

**ДУШАНБЕ, 07.05.2020 /НИАТ «Ховар»/.** 5 мая в программе «Робита» («Связь») на ТВ «Джахоннамо» руководитель Международного института здоровья и обследования США в Нью-Йорке, доктор Ораш Алои на простом и доступном языке провел онлайн-беседу с журналистом Мусо Абдусаттором в связи с особенностями заболевания COVID-19 и эффективными путями его предотвращения. Затем эта беседа 6 и 7 мая не раз транслировалась по телеканалам «Таджикистан» и «Синамо».

Телепередача вызвала много положительных отзывов у пользователей социальной сети «Фейсбук» и других социальных сетей.

Доктор Ораш Алои, проживающий в Нью-Йорке, достаточно известен обществу медиков Таджикистана. В течение нескольких лет он в качестве международного эксперта сотрудничает с Министерством здравоохранения и социальной защиты населения Республики Таджикистан.

Следует отметить, что сегодня таджикские медики находятся на переднем крае борьбы с коронавирусом, и ознакомление с опытом врачей других стран, безусловно, для них будет полезным.

Ниже мы предлагаем читателям текст беседы журналиста Мусо АБДУСАТТОРА с руководителем Международного института здоровья и обследования Орашем АЛОИ:

**ЖУРНАЛИСТ: — На ваш взгляд, что это за вирус — COVID-19? Может ли климат Таджикистана снизить угрозы его печальных последствий?**

**ОРАШ АЛОИ: —** Видите, возбудителем болезни под названием COVID-19 является коронавирус, и человечеству он уже знаком в течение тысячелетий. То есть, главный фактор коронавирусного заболевания не является чем-либо неизвестным. Трудность заключается в том, что этот вид вируса имеет животное происхождение, видоизменился, сделал генетический скачок и породил новую болезнь. В 2002 году этот вирус под названием «SARS» в организме человека обрел новый вид, который передался человеку от каких-то животных. Затем в 2012 году на Средиземном море, в

Саудовской Аравии и Объединенных Эмиратах возник под названием «MERS» и в настоящее время это третий вид болезни, именуемый COVID-19.

Нам хорошо известны особенности этой болезни. Для того чтобы жить и распространяться, вирусы нуждаются в живом организме и в живой клетке. Такой живой клеткой для COVID-19 являются легкие. Вирусы проникают в легкие через нос и рот. Они распространяются в легких, и человеческий организм защищает их. Защитный механизм организма двигается и начинает бороться с вирусом. Борьба между вирусом и человеческим иммунитетом порождает в легких химические трудности, что в некоторых случаях заканчивается летальным исходом.

Из исследований, проведенных в мире, мы знаем, что 85 процентов людей, инфицированных COVID-19, излечиваются без лечения, порой коронавирус не подает никаких признаков, или они не особенно чувствительны. 15 процентов таких людей делятся на две группы. У 10 процентов симптомы могут проявляться сильно, и 5 процентов из них должны обратиться за медицинской помощью. От 1 до 3-х процентов, а в некоторых случаях до 5 процентов лишаются жизни.

Таким образом, мы столкнулись с болезнью, которая появляется в легких.

Что же касается климата, должен сказать, человечество с этим видом болезни знакомо всего 3-4 месяца, и мы не знаем, когда поднимается температура земли или уровень земли повышается, или снижается над уровнем моря, сможет ли климат оказать на него влияние. Для этого нужно время, нужно, чтобы наступило лето, и мы увидим, что произойдет. Зато мы располагаем некоторыми важными сведениями, а именно тем, что, если вирус выходит изо рта, то он живет не более 1-3-х часов. Но если прицепится к руке, и человек коснется им ручки дверей или ручек сидений в автобусе и в других местах, то вирус может жить несколько дней. По той причине, что мы пока не имеем особого метода лечения, очень важным является предотвращение вируса, невзирая на то, в каком городе и районе мы живем.

В Нью-Йорке более 170 тысяч человек заболели в результате несоблюдения личной гигиены. Мы знаем, что вирус выходит наружу изо рта, и поэтому мы должны прикрывать рот. Если есть маска, нужно пользоваться ею, а если ее нет, можно взять вату и самому создать себе маску.

**ЖУРНАЛИСТ:** — Коль вы затронули тему соблюдения личной гигиены, скажите, насколько сегодня важны соблюдение санитарных правил и самоизоляция?

