

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ПІД ЧАС КАРАНТИНУ ВНАСЛІДОК ГЛОБАЛЬНОГО СПАЛАХУ КОРОНАВІРУСУ В СВІТІ ТА УКРАЇНІ

Мелех Н. В, студентка (гр. УС-61, ФММ КПІ ім. Ігоря Сікорського)

Анотація. У статті розглянуті та проаналізовані основні моменти, що стосуються пандемії COVID-19, яка за масштабами в лютому 2020 року перейшла локальний простір і набула світового виміру. Увагу акцентовано на посилення загальної обізнаності громадян України про тенденції та характер поширення сумнозвісного SARS-CoV-2 та яким чином карантинні обмеження стають безумовним інструментом у боротьбі з пандемією вірусу.

Ключові слова: пандемія, коронавірус, Covid-19, карантин, зараження, ризик.

Abstract. The main issues related to the COVID-19 pandemic, which transcended in February 2020 the local space and gained global dimension, are discussed and analyzed in this articles. Attention is accentuated on increasing the general awareness of Ukrainian citizens about the tendencies and nature of the spread of the notorious SARS-CoV-2 and how quarantine restrictions become an absolute tool in the fight against the pandemic of the new virus.

Keywords: pandemic, coronavirus, Covid-19, quarantine, infection, risk.

Вступ. Важкий гострий респіраторний синдром CoV-2 – повна назва коронавірусу 2019 року, який виник в китайському портовому місті Ухань. COVID-19 - назва, що дається захворюванню, який викликає SARS-CoV-2. Це новий штам коронавірусу, який раніше не був ідентифікований у людей. Інфекція експортувалась по світу здебільшого такими основними шляхами життєдіяльності людей: подорожування, робота за кордоном. Всесвітня організація охорони здоров'я запровадила надзвичайну ситуацію у світі у зв'язку із пандемією коронавірусу. Було розроблено заходи з боротьби проти даної хвороби та рекомендації згідно з положеннями Міжнародними медико-санітарними правилами 2005 р. Клінічні прояви COVID-19, окрім випадків нетяжкого (неускладненого захворювання), включають легкий та тяжкий тип пневмонії, гострий респіраторний дистрес-синдром, сепсис. Для швидкого виявлення, ізолювання та догляду пацієнтів, зокрема оптимізованого надання медичної допомоги, уряди країн, міжнародні організації та фонди з охорони здоров'я виділяють більшу частину бюджету на забезпечення комплексу заходів з діагностики, зменшення передачі вірусу, лікуванню, терапії, мінімізації соціального та економічного впливу на економіку та суспільство.

Аналіз стану питання. Проблема поширення коронавірусу в світі актуальна уже тривалий час абсолютно для всіх груп населення світу, без виключень. Через те, що усі люди знаходяться під ризиком зараження, розслідування виникнення вірусу триває, а джерело та динаміка трансмісії залишається невідомими, як і вакцина, то інформація щоденно оновлюється

надзвичайно швидкими темпами. Глобальними проблемами, пов'язаними із коронавірусною хворобою стали питання занепаду світового господарства, падіння ВВП, як конкретних держав, так і світового, безробіття.

Метою даного дослідження є забезпечення громадян комплексною інформацією про основні моменти, факти та події стосовно коронавірусної хвороби та встановлення основних правил безпеки життєдіяльності під час карантину у зв'язку із пандемією Covid-19.

Виклад основного матеріалу дослідження. Станом на 16-те квітня 2020 року в світі зареєстровано більше 2 мільйонів випадків захворювань Covid-19. Серед них близько 140 тис. летальних випадків [1]. Країни усього світу більше місяця активно направляють свої зусилля на боротьбу з новим коронавірусом, вкотре посилюючи карантин. За даними ВООЗ, коронавіруси – це сімейство вірусів, які викликають захворювання, починаючи від звичайної застуди до більш важких захворювань, таких як SARS та MERS (Близькосхідний коронавірусний респіраторний синдром). Назва коронавірус походить від латинського слова «corona», що означає «корона» або «ореол» (німб). Під електронним мікроскопом виглядає, ніби оточений сонячною короною. Поки визнано єдиний спосіб трансмісії нового вірусу серед людей SARS-CoV-2 - «людина – людина», на відміну від попередніх двох. Наприклад, SARS передавався спочатку від диких ссавців – циветів, тоді як MERS переходив до людей від верблюдів [2]. Кажани вважаються природними господарями SARS-CoV-2, але, як відомо, ще кілька видів тварин виступають джерелами.

