воздействием высокой температуры (75 – 100° С).

Для предотвращения распространения вируса гриппа важно поддерживать чистоту поверхностей (особенно прикроватных столиков, ванных

Если у вас после возвращения из стран, неблагополучных в отношении гриппа H1N1 (или контакта с больным этим заболеванием), появились симптомы гриппоподобного заболевания, оставайтесь дома и избегайте контакта с другими людьми. Если вы заболели и у вас имеется любой из указанных ниже признаков, свидетельствующих об ухудшении состояния, немедленно вызывайте врача.

У детей среди подобных признаков, при наличии которых требуется срочная медицинская помощь, могут быть следующие:

затрудненное или затрудненное дыхание; синюшность кожных покровов, отказ от достаточного количества питья, сильная или непрекращающаяся рвота, непробуждение или отсутствие реакции; настолько возбужденное состояние, что ребенок сопротивляется, когда его берут на руки; некоторое облегчение симптомов гриппа, которые затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем.

У взрослых среди признаков, при наличии которых требуется срочная медицинская помощь, могут быть следующие:

затрудненное дыхание или одышка, боль или сдавливание в груди или брюшном отделе, внезапное головокружение, спутанность сознания, сильная или непрекращающаяся рвота, некоторое облегчение симптомов гриппа, которые затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем.

Рекомендуется использовать «осельтамивир» (другое название «Тамифлю»), или «Занамивир» (другое название «Реленза») для лечения и/или предупреждения заражения новым вирусом гриппа H1N1. Противовирусные лекарственные препараты – это средства, продающиеся при наличии рецепта (таблетки, растворы или ингаляторы), которые предназначены для лечения гриппа и не позволяют вирусам размножаться в вашем теле. Если вы заболели, противовирусные лекарства способны смягчить развитие болезни и помочь вам быстрее почувствовать себя лучше. Кроме того, они могут предотвратить серьезные осложнения, вызванные гриппом. Во время нынешней эпидемии приоритетное значение имеет использование противогриппозных противовирусных лекарственных препаратов для лечения серьезно-го гриппа.

О. Ю. СОЛОВЬЕВА,
районный эпидемиолог

Это нужно знать

Терроризм как социальное явление

В настоящее время существуют различные мнения относительно того, какие события в истории положили начало терроризму. Он оказывает глубокое воздействие на политическое развитие и, если угодно, на психологию общества.

Современный терроризм как социальное явление имеет три взаимопересекающиеся плоскости – идеологическую, деятельностную и организационную.

Содержание деятельностной плоскости определяется наличием следующих элементов: субъекты терроризма, объекты, террористическое воздействие, результаты этого воздействия и среда, в которой происходит процесс.

Субъектами современного терроризма могут быть: государство, его специальные службы, террористические организации (международные или национальные), политические течения и экстремистские партии, группы граждан и отдельные лица, стремящиеся достичь своих целей с применением террористических средств.

Объектами терроризма могут быть отдельные лица (политические, духовные лидеры и абсолютно непричастные люди), группы людей, объединенных общим признаком, например, принадлежностью к определенной профессии (дипломаты, крупные предприниматели, государственные служащие и др.), классы, т.е. люди в системе их отношений к собственности (красный и белый террор в годы Гражданской войны), народности и народы.

Террористическое воздействие – сложный многоуровневый процесс, имеющий три уровня воздействия. Первый из них – теоретико-идеологический. Доказано, что терроризм как социальное явление не может существовать без поддержки определенной идеологии, в основе которой лежит идея, опирающаяся на веру человека в то, что он идет правильным путем. Можно выделить революционную, националистическую, государственную и религиозную идеологии.

В разные периоды развития представлений о природе терроризма преобладала та или иная идеология. Так, для терроризма второй половины XIX века характерна революционная идеология.

Идеология националистского терроризма, которую развивали идеологи фашизма, характерна для первой половины XX века.

С конца 80-х годов XX века начал набирать силу религиозный терроризм. Сегодня, опираясь на искаженное толкование религиозных догматов, он направлен на достижение политических целей, связанных с разделом сфер влияния в мире, борьбой за политическую власть (особенно в теократических государствах и странах с традиционно высоким уровнем религиозности населения). Религия, стремясь отстоять собственную автономию от сферы политики, может действовать двумя путями.

