

# 2020 год-год 75-летия Победы в Великой Отечественной войне

Великая Отечественная война закончилась 75 лет назад. Эта война изменила ход мировой истории, судьбы людей и карту мира. Наш народ противостоял мощному натиску высокоорганизованного и хорошо вооружённого противника – нацистской Германии и её союзников. Мы выстояли и победили.

В июле 2019 года президент Российской Федерации Владимир Путин подписал указ о проведении в 2020 году Года памяти и славы в ознаменование 75-летия Победы в Великой Отечественной войне.

Все ветераны будут награждены юбилейной медалью «75 лет Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов». Всего документ включает 116 мероприятий, в том числе военный парад на Красной площади, торжественный прием от имени президента России и праздничный концерт на Красной площади с фейерверком, которые пройдут 9 мая 2020 года.

По состоянию на 1 ноября 2019 года, на территории России проживает 60 842 участника и инвалида Великой Отечественной войны, приравненных к ним лиц и членов их семей-почти 1 млн. 89 тыс. человек. В Мордовии в настоящее время в живых остались 45 инвалидов войны и 139 участников войны, ставших инвалидами, то есть 184 человека. Лиц, проработавших в тылу с 22 июня 1941 года по 9 мая 1945 года не менее шести месяцев, в настоящее время в республике насчитывается 7148 человек.

Для оказания действенной поддержки ветеранам и сохранения исторической памяти о Великой Отечественной войне в преддверии празднования 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов в поликлинике запланирован комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий.

Коллектив поликлиники приступил к проведению диспансеризации инвалидов, ветеранов, вдов (вдовцов) умерших инвалидов и ветеранов Великой Отечественной войны 1941-1945 годов, лиц, награжденных знаком «Жителю блокадного Ленинграда», и бывших несовершеннолетних узников

концлагерей, гетто, других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период Второй мировой войны.

Для маломобильных лиц осуществляется комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий в условиях стационара на дому. Организовано льготное лекарственное обеспечение, специализированная медицинская помощь.

В период проведения памятных культурно-массовых и спортивных мероприятий, приуроченных к годовщинам Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов, в соответствии с программами их проведения на территориях городских и муниципальных районов Республики Мордовия, врачи поликлиники будут осуществлять медицинское сопровождение.

---

## Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями

4 февраля ежегодно отмечается Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями (World Cancer Day).

Он был учрежден Союзом по международному контролю рака ([Union for International Cancer Control](#), UICC) с целью привлечения внимания мировой общественности к этой глобальной проблеме.

4 февраля 2000 года на Всемирном саммите по борьбе с раком в новом тысячелетии в Париже была принята Парижская хартия по борьбе с онкологическими заболеваниями, направленная на содействие научным исследованиям по онкологии, профилактику рака, улучшение обслуживания пациентов.

Ежегодно Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями имеет свою тему.

В 2019-2021 годах Всемирный день борьбы против рака проходит под лозунгом «Я есть и я буду» (I Am and I Will).

Рак является общим термином для большой группы болезней, которые могут поражать любую часть тела. Характерным признаком рака является быстрое образование аномальных клеток,

разрастающихся за пределы своих обычных границ и способных проникать в близлежащие части тела и распространяться в другие органы, этот процесс называется метастазированием. Метастазы являются одной из основных причин смерти от рака. В результате преобразования нормальных клеток в опухолевые в ходе многоэтапного процесса предраковое поражение переходит в злокачественную опухоль. Эти изменения происходят в результате взаимодействия между генетическими факторами человека и тремя категориями внешних факторов: физические канцерогены (ультрафиолетовое и ионизирующее излучение), химические канцерогены (асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины – загрязнители пищевых продуктов и мышьяк – загрязнитель питьевой воды), биологические канцерогены (инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами). Старение организма является еще одним фактором риска развития онкологических заболеваний, с возрастом вероятность развития рака резко увеличивается.