Основними ознаками зараження є лихоманка ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), сухий кашель, ускладнене дихання, втрата нюху та смаку. Важкі випадки супроводжуються пневмонією, поліорганною недостатністю, і навіть смертю. Поточні оцінки інкубаційного періоду – часу між зараженням і виникненням симптомів – коливаються від 1 до 14 днів. У більшості інфікованих людей симптоми проявляються протягом 5-6 днів [2]. Якщо проявляється якийсь із поширених симптомів нового коронавірусу, чи погіршується загальне самопочуття, з'являється слабкість, біль у грудній клітці, перше, що потрібно зробити, радить МОЗ України, це звернутись до сімейного лікаря по телефону.

Величезна проблема коронавірусу – його можна підхопити і навіть не здогадуватися про це. Це означає, що людина може проводити день як зазвичай, нічого не відчуваючи, а насправді інфікувати 2-3 людей за тиждень. Потім ті, хто інфікувався, також інфікують 2-3 людей кожен, із яких, у свою чергу, інфікує інших, і так вірус шириться світом. Але ось що відбувається, коли людина залишається вдома і тримає соціальну дистанцію. Наприклад, якщо людина залишається вдома – це зменшує кількість контактів з 406 до 15 (рис.1) [3]. Зі зменшенням випадків зменшується навантаження на медичних працівників та медичну систему.

Протягом тривалого часу карантинні вимоги доопрацьовувались Кабінетом Міністрів та вносились поправки, зважаючи на різке зростання хворих в Україні. Окрім того, так званий «пік поширення коронавірусу» ще не настав (станом на 16 квітня 2020). Тому, не рекомендується залишати дім без

серйозних на те підстав під час карантину. Зокрема, в деяких західних регіонах України, де найбільше зареєстровано випадків коронавірусної хвороби, окрім міста Київ, взагалі забороняється виходити в громадські місця у визначений державою період.

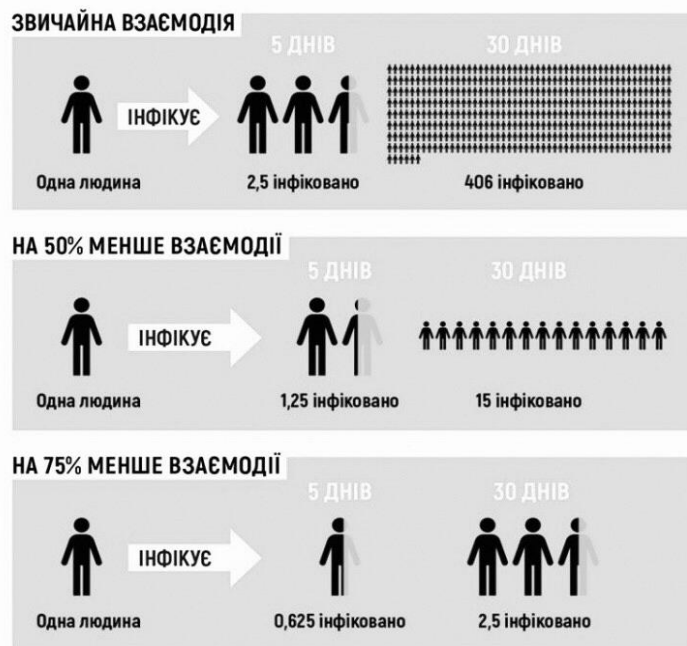


Рис.1. Сила соціального дистанціювання під час пандемії коронавірусу [3]

Наразі загальноприйнятим в Україні на період карантину є правило, яке говорить, що не можна ходити по вулицях більше, ніж по двох. Чимало українців проявили ігноруюче ставлення до таких запобіжних заходів, таким чином МВС та Нацгвардія контролює та слідкує за порядком на вулицях, а саме носінням маски та дотриманням соціальної дистанції. Суворіші карантинні обмеження почали діяти з 6 квітня, які включають обов'язкову наявність при собі документів, що посвідчують особу. Дітям до 14 років заборонено знаходитись у громадських місцях без супроводу батьків чи опікунів [4]. Відвідування рекреаційно-розважальних місць, таких як парки, сквери і лісопаркові зони тощо, заборонено, окрім випадків виходу собак.