Первый – радикальная аполитическая настроенность мистических поисков спасения с её добротой и братством, не противодействовать злу и насилию.

Второй путь – согласно пуританской вере, которая понимает волю Бога таким образом, что заповеди должны быть привнесены в рукотворный и, следовательно, подвластный насилию и этическому варварству мир его собственными средствами, т.е. насилием.

За ним следует другой уровень террористического воздействия, который можно определить как информационно-коммуникативный. Без влияния информационно-коммуникативных технологий на личность человека и все общество терроризм не достиг бы такого развития, как в настоящее время. В эпоху Интернета и спутниковой связи его теоретиком стало гораздо легче доносить свои идеи до тех, кто воплощает их в жизнь, а кадры происшедшего 11 сентября 2001 года транслировали по всему миру. Именно развитие средств доставки информации до потребителя напрямую воздействовало на превращение терроризма в международный.

Современный терроризм активно интегрируется в глобальную информационную среду посредством интернета. Террористы используют её для планирования, координации и исполнения терактов. В наши дни все активные террористические группы имеют, по крайней мере, один сайт в Интернете. В 1998-2007 годах было выявлено более 5 тысяч террористических сайтов, интернет-форумов и чатов. Компьютерная среда общения является идеальной для террористов: она децентрализована, неподвластна контролю или ограничениям, не подвержена цензуре и предоставляет всем желающим свободный доступ. Для сети ячеек, подразделений и групп современных террористических организаций Интернет – это чрезвычайно удобное средство



для общения как внутри групп, так и между ними.

Ещё один способ воздействия террористов – праксеологический. Терроризм не достиг бы такого развития без совершенствования средств и технологий разрушения. Сегодня бандиты способны убивать сотни и даже тысячи людей, при этом затрачивая минимум физических усилий, применяя не только взрывчатые вещества, но и оружие массового поражения (например, секта Аум-Синрикё для совершения теракта использовала газ зарин).

Следующим элементом структуры терроризма как социального явления является террористическая среда. Под этим понятием подразумеваются условия, в которых происходит воздействие терактов на все сферы жизнедеятельности. Но и сама среда может активно влиять на терроризм. Так религиозный терроризм возникает только там, где преобладает религиозное сознание.

Ещё один элемент структуры терроризма – результат террористического воздействия. Он может быть положительным, отрицательным или нейтральным, в любом случае оказывает значительное влияние на общественное сознание.

Таким образом, очевидно, что терроризм – это сложное многоуровневое социальное явление, и задачу предупреждения терактов можно решить, применяя знания о наиболее общих законах и закономерностях общественной жизни. Анализ законов и закономерностей общественной жизни должен осуществляться постоянно и, при появлении признаков её дестабилизации, должна немедленно следовать реакция правительственных и общественных организаций с внесением корректив в политику государства.

Для решения задач защиты населения, объектов, связанных с жизнеобеспечением населения от проявлений терроризма органам местного самоуправления, жилищным эксплуатационным организациям, необходимо:

– осуществлять комплекс мер по усилению безопасности жилых микрорайонов, мест массового пребывания людей, учреждений образования, здравоохранения, культуры и спорта;

– организовывать техническое укрепление чердаков и подвалов, установку кодовых замков и домофонов в подъездах, размещение в людных местах средств экстренной связи граждан с милицией и установок телеобзора;

– проводить разьяснительную работу, направленную на повышение организованности и бдительности, готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, укрепление взаимодействия с правоохранительными органами;

– усилить контроль за соблюдением правил регистрационного учета граждан по месту их пребывания и по месту жительства и за использованием помещений жилых домов в производственных, коммерческих и иных целях;

– активнее привлекать население, частные охранные предприятия, службы безопасности организаций и общественные организации к оказанию помощи правоохранительным органам в проведении профилактической работы по месту жительства граждан, в том числе в охране жилых домов и подъездов, обеспечении общественного порядка в жилых микрорайонах.

Г. Н. ШАЛАГИНОВ, начальник отдела по делам ГО и ЧС администрации МО «Город Всеволожск»