

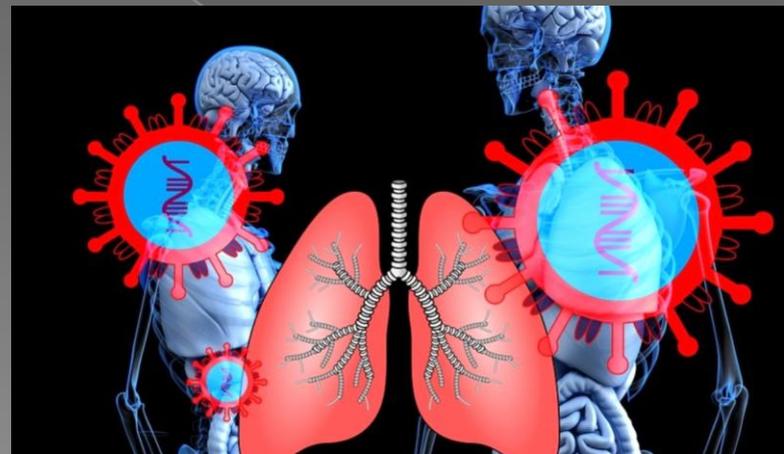
# Постковидный синдром

Правила забора проб  
клинического материала для  
исследования на новый  
коронавирус (COVID-19) на  
фельдшерско акушерском пункте

Постковидный синдром - патологическое состояние после коронавируса, которое может сопровождаться различной симптоматикой. С подобным синдромом сталкивается практически каждый человек, переболевший инфекцией. Постковидный синдром может возникнуть вне зависимости от того, в какой форме коронавирус протекал у человека: скрытой, легкой, средней, тяжелой или критической и длиться до 12 недель и больше.

# Причины возникновения постковидного синдрома

- ◎ Первая - прямое повреждение органов пациента. Коронавирус повреждает напрямую клетки легких, сердца, кровеносных сосудов, головного мозга, почек, желудка и кишечника.



- Вторая - тромбы. Вирус вызывает воспаление внутренней оболочки кровеносных сосудов (эндотелиит, васкулит), что приводит к проблемам со свертыванием крови. Наличие микротромбов в кровяном русле выводит из строя обильно кровоснабжаемые органы - сердце, почки, надпочечники, щитовидная железа, половые железы, головной мозг и другие.
- Третья - вирус повреждает клетки головного мозга и крупных нервов, вызывая большое разнообразие симптомов, от проблем со сном и тревожных расстройств до нарушений ритма сердечной деятельности и дыхания.
- Четвёртая - вирус вызывает чрезмерный ответ иммунной системы. Провоцируются аутоиммунные реакции. Возникает хроническое воспаление, вследствие активации тучных клеток, которые выделяют большое количество медиаторов.

# КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ ПОСТКОВИДНЫЙ СИНДРОМ

- выраженная слабость и утомляемость, она бывает настолько сильной, что пациент не может долгое время встать с кровати;
- колебания пульса и давления, резкие приступы гипертонии, эпизодическая гипотония, ортостатическая гипотензия;
- одышка и чувство нехватки воздуха, заложенность в грудной клетке, сухой кашель;
- ощущение озноба, небольшое повышение температуры или гипотермия, потливость;
- утрата способности чувствовать вкусы или запахи, обонятельные и вкусовые галлюцинации, снижение слуха и зрения;
- неспособность к выполнению даже легкой физической нагрузке, такое снижение толерантности приводит к тому, что любая попытка пересилить себя заканчивается значительным ухудшением состояния;

- головная боль и головокружение;
- изменение привычных ритмов жизни, часто проявляется бессонницей в ночное время и сонливостью днем, яркие и красочные сновидения;
- нарушение способности запоминать информацию, рассеянность, снижение концентрации внимания, ощущение «тумана в голове»;
- избыточная тревожность, доходящая до панических атак;
- апатия, отсутствие интереса к жизни, депрессия;
- высыпания на коже, выпадение волос, чувство жжения;
- нарушение работы органов пищеварения, синдром раздраженного кишечника, диарея;
- нарушение менструального цикла у женщин;
- болезненность в мышцах и во всем теле, так как коронавирусное поражение приводит к снижению белка.

# Меры профилактики:

- воздерживаться от посещения торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта, других общественных мест в час пик;
- использовать одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа;
- избегать близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа);

- часто мыть руки с мылом и водой, особенно тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми;
- дезинфицировать гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаемся;
- ограничить во время приветствия тесные объятия и рукопожатия, соблюдать социальную дистанцию не менее 1,5 метров;
- пользоваться только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка);
- следить за своим здоровьем и обращаться к врачу, не заниматься самолечением;
- вести здоровый образ жизни.