Для максимального забезпечення індивідуальної безпеки під час пандемії коронавірусу, є можливість замовляти продукти, товари і ліки онлайн через додатки та веб-сайти, які пропонують доставку через пошту, або ще краще додому. Самовивіз наразі заборонений. Таким чином коло осіб, з якими здійснюється контакт обмежується однією-двома особами. МОЗ України закликає, щоб під час карантину залишатись по можливості вдома і пам'ятати, що більшістю послугами можна скористатися дистанційно, наприклад банківськими, і тим самим подбати про себе та про літніх родичів, допомігши їм здійснити покупки та сплатити комунальні послуги онлайн.

Особливо потрібно уникати контактів з особами, які протягом останніх 14 днів контактували з хворими, чи з прибулими з-за кордону, або тими, хто сам

нещодавно був поза межами України. Більше того такі люди зобов'язані самоізолюватись. Але тут треба розуміти, що, кожну людину потрібно розглядати як потенційного зараженого. Варто пам'ятати, що карантин - це не відпуск і не канікули, це створені державою умови для усіх громадян, як працюючих, студентів та школярів, так і пенсіонерів та маленьких дітей, в обмін на зобов'язання дотримуватись карантинних обмежень.

Самоізолювання – це перебування особи в приміщенні з метою абсолютного уникнення контактів з іншими на підставі ймовірності інфікування оточуючих та поширення вірусу. Споріднене поняття «обсервація» використовують, коли йдеться річ про особу, яка високоймовірно уражена вірусною інфекцією та потребує медичного нагляду та/або лікування. В цьому випадку, коло оточення потенційного хворого обмежується медичними працівниками.

За порадами лікарів та Міністерства охорони здоров'я до самоізоляції варто звернутись у трьох випадках:

- 1) Якщо людина була у близькому контакті з інфікованим;
- 2) Якщо людина очікує результатів тесту на зараження Covid-19 при цьому маючи симптоми вірусу;
- 3) Якщо людина подорожувала, працювала чи просто перебувала в епіцентрах поширення коронавірусу.

Серйозний ризик для того, щоб стати ймовірним претендентом-носієм вірусу вважається перебування з інфікованою особою протягом декількох хвилин на дистанції, меншій за 6 метрів. Деякі джерела говорять, що достатньо декількох секунд на відстані меншій за 2 метри від зараженої вірусом людини, аби також стати хворим.

Міністерство цифрової трансформації розробило мобільний додаток, який допомагає контролювати місце перебування та стан осіб, які зобов'язались дотримуватись самоізоляції. Дотримування спеціального режиму контролюють уповноважені органи.

Covid-19, як і грип може викликати гострі респіраторні захворювання. То яка між ними різниця?

Летальність. За попередніми даними від Covid-19 помирає від 1 до 3,4% інфікованих. В той час як від сезонного грипу – 0,1% [1]. Ця може варіюватися в залежності від рівня медицини та медичного забезпечення країни. Це означає, що ризик померти від коронавірусу вищий, ніж від грипу, а ризик померти від коронавірусу в країні з недостатнім медичним забезпеченням – ще вищий.

Імунітет. У багатьох людей уже сформований імунітет до різних штамів сезонного грипу. Але вірус, який викликає Covid-19 – новий, і до нього імунітет ще не виробився.

Вакцина. Для профілактики і лікування сезонного грипу існують вакцини та ліки. Для Covid-19 офіційно затверджених ліків поки не існує, а вакцину тільки розробляють. Треба чекати мінімум один рік, говорять експерти.

Інкубаційний період. Інкубаційний період коронавірусу довший. Для Covid-19 – до 14 днів, а для грипу – до 4 днів. Потенційно це дає інфікованому

коронавірусом більше часу на розповсюдження вірусу до появи перших симптомів.

Заразність. Коронавірус SARS-Cov-2 заразніший, ніж звичайний сезонний грип. В середньому людина з новим коронавірусом може інфікувати від 2 до 2,5 людей за 5 днів при звичайній взаємодії. Це означає, що інфікований може запустити ланцюг розповсюдження вірусу, зупинити яку буде дуже важко.

