



Илизаровские ВЕДОМОСТИ

ФОТО ФАКТ



Тема выпуска– **КОРОНАВИРУС**

Колонка редактора



Александр Владимирович Бурцев,

И.о. директора Центра Илизарова, д.м.н.

Уважаемые коллеги! Вот и подошел к завершению первый квартал нашей работы в этом символичном 2020 году! Наступила долгожданная весна – время очередных перемен. Изменениям подвергся и наш всеми любимый Центр! Недавно мы получили новый почетный статус – Национальный медицинский исследовательский центр (НМИЦ)! Это по факту признание на самом высоком уровне наших многолетних трудов, наших стараний. Мы лидеры в отрасли, одни из ведущих в стране учреждений федерального уровня. Стратегия развития центра, базирующаяся на философии Г.А. Илизарова, доказала свою актуальность, востребованность и эффективность. Мы продолжаем двигаться дальше.

Впереди у нас много интересного. Перед нами поставлены интересные и амбициозные задачи. Нам необходимо стать наставниками по направлению «травматология и ортопедия» в трех наиболее крупных федеральных округах. Начата подготовка к этой большой работе. Предстоят выезды наших специалистов в курируемые регионы, проведение консультативных и образовательных мероприятий.

В следующем году Центр будет праздновать 100-летие со дня рождения Г.А. Илизарова. Это знаменательное событие для всего мира травматологии и ортопедии, которое необходимо провести на соответствующем высоком уровне. Мы вступили в эпоху больших качественных перемен. Уверен, что у нас все получится!

Уважаемые коллеги! Мы позаботились о вашем здоровье и выпустили газету «Илизаровские ведомости» в абсолютно безопасном, стерильном варианте - электронном! Вы сможете ознакомиться с последними новостями Центра и почитать актуальную информацию не выходя из своего кабинета, офиса. Отметим, что это первый раз, когда газета выходит исключительно в электронном варианте, без бумажной версии.

Лента новостей

В Центре Илизарова возвращают не только радость движения, но и радость жизни.

Вернуть утраченную возможность пользоваться столовыми приборами, и просто себя обслуживать, Игорю Румянцеву помогли врачи клиники реконструктивно-пластической хирургии и хирургии кисти Центра Илизарова. Весной 2019 года Игорь попал в ожоговый центр Челябинска с обширными ожогами, пострадало свыше 48% тела. После длительного пребывания в коме, на фоне полученных травм у пациента развилась гетеротопическая оссификация локтевых суставов, простыми словами – это своего рода окостенение локтевого сустава с последующей утратой какого-либо движения в суставе. Из-за невозможности согнуть обе руки Игорь Румянцев лишился элементарной способности обслужить себя без посторонней помощи. На фоне этого у пациента развилась глубокая депрессия.

Желание жить и улыбка вернулись к Игорю после операции в Центре Илизарова. Полностью мобилизовать сустав левой руки удалось благодаря артропластике. Операцию провел врач клиники реконструктивно-пластической хирургии и хирургии кисти, пластический хирург, травматолог-ортопед, Коростелев Михаил Юрьевич. Проведенное хирургическое вмешательство – это что-то среднее между пластической операцией и ортопедической, или иными словами ортопластика. В мире ортопластика уже прочно вошла в медицинскую практику. В России же подобные операции делают в единичных клиниках, а количество пациентов неизбежно растёт.

В настоящее время Игорь Румянцев готовится к следующей операции, теперь уже на правой руке.

Наши на «Мире»

Наши врачи и пациенты стали героями проекта о жизни регионов «Евразия. Регионы». Передача под названием «Курганская область: нефть на стол не поставишь», вышла на телеканале «Мир 24» 30 марта 2020 г. Проект затронул разные сферы жизни Курганской области, от машиностроения, до рыбоводства. Программу можно посмотреть на официальном сайте телекомпании www.mirtv.ru



Лента новостей

В Центре Илизарова подвели итоги конференции кистевых хирургов.

Свыше 100 участников, 26 научных докладов, 3 мастер-класса в режиме он-лайн из операционного зала, 2 дня плотного графика работы - в Центре Илизарова завершила свою работу VII межрегиональная научно-практическая конференция хирургов Урала и Западной Сибири «СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ХИРУРГИИ ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ». Стоит отметить, что география конференции давно вышла за пределы УрФО, в этом году мероприятие посетили хирурги из Москвы, Санкт-Петербурга. Международный статус конференции придало участие делегатов из стран ближнего зарубежья, также были заявлены делегаты из Китая, но в свете международной обстановки, китайские врачи приняли заочное участие в симпозиуме. Для российских коллег китайские хирурги представили видеодоклад «Достигнутый результат клинического применения технологий Илизарова в Китайской Народной Республике после обучения в РНЦ «ВТО» им. Г.А. Илизарова».