# ВАКЦИНАЦИЯ ОТ COVID-19 ЗАЩИЩАЕТ

## 7 ПРЕИМУЩЕСТВ ВАКЦИНАЦИИ ОТ КОРОНАВИРУСА



**СОХРАНЯЕТ ЖИЗНЬ**



**ПРЕДУПРЕЖДАЕТ БОЛЕЗНЬ  
И ЕЁ ОСЛОЖНЕНИЯ**



**ПРОЧНАЯ ОСНОВА ДЛЯ  
ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
НА ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ**



**ВАКЦИНЫ БЕЗОПАСНЫ  
И ЭФФЕКТИВНЫ**



**ПОМОГАЕТ ОГРАНИЧИТЬ  
РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИНФЕКЦИИ**



**ПОЗВОЛЯЕТ ЗАЩИТИТЬ НЕ ТОЛЬКО  
ЧЕЛОВЕКА, КОТОРОМУ СДЕЛАЛИ  
ПРИВИВКУ, НО И ОКРУЖАЮЩИХ**

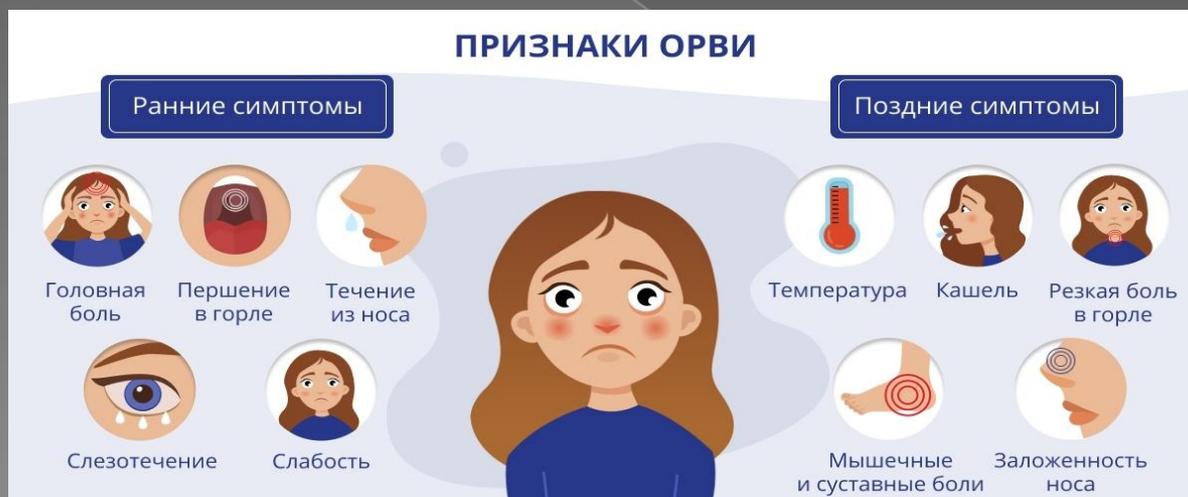


**ЕСЛИ НЕ СДЕЛАТЬ ВАКЦИНАЦИЮ, МОГУТ  
ВОЗНИКНУТЬ ТЯЖЕЛЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ,  
ВПЛОТЬ ДО ГИБЕЛИ**

# Забор мазка

При первых признаках ОРВИ, пациента приглашают на ФАП в определенное время для забора мазка из ротоглотки и зева.

К этому времени медицинский работник подготавливает все необходимое для забора мазка.



Все процедуры по забору клинического материала выполняет медицинский персонал с использованием СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ:

- шапочка противочумный халат (защитный костюм Tyvek)
- респиратор (класс защиты FFP2)
- защитные очки или щиток
- резиновые перчатки.



# ЗАБОР МАТЕРИАЛА

- Мазки берут сухими стерильными зондами
- Зонд вводят легким движением **ПО НАРУЖНОЙ СТЕНКЕ** полости носа на глубину 2-3 см до нижней носовой раковины
- Затем зонд слегка опускают книзу, вводят в нижний носовой ход под нижнюю носовую раковину, и удаляют вдоль **НАРУЖНОЙ СТЕНКИ** полости носа, производя вращательные движения



# МАЗКИ ИЗ РОТОГЛОТКИ

- Мазки берут сухими стерильными зондами с ватными тампонами вращательными движениями с поверхности небных дужек, миндалин и задней стенки ротоглотки, избегая поверхности языка и слизистой щек.
- Рабочую часть зонда с ватным тампоном помещают в стерильную одноразовую пробирку с вирусологической транспортной средой.
- Конец зонда отламывают с расчетом, чтобы он позволил плотно закрыть крышку пробирки.
- Пробирку с раствором и рабочей частью зонда закрывают. Нельзя обрезать зонды ножницами!
- Носоглоточные и ротоглоточные тампоны должны быть помещены в одну пробирку для увеличения вирусной нагрузки.

В отдельный полиэтиленовый пакет вкладывают бланк НАПРАВЛЕНИЯ с указанием следующих данных:

- ⦿ наименование направляющего материал учреждения,
- ⦿ ФИО больного;
- ⦿ возраст больного;
- ⦿ дата заболевания;
- ⦿ место жительства;
- ⦿ предварительный диагноз: ОРВИ;
- ⦿ эпидемиологический анамнез;
- ⦿ сопутствующие заболевания;
- ⦿ вид материала;
- ⦿ дата и время отбора материала.
- ⦿ биологический материал с направлением отправляют в поликлинику в сумке с хладоэлементом.

Зоны медицинского обслуживания, где проводят обследование пациентов с подозрением на инфицирование или с подтвержденным случаем COVID-19, следует сначала хорошо проветрить.

После проветривания следует провести уборку с помощью дезинфицирующего средства.

Персонал, осуществляющий уборку, должен носить хирургическую маску, одноразовый водостойкий халат с длинными рукавами, перчатки.

Следует проводить гигиену рук каждый раз после снятия маски или перчаток.

Отходы, образующиеся при уборке, следует утилизировать в соответствии с нормативами, принятыми в медицинском учреждении при работе с инфицированными отходами.