Групи ризику. За віком грип найбільш небезпечний для маленьких дітей (0-4 роки) і літніх людей (від 65 років). Що стосується Covid-19, діти не входять в групу ризику, на відміну від старших людей (від 60 років). Але ВОЗ закликає не вважати Covid-19 хворобою лише літніх людей.

Госпіталізація. Хоча у 80% людей хвороба протікає легко або взагалі безсимптомно, 20% потребують госпіталізації, а з них 5% – в реанімації [5]. Це значно більше в порівнянні з сезонним грипом, при якому в госпіталізації потребують близько 2%. Якщо кількість хворих на Covid-19 одночасно буде великою, лікарні будуть перенавантажені: не буде вистачати ліжок, апаратів для подачі кисню і штучної вентиляції легень, лікарів і медичних сестер. Кількість смертей яких можна було б уникнути, збільшиться.

Наприкінці березня Верховна Рада України ухвалила законопроект, спрямований на запобігання поширенню коронавірусу в країні [6]. В законі ідеться про наступне:

- 1) Дозволено працювати вдома за рішенням роботодавця.
- 2) Відпустка за свій рахунок не буде врахована у загальний строк, який передбачається законодавством щодо таких відпусток за рік.
- 3) Продовжується термін подання електронних декларацій - до 1 червня 2020 року.
- 4) Медикам (які лікують хворих на коронавірус) доплачується до 300% до заробітної плати.
- 5) Доплачуватимуть працівникам, які забезпечують основні сфери життєдіяльності.
- 6) Нестиметься відповідальність за порушення санітарних норм. Штраф за порушення правил карантину та рішень органів місцевої влади 17-34 тис. грн. (для посадових осіб – 34-170 тис. грн).
- 7) Нестиметься серйозніша відповідальність за порушення санітарно-гігієнічних вимог, що спричиняють поширення коронавірусу: штраф до 51 000 грн, арешт до 6 місяців, обмеження волі до 3 років, позбавлення волі до 3 років, позбавлення волі від 5 до 8 років - якщо унаслідок цих дій померли люди.
- 8) Державні закупівлі підлягають спрощеній процедурі.
- 9) Ввізне мито та ПДВ на лікарські засоби, медичні вироби та медичне обладнання скасовуються.
- 10) Державою контролюються ціни на ліки та соціально значущі товари.

Наразі кордон закритий для іноземців, а українці масово прибували з-за кордону до України, зокрема, після введення глобального карантину та закриття кордонів - спеціальними рейсами. Міжміське сполучення, як

залізничне, так автобусне і повітряне не функціонує. Число транспортних засобів по місту значно скоротилася, зокрема, громадським транспортом можуть скористуватися лише пасажирів стратегічних об'єктів і ті, без професійної діяльності яких припиниться життєдіяльність населеного пункту. Це медичні працівники, співробітники продовольчих магазинів, аптек, екстрених служб та деяких інших об'єктів, визначених у Законі. У столиці та інших великих містах України введені спеціальні перепустки, які видаються пасажирам, що мають право на користування громадським.

З 17 березня тимчасово призупинена робота закладів громадського харчування, торговельно-розважальних центрів, фітнес-центрів, закладів культури та мистецтв. Діяльність продуктових магазинів, аптек, лікарень та клінік, медичних пунктів, банків, страхових служб та ветеринарних аптек дозволена. Всі вищезазначені об'єкти повинні дотримуватись суворих правил санітарно-гігієнічних норм. Сюди входить погодинна дезінфекція поверхонь обладнання, товарів, інвентарю тощо, генеральне прибирання приміщень та обладнання з використанням дезінфікуючих та миючих засобів після закінчення робочої зміни. Всі працівники мають бути забезпечені особистим захистом, як і відвідувачі, якщо при собі у них немає відповідних засобів. Для утилізації використаних засобів захисту має бути встановлена ємкість для викидання. Упродовж усього робочого часу має бути мінімізоване скупчення людей.

