**«Профилактика новой коронавирусной инфекции» Советы педиатра.**

**Детское поликлиническое отделение № 12 СПб ГБУЗ ГП №37**

**Неспецифическая профилактика новой коронавирусной инфекции** включает в себя использование средств индивидуальной защиты, соблюдение социальной дистанции, ограничение посещений мест скопления людей, текущая дезинфекция помещений. Опыт Китайской Народной Республики, применившей все эти меры в полном объеме ,показывает, что только эти меры могут остановить распространение вируса. К сожалению, у нас многие не соблюдают эти меры, что и приводит к большому количеству заражений.

Вирус преимущественно распространяется **воздушно-капельным путем**, на этот путь приходится до 90% заражений. Поэтому основным средством профилактики является защита органов дыхания. Если зимой и весной 2020 года вопрос об эффективности ношения масок обсуждался, то сейчас он не вызывает сомнения. Проведены исследования доказавшие, что вирус переносится именно каплями, которые не проникают через маски и респираторы. Установлено, что при разговоре с больным маска трехслойная защищает на 30%, если она надета на больного и вероятность заражения 60%; если маски надеты на двоих собеседниках, то вероятность заражения снижается до 1,5%. Если оба собеседника в масках и на расстоянии 2метров, то вероятность заражения нулевая. Естественно, маска должна полностью закрывать рот и нос, что, к сожалению, соблюдают не все. Маски гигиенические однослойные защищают в основном окружающих от заражения. Еще выше эффективность респираторов класса FFP2 b, FFP3.

До 80 % заражений происходит в помещениях, но и на улице возможно инфицироваться. В том же Китае маски были обязательны для ношения и на улице, что дало свой результат. Кроме того, возможно инфицирование при частом снятии и одевании одной и той же маски.

Также необходимо защищать слизистые глаз с помощью очков или экранов.

Вторым по значимости является контактный путь передачи инфекции. Здесь можно защитить себя с помощью перчаток, но тереть перчатками глаза нельзя. Перчатки хороши тем, что их можно часто обрабатывать антисептиками, не повреждая кожу, а после снятия можно быть уверенным, что кожа рук не инфицирована. Руки необходимо мыть с мылом не менее 30секунд, в идеале до 2минут.

**Вирус устойчив во внешней среде**, но чувствителен к действию антисептиков. Лучше **всего детям** использовать **спиртовые растворы** и гели с содержанием спирта не менее 60%, спирт убивает вирус быстрее всего. Обрабатывать нужно достаточным количеством антисептика, протирая промежутки между пальцами. Важно помнить, что после обработки антисептиком нужно выждать время экспозиции не менее 30секунд, то есть нужно время, чтобы вирус погиб. Также можно использовать хлорсодержащие и другие антисептики, но действуют они медленнее. В воздухе помещений вирус сохраняется до 3 часов, но гибнет при ультрафиолетовом облучении. **Эффективной мерой является проветривание помещений.**

Специфической профилактикой является вакцинация. В настоящее время зарегистрированы две вакцины: Спутник V (с эффективностью 95%) и Эпиваккорона. Для каждой из вакцин есть свои показания и противопоказания, поэтому перед вакцинацией необходимо посоветоваться с врачом.

**Соблюдайте меры профилактики и будьте здоровы!**