По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), рак является одной из основных причин смерти в мире. В 2018 году от этого заболевания умерли 9,6 миллиона человек.

Наиболее распространенными видами рака являются: рак легких и рак молочной железы (оба – 2,09 миллиона случаев); рак толстой и прямой кишки (1,80 миллиона случаев); рак предстательной железы (1,28 миллиона случаев) рак кожи (немеланомный, 1,04 миллиона случаев).

В детской онкологии большинство диагнозов связаны со злокачественными заболеваниями крови и лимфатической системы, либо со злокачественными опухолями солидной структуры, чаще всего саркомами.

Среди основных причин, формирующих заболеваемость раком, как показывает статистика, лидирующую позицию занимает неправильное питание. На втором месте курение. Следует также не увлекаться загаром, не употреблять продукты с красителями и регулярно показываться врачу.

Существует два способа раннего выявления рака – раннее диагностирование и скрининг (систематическое проведение диагностики опухоли на ранней стадии).

По данным онкологов, на начальной стадии практически все опухоли поддаются терапии, причем в 99% случаев их можно

вылечить хирургическим путем.

Начиная с 50 лет каждому человеку не реже одного раза в год следует обследоваться у онколога.

Женщина должна посетить гинеколога, проктолога и маммолога, мужчина – сделать рентген легких, обследовать желудок, толстую кишку и предстательную железу. Эти обследования являются ранним подходом к выявлению онкологических заболеваний.

В настоящее время в мире живут 43,8 миллиона человек, находящихся в стойкой ремиссии после онкологического диагноза.

В России ежегодно примерно у 600 тысяч человек впервые диагностируют рак.

В РФ ноябре 2017 года была утверждена Национальная стратегия по борьбе с онкологическими заболеваниями до 2030 года, нацеленная на разработку и реализацию комплекса мер для профилактики и борьбы с онкологическими заболеваниями, снижение общей смертности от онкологии.

С октября 2018 года начал свою работу Национальный проект «Здравоохранение», в структуру которого входит Федеральный проект «Борьба с онкологическими заболеваниями». Согласно проекту, к 2024 году будут организованы не менее 420 центров амбулаторной онкологической помощи и переоснащены как минимум 160 диспансеров и больниц в регионах. Также появятся 18 референс-центров, которые будут помогать ставить и проверять диагнозы с помощью самых современных методов.

По данным Федерального фонда обязательного медицинского страхования (ФФОМС), в 2020 году расходы на лечение и диагностику онкологических заболеваний вырастут в России на 35% и составят более 270 миллиардов рублей. Около 95 миллиардов рублей дополнительно будет потрачено на противоопухолевую лекарственную терапию, в том числе в центрах амбулаторной онкологической помощи.

Сегодня в арсенале врачей есть все современные технологии для терапии онкологических заболеваний. В настоящее время рак не приговор: это болезнь, с которой можно справиться, которую умеют лечить.

---

# Как защититься от коронавируса 2019-nCoV

## **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:

Вы посещали в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Вы были в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели в зоны повышенного риска (Китай и прилегающие регионы)?

Если ответ на эти вопросы положителен- к симптомам следует относиться 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 коронавирусом?**

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, – это поддерживать чистоту рук и поверхностей.

Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.

Также старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно совершаются нами в среднем 15 раз в час).

Носите с собой дезинфицирующее средство для рук, чтобы в любой обстановке вы могли очистить руки.

Всегда мойте руки перед едой.

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.

Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и

рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.

На работе- регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульта, дверные ручки и поручни).

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.
3. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.
4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

### **Что можно сделать дома?**

Расскажите детям о профилактике коронавируса. Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

Объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.

Убедитесь, что у каждого в семье есть своё полотенце, напомните, что нельзя делиться зубными щётками и другими предметами личной гигиены.

Часто проветривайте помещение.

### **Можно ли вылечить новый коронавирус?**

На сегодняшний день большинство заболевших людей выздоравливают. Необходимо обращаться за медицинской помощью. Врач госпитализирует по показаниям и назначит лечение.