До Центру Зайнятості звернулось уже на 13% більше громадян України, ніж у 2019 році, відсоток безробіття за неофіційними даними значно вищий. Існує такий варіант розвитку подій, коли працівники працюють дистанційно. В цей момент практично всі бізнес-процеси, зокрема конференції, бізнес-зустрічі, брифінги, листування, документообіг, замовлення, оформлення, заключення угод тощо, відбуваються в онлайн режимі. Для працюючих дистанційно громадян діють такі самі ж вимоги, що і до всіх. Але, в таких умовах для них зараз характерне посилене навантаження – інтелектуальне та психологічне. Адже, поєднання роботи, домашніх обов'язків, турботи за сім'єю, дотримування правил карантину та санітарно-гігієнічних вимог, а також тривала незмінна атмосфера напруженості, як вдома, так і в соціальних мережах – все це негативно впливає на загальний психічний та психологічний стан особи. Вважається, що така атмосфера та перебування у замкнутому просторі протягом тривалого часу є сприятливою для розлучень, сімейних сварок та насильства. Поради психологів про те, як врятувати своє ментальне здоров'я під час карантину включають наступне: фізичне навантаження, проходження всебічно розвиваючих курсів, участь в онлайн марафонах, розвиток творчих здібностей, читання художньої літератури, медитації та йога, обмеження часу проведення в соціальних мережах, дихання свіжим повітрям у власному дворі, чи на терасі.

Виходячи на вулицю недостатньо одягнути маску аби уникнути інфікування. Одноразові маски, які продаються в аптеці не в змозі затримати всі мікроби на своїй поверхні, які поступають з повітрям через матеріал до дихальних шляхів і найбільше через відступаючі від обличчя краї маски.

Науковці Единбурзького університету виявили, що звичайна хірургічна маска затримує 80% частинок розміром в 0,007 мікрон, а розмір частинок коронавірусу – 0,1 мікрон [7]. Це означає що на 80% шанси не заразитися вірусом збільшуються з одноразовою маскою, ніж без неї. Одноразову маску потрібно змінювати кожних 2-4 години при цьому викидати їх напряму у смітник і не контактувати голими руками. Марлеву одноразову маску також потрібно прати і прасувати з такою самою частотою, що і викидати хірургічні. Важливим є правильний вибір маски, так як вона має не утворювати щілин біля обличчя, а також уникнення доторкання до неї руками. Окрім одноразових, бувають маски з посиленням захистом, наприклад респіратор №95 – блокує частинки вірусу на 95%, FFP3 – респіратор здатний повністю відфільтрувати коронавірус, FFP2 – респіратор середнього рівня, FFP1 – низького рівня [8]. Останні два все одно можуть з легкістю затримати частинки коронавірусу, але вибираючи між FFP1 і FFP2, варто зупинитися на другому рівні захисту. Існують також інші види респіраторних масок, рекомендованих для звичайних жителів і для медичних працівників, яких можна знайти як і онлайн, так і в аптеках.

Як висновок, маска необхідна в першу чергу для людей, які хворі аби запобігти потраплянню частинок вірусу під час кашлю або чхання на оточуючих, а здоровим людям аби не заразитися шляхом потрапляння вірусу до дихальних шляхів. Але маска не повинна бути єдиним засобом захисту. Одноразова маска не є 100% гарантом безпеки при пандемії коронавірусу і має використовуватися у комплексі з іншими засобами. Про них буде йти мова пізніше.

Щодо поширеного міфу, що коти та собаки передають коронавірус людям, то ВООЗ та Центр з контролю та профілактики захворювань в США стверджує, що не має доказів того, що коти та собаки можуть передавати новий коронавірус людині [7]. Вони можуть хворіти на коронавірусні інфекції, але для людей ризик заразитись від них близький нулю. Під коронавірусними інфекціями маються на увазі всі ті вірусні захворювання, від яких ще не знайдено вакцини. Але, тут треба пам'ятати, що COVID-19 може жити в побуті на різних поверхнях аж до декількох днів, а шерсть тварини також є поверхнею, до якої часто дотикається руками власник чотирилапого. Найкраща порада – не дозволяти домашній тварині прогулюватись в людних місцях, а самому мити руки якомога регулярніше і ретельніше, та обов'язково з милом. Процес миття рук має тривати щонайменше 20 секунд. Якщо можливості вимити рук немає, то підійде антисептик. Спекуляція цінами на антисептики та маски набула чималих масштабів, позаяк нижче буде наведено рекомендацію по виготовленню антисептика самостійно вдома. За рекомендаціями ВООЗ, для приготування 1 літра спиртовмісного гелевого антисептику потрібно: 833 мл. етилового спирту; 41 мл. перекису водню; 16 мл гліцерину; 100 мл. кип'яченої або дистильованої води.