Отметим, что конференция прошла на базе Клиники реконструктивно-пластической хирургии и хирургии кисти Центра Илизарова. Клиника была образована 1 августа 2017 года и объединила работу двух травматолого-ортопедических отделений – ТОО№13 и ТОО№14, руководитель клиники – д.м.н., Наталья Геннадьевна Шихалева.



Первый день конференции прошли 3 показательных операции. Участники симпозиума активно участвовали в разборе пациентов, и обсудили тактику лечения. Благодаря аудио- и видео- трансляции, за последующим ходом операции делегаты могли наблюдать не выходя из конференц-зала. Одну из операций - артроскопию кистевого сустава, провел Голубев Игорь Олегович, д.м.н., заведующий отделением микрохирургии и травмы кисти, ФГБУ «НМИЦ ТО им. Н.Н. Приорова» Минздрава России, г. Москва, председатель правления Российского Общества хирургов кисти. Артроскопия кисти - это новое направление, которое планируется внедрить в работу Центра Илизарова в ближайшее время.

Второй день конференции начался с торжественного награждения команды клиники реконструктивно-пластической хирургии и хирургии кисти. 27 сотрудников и друзей клиники получили памятные дипломы. В номинации «Ветеран кистевого движения» были отмечены две медицинских сестры – Речкина Надежда Петровна и Катайцева Людмила Павловна, которые начинали свой профессиональный путь еще у истоков образования отделения кисти. Помимо старожил клиники, награды получили и ординаторы в номинации "Будущее травматологии и ортопедии".

Лента новостей



В рамках подготовки празднования 100-летнего юбилея со дня рождения Г.А. Илизарова у его рабочего кабинета была обновлена памятная табличка.

У приемной директора Центра Илизарова установили новую мемориальную табличку в честь основателя ортопедического центра. В новом корпусе, который сейчас именуется «главным», Г.А. Илизаров проработал с 1983 по 1992 гг.

Мероприятие открыл и.о. директора Центра Илизарова, д.м.н. Александр Бурцев. В своем вступительном слове он подчеркнул значимость почитания традиций для Центра, а также умение сохранять память о легендарном основателе.

На открытии таблички присутствовал сын Г.А. Илизарова Александр Гавриилович, а также его внучатый племянник.

Идея смены таблички возникла на фоне подготовительных мероприятий к празднованию 100-летнего юбилея Гавриила Абрамовича Илизарова. Было решено заменить существующую табличку на более современную, которая бы вписывалась в общий стиль внутреннего интерьера Центра.

-В этом году, в рамках подготовки к юбилею, мы уже открыли памятную доску на доме, где жил Г.А. Илизаров. А также провели межрегиональный турнир по самбо памяти великого ортопеда, - отметила заслуженный врач РФ,

профессор, председатель ассоциации по изучению и применению метода Илизарова в России (ASAMI) Анна Майоровна Аранович.

Отметим, что старая табличка передана в музей истории развития Центра.

Появилась возможность ближе познакомиться с и.о.директора Центра Илизарова

В новом статусе Александр Бурцев дал интервью информационно-деловому portalу [Область45](#). В разговоре были затронуты актуальнейшие для Центра Илизарова темы о статусе Национального медицинского исследовательского центра травматологии и ортопедии, его функциях и расширении полномочий. Александр Владимирович представил основные стратегические задачи, которые стоят перед зауральским ортопедическим гигантом, в том числе организационно-методическая и аналитическая. В сфере курации НМИЦ ТО имени акад. Г.А.Илизарова находится огромная территория Уральского, Сибирского и Дальневосточного федеральных округов. Обсудили и направления научных разработок ученых Центра Илизарова: остеointegrация, замещение костных дефектов, изготовление индивидуальных имплантов. Не могли обойти вниманием и вопрос доли курганских пациентов в общем числе пациентского потока Центра.

Глобальная проблема пандемии COVID-19 вносит коррективы и в работу Курганской клиники, в частности международных обучающих программ, лечения зарубежных пациентов, проведения конференций — процессы адаптируются к актуальной эпидемиологической обстановке.