**ОРАШ АЛОИ:** — Это весьма важно. Весь мир должен соблюдать эти правила. Потому что мы знаем, что имеем дело с болезнью, от которой ни один народ, ни одна страна не имеет иммунитета. Эта болезнь обрела всемирный характер. По этой причине все население планеты должно сплотиться, и все мы должны соблюдать правила гигиены, чтобы взять под контроль эту болезнь.

**ЖУРНАЛИСТ:** — Группа людей может преодолеть вирус бессимптомно. Могут ли и они стать источником заражения других?

**ОРАШ АЛОИ:** — Вирус в их организме есть. Тот механизм, который выявляет симптомы, является напряженной системой иммунитета против вируса. У людей, заразившихся небольшим количеством вируса, иммунитет отвечает сравнительно мягко. По этой причине симптомов у них мало. Но вирус распространяется в их теле, и они являются источниками заражения других.

Трудность, которая возникла в Нью-Йорке и мире, заключается в том, что врачи полагали, что если у человека поднялась температура или он кашляет, то обязательно заражен коронавирусом. Поэтому людей, у которых была повышенная температура, или они кашляли, охватили карантин. Затем, когда увидели, что болезнь распространяется, начали определять ее причины. Выяснилось, что в организме от 30 до 50 процентов людей без признаков заболевания существует вирус, и они его передают другим. Это очень важно знать гражданам Таджикистана. Невзирая на то, есть симптомы или нет, есть температура или кашель, все должны соблюдать правила гигиены. Первое, носите медицинские маски. Второе, чаще мойте руки и по возможности надевайте перчатки, потому что руки касаются денег, дверных ручек, стен и других мест, а затем прикладываются к глазам. Третье, в местах, где собирается большое количество людей, соблюдайте дистанцию в 2 метра.

В Нью-Йорке уже более 5 недель работают только продуктовые магазины. А школы, университеты и другие ведомства находятся на каникулах.

В магазине, где вы берете продукты питания, непременно соблюдайте дистанцию в 2 метра. В транспорте, особенно общественном, это тоже должно соблюдаться. Главной причиной распространения этой болезни в Нью-Йорке стали метро и автобусы, потому что в них люди находятся близко друг от друга.

Те, кто кашляют или у кого повышенная температура, не должны выходить на улицу. Они должны находиться одни в отдельной комнате. Спрашивается, когда мы должны идти в больницу? Дорогие друзья, вдумайтесь. Во всех странах мира государственные структуры, министерства здравоохранения, медики, все находятся на службе у народа. Но и люди должны соблюдать правила, чтобы медики могли оказать своевременную помощь тем, кто остро в этом нуждается. Не всем инфицированным коронавирусом следует идти в больницу. Лица, которые кашляют, у которых повышенная температура, испытывают трудности при дыхании, должны находиться в отдельной комнате и ни с кем не общаться. Они должны запереть дверь и обязательно открыть окна. Члены семьи, приносящие пищу, должны оставить ее за дверью, обязательно носить маски и мыть руки. Если температура достигает выше 39 градусов, или дыхание учащается в минуту более 25 раз, то тогда необходимо обратиться к врачу. Если этого нет, то нет нужды в тестировании и антибиотиках, поэтому не нужно делать пустых затрат. Следует пить теплую воду, соблюдать гигиену, и после двух недель наступит оздоровление.

**ЖУРНАЛИСТ:** — Мировой опыт показывает, что паника и страх сегодня осложняют ситуацию на планете. Скажите, как можно противостоять вирусу?

**ОРАШ АЛОИ:** — Очень признателен Вам за Ваш вопрос. Дорогие единопольные друзья, мы знаем, что эта болезнь до 5%, а в некоторых случаях до 3% может закончиться летальным исходом. Никто не хочет умирать, все люди, в том числе и медики, хотят быть здоровыми. Очень важно не поддаваться страху и быть предусмотрительными. Мы должны быть бдительными, и когда выявляется эта смертоносная болезнь, должны знать, как себя вести и что предпринять. Если мы впадем в панику, то ошибки неизбежны. Кашель и температура являются первыми признаками этой болезни, что вызывает озабоченность у человека. В результате он спешит в ту или иную больницу и лечебницу. Вы должны доверять своим врачам. Ознакомьтесь с рекомендациями, которые выставляет на свой сайт Министерство здравоохранения. Страх и паника никак не решают проблему. Трудности устраняются посредством знаний. Что же мы должны знать? Как я уже говорил, если у вас появились симптомы заболевания, оставайтесь дома. Даже если кашель и температура пройдут, находитесь дома в течение двух недель. Это нужно делать с целью ограничения