Питання, яке хвилює весь світ: чи призведе підвищення температури повітря до повного припинення поширення коронавірусу. І справді,

захворюваність новим коронавірусом сягала найвищих показників в прохолодніших кліматичних умовах, і продовжує зростати (рис. 2).



Рис. 2. Поширення Covid-19 в світі станом на 15.04.2020 [9]

В південних країнах з високою вологістю повітря спостерігається не таке швидке поширення хвороби. Вчені з двох університетів Пекіну досліджували серйозно це питання і дійшли колективного висновку, що навіть якщо передача вірусу нижча при вищих температурах, вірус все одно може поширюватись, просто повільнішими темпами. Тепло може зробити вірус менш ефективним, але менш ефективна передача не означає, що її взагалі не має. В теплу пору року імунітет зазвичай укріплюється та організм краще бореться з вірусом, окрім того жаркий і вологий клімат не є сприятливим середовищем для цього вірусу. Але наразі складно доводити, що епідемія коронавірусу скоро зменшиться у Північній півкулі, адже наглядно потрібно декілька років аби вималювати передбачувану схему поширення Covid-19, а також стверджувати про деяку сезонність в його характері. Отже, навіть якщо вірус зменшить свої темпи поширення влітку, високоймовірно, що восени вірус знову може відновитись з попередніми весняними оборотами. Підсумовуючи, важливо розуміти, що зараз надто рано робити прогнози. Посилений та подовжений карантин, підвищення свідомості громадян у кожній країні – єдиний вихід перервати ланцюг зараження.

Невірним є твердження, що якщо у людини немає симптомів, то вона не інфікована вірусом. Від 70% до 80% людей можуть мати легкі симптоми, або абсолютно не мати їх. На сьогоднішній день у хворих коронавірусом спостерігаються такі симптоми: висока температура, сухий кашель, задишка,

втрата нюху та смаку. Деякі хворі виявляють шлунково-кишкові ознаки, наприклад діарея, також болі в тілі та симптоми верхніх дихальних шляхів (закладеність носу). В ідеалі, потрібно аби кожен мав змогу зробити тест на виявлення коронавірусу, навіть тим людям, які не мають симптомів, адже, як виявилось, існують безсимптомні носії вірусу, особливо серед молоді. Тому дуже важливим є залишатись вдома усім без виключень і не наражати себе, рідних та перехожих на небезпеку. Окрім цього, пам'ятати, що предмети, які були в контакті із сторонніми особами, наприклад, товари із магазину, дверні ручки чи поручні варто також дезінфікувати. Одяг після виходу на вулицю чи у місце скупчення людей варто також обробити спиртом або спиртовмісним засобом, якщо є змога, то випрати у гарячій воді.

Ще одним важливим правилом поведінки під час карантину – це не створювати паніку серед народу та не поширювати непідтвержені здогадки. В соціальних медіа запущено теорію, що новий коронавірус - експериментальна зброя, яка випадково втекла з лабораторії в Китаї. Інші заперечують і говорять, що це напрочуд введена зброя для дестабілізації країни з понад 1.4 мільярдами людей, і яка являється другою за величиною економікою в світі після США. Як вважають військові експерти, обидва сценарії вважаються помилковими та, ймовірно, є частиною навмисної дезінформаційної кампанії. Створення вірусу посилається то на китайських військових, то на Північну Корею, то на США. А президента США було суворо засуджено за расистське звинувачення після того, як він описав смертельну хворобу, «китайський вірус». Потенційно руйнівна сила біологічної зброї була заборонена міжнародною конвенцією з 1975 року. Експерт-вірусолог та провідний дослідник коронавірусу Тревор Бедфорд запевняє, що відсутні будь-які докази генетичної інженерії, а навпаки є докази природніх мутаційних ознак, які з'являються в процесі еволюції.