Не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса- так же, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные заболевания.

Но есть схемы лечения и препараты, которые помогают выздороветь.

Самым опасным осложнением является вирусная пневмония. Чтобы вовремя начать лечение нужно своевременно обратиться за медицинской помощью.

### **Кто в группе риска?**

Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом. В заявлении комиссии по здравоохранению Ухани говорится, что в основном заболели люди старше 50-ти лет.

Однако, как и в случае большинства других вирусных респираторных заболеваний, люди с ослабленной иммунной системой, имеющие сопутствующие болезни – в зоне риска.

### **Есть ли вакцина для нового коронавируса?**

В настоящее время такой вакцины нет, однако, в ряде стран уже начаты её разработки.

## **В чем разница между коронавирусом и вирусом гриппа?**

Коронавирус и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро – симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а коронавирусу требуется для этого до 14 дней.

## **Новый коронавирус страшнее прошлых эпидемий?**

Испанка, или испанский грипп, вызванный вирусом H1N1 – остаётся самой разрушительной пандемией гриппа в современной истории. Заболевание охватило весь земной шар в 1918 году и, по оценкам, привело к гибели от 50 до 100 миллионов человек.

Вспышка свиного гриппа 2009 года, унесла жизни 575,400 человек.

Азиатский грипп в 1957 году, привёл к гибели примерно двух миллионов человек, а гонконгский грипп 11 лет спустя унёс один миллион человек.

## **Коронавирус 2019 nCoV- поможет маска!**

В условиях сложившейся ситуации в отношении увеличения потенциального риска завоза и распространения на территории Российской Федерации нового коронавируса 2019 – nCoV, напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и распространения инфекции.

Коронавирус 2019 – nCoV передается от человека к человеку при близком контакте, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают

или кашляют.

Также, заражение может происходить в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.

Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.

Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем, как приближаться к другим людям.

Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.

Носите маску, когда находитесь в людных местах.

Используйте маску однократно, повторное использование маски недопустимо. Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.

Если маска увлажнилась, её следует заменить на новую.

После использования маски, выбросьте её и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании – надёжный и эффективный метод снижения риска заражения коронавирусом и предотвращения распространения гриппа.

## **ПАМЯТКА**

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОДНОРАЗОВОЙ МАСКИ СНИЖАЕТ  
ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ КОРОНАВИРУСОМ 2019- nCoV**

НАДЕВАЙТЕ МАСКУ В ЗАКРЫТЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ, В МЕСТАХ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИ КОНТАКТАХ С ЛЮДЬМИ С СИМПТОМАМИ ВИРУСНОГО РЕСПИРАТОРНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ

МАСКА ДОЛЖНА ПЛОТНО ПРИЛЕГАТЬ К ЛИЦУ И ЗАКРЫВАТЬ РОТ, НОС И ПОДБОРОДОК

ПРИ НАЛИЧИИ ВШИТОГО КРЕПЛЕНИЯ В ОБЛАСТИ НОСА, ЕГО НАДО ПЛОТНО ПРИЖАТЬ К СПИНКЕ НОСА

ЕСЛИ НА МАСКЕ ЕСТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ СКЛАДКИ, – РАСПРАВЬТЕ ИХ

МЕНЯЙТЕ МАСКУ НА НОВУЮ КАЖДЫЕ 2-3 ЧАСА ИЛИ ЧАЩЕ

ВЫБРАСЫВАЙТЕ МАСКУ В УРНУ СРАЗУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

ПОСЛЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКЕ, – ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

НОСИТЬ МАСКУ НА БЕЗЛЮДНЫХ ОТКРЫТЫХ ПРОСТРАНСТВАХ – НЕЦЕЛЕСООБРАЗНО ПОВТОРНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ НЕЛЬЗЯ

ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ <\_>БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ

ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019 – nCoV

МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ – ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ВАКЦИНАЦИЕЙ, ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУКИ КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ

---