общения с другими лицами, ибо таким образом вирус распространяется, то есть от близкого общения. В городе Нью-Йорк мы уже седьмую неделю находимся дома. Только ради выполнения своих медицинских обязанностей направляемся в клинику. Обратите внимание на то, что в Нью-Йорке с каждым днем сокращается число зараженных и умерших. В китайском городе Ухань такая же ситуация. Значит, сами люди должны оказывать помощь в этом направлении. Невозможно найти государство, которое в одиночку контролирует коронавирус. Необходимо наладить тесное сотрудничество между народами и государственными ведомствами.

**ЖУРНАЛИСТ: — Вы правильно отметили, что эта коллективная работа. Как Вы думаете, сколько времени займет лечение этой болезни, где и как оно должно проходить?**

**ОРАШ АЛОИ: —** Благодарю, дорогие друзья, хочу обратить ваше внимание на следующее. Я с вами говорю из Нью-Йорка. Америка является одной из передовых стран мира в части создания лекарственных препаратов. В Европе, Китае и Японии также ведется совместное сотрудничество в этом направлении. Я хочу напомнить вам о новейших достижениях мира. Дорогие единопольные друзья! До сегодняшнего дня еще не изобретена надежная вакцина против COVID-19. Лекарственный препарат «Рендесвир», который многие считают панацеей от вируса, также малоэффективен. Ранее этот препарат использовался при лечении Эболы. Но он может только сбить напряжение и сократить сроки болезни. Поэтому нет необходимости закупать это дорогостоящее лекарство для борьбы с коронавирусом. Большинство зараженных людей не хотят использовать лекарственные препараты. Я Вам хочу сказать, что в почти 90% случаев эта болезнь проходит без всякого лечения. Те 10% лиц, которые обращаются к медикам, зачастую хотят современного обслуживания и укрепления своего иммунитета. И другие противовирусные лекарства для них будут малоэффективными. До сих пор еще нет надежной вакцины, а другие лекарства врачи прописывают в случаях сильного обострения. Лица, у которых тесты подтвердили COVID-19, не нуждаются в лечении. Просто необходимо повысить свою сознательность и оставаться дома, чтобы не заразить других. Как я уже говорил выше, 90 процентов инфицированных коронавирусом людей не нуждаются в лекарственных препаратах.

**ЖУРНАЛИСТ: — Сколько длится период заболевания?**

**ОРАШ АЛОИ: —** С момента, когда вирус проникает в организм, мы имеем один промежуток времени и другой, когда проявляются симптомы. С момента, когда симптомы появляются, а затем постепенно снижаются, это означает, что человек уже не болен и

не может распространять вирус, но кашель может сохраниться еще несколько недель. Есть люди, у которых проблемы с легкими и обонянием, и если эти люди заражаются коронавирусом, то у многих исчезает чувство обоняния, и они не ощущают вкуса. Но это не должно вызывать озабоченность, потому что они постепенно пройдут. Неважно, есть у вас симптомы или нет, важно то, чтобы в течение двух-трех недель, с началом распространения коронавируса в Таджикистане, строго соблюдать правила гигиены.

**ЖУРНАЛИСТ: — Если кто-то единожды заразился вирусом, может ли заразиться вторично?**

**ОРАШ АЛОИ: —** В настоящее время мы не располагаем данными о том, что единожды заразившийся человек заразился повторно. Возможно, кто-то вычитал в просторах Интернета о том, что в Южной Корее были случаи заражения повторно. Или другой пример, в Бразилии двое заразившихся прошли тестирование. В этом случае мерило тестирования было лабораторным. Их тестировали посредством аппарата «Писсиор», который различает вирусы. Но позже результаты показали, что в тестировании допущена ошибка. Поэтому мы не можем однозначно утверждать о повторном заражении коронавирусом. Это не должно вызывать у нас озабоченность, главное — надо знать, когда мы сможем выйти на работу. Так как ни одна страна в мире не может держать весь народ взаперти на дому, приостановить деятельность заводов и фабрик, потому что люди должны зарабатывать себе на жизнь. Даже в Америке этот вопрос стоит остро.