Covid-19 небезпечний для всіх людей, але існують категорії людей, які в більшій групі ризику, ніж інші та, в якій важче перебігає хвороба з вищим показником смертності. Літні люди та люди з хронічними захворюваннями знаходяться в найбільшому ризику. Так, хоча особи з хронічними станами мають підвищений ризик, як правило, тому, хто старший і має, наприклад, серйозну серцеву недостатність загрожує набагато більший ризик розвитку ускладнень від інфекції Covid-19, ніж людині середнього віку з таким самим анамнезом.

Отже, до груп підвищеного ризику належать:

- старші люди від 60 років і більше;
- люди з ослабленою імунною системою (зокрема ті, які приймають ліки, що пригнічують її: хворі на рак, ВІЛ/СНІД, з пересадженими органами, люди, які приймають високі дози стероїдів або біологічних препаратів, часто для аутоімунних станів);
- люди з хворобами легень (зокрема, астма; хронічна обструктивна хвороба легень, включаючи емфізему та хронічний бронхіт; легенева гіпертензія);
- курці;

- люди із захворюваннями серця та судин та цереброваскулярними захворюваннями (зокрема, маючи в анамнезі інфаркт чи інсульт; хронічна серцева недостатність; атеросклероз, захворювання серцевих клапанів; люди з штучними клапанами серця; з порушенням серцевого ритму; високий кров'яний тиск тощо);

- діабетики;

І дійсно, головний санітарний лікар України заявив, що 90% померлих від коронавірусу українців мали хронічні захворювання. Для вищеперелічених груп осіб потрібно бути пильнішими і дотримуватися суворішої ізоляції.

Висновки. Отже, визначено, що обов'язком кожного в період масового поширення вірусу – це своєчасно виконувати та дотримуватись протиепідемічних заходів та санітарно-гігієнічних норм, які є найефективнішим інструментом в боротьбі з Covid-19. Це перериває передачу вірусу серед людей та стримує темп поширення коронавірусу. Особиста відповідальність, комбінація заходів системи охорони здоров'я, посилення обізнаності та інформованості серед населення щодо вимог та обмежень під час карантину грає велике значення. Одночасно уряд повинен діяти більш рішуче і жорсткіше по відношенню до порушників, інакше Україну чекатиме іспанський сценарій.

Настане час і країна буде поступово виходити з карантину, але описані вище заходи безпеки повинні стати новими соціальними стандартами життя на невизначений період часу.

Науковий керівник: Полукаров О. І., канд. техн. наук, доцент (каф. ОПЩБ КПІ ім. Ігоря Сікорського)

Література

1. COVID-19 Coronavirus pandemic/Електронний ресурс/Worldometers.info – Режим доступу до ресурсу: <https://www.worldometers.info/coronavirus/>.
2. Q & A on COVID-19 [Електронний ресурс] // European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC) 2020. – 2020. URL: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/questions-answers>.
3. COVID-19 [Електронний ресурс] // Міністерство охорони здоров'я – URL: <https://moz.gov.ua/koronavirus-2019-ncov>.
4. Карантинні заходи [Електронний ресурс] // Кабінет Міністрів України. – 2020. – URL: <https://covid19.gov.ua/karantynni-zakhody>.
5. Коронавірус, грип або ГРВІ: Як відрізнити ці захворювання і що між ними спільного та відмінного? [Електронний ресурс] // Західна інформаційна корпорація. – 2020. – URL: https://www.google.com.ua/amp/s/zik.ua/amp/news/ludyna/koronavirus_hryp_abo_hrvi_yak_vidriznyty_tsi_zakhvoriuvannia_i_shcho_mizh_nymy_spilnoho_ta_vidminnoho_962108.
6. Закон України Про внесення змін до деяких законодавчих актів України, спрямованих на запобігання виникненню і поширенню коронавірусної

хвороби (COVID-19) [Електронний ресурс] // Верховна Рада України – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/530-20>.

7. Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic [Електронний ресурс] // World health organization – URL: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.

8. Приходько-Дибська К. Захисні маски та респіратори [Електронний ресурс] / Катерина Приходько-Дибська // Моріон. – 2020. – URL: <https://www.umj.com.ua/article/172739/zahisni-maski-ta-respiratori>.

9. Карта поширення коронавірусної хвороби (COVID-19) [Електронний ресурс] – URL: <https://www.google.com/covid19-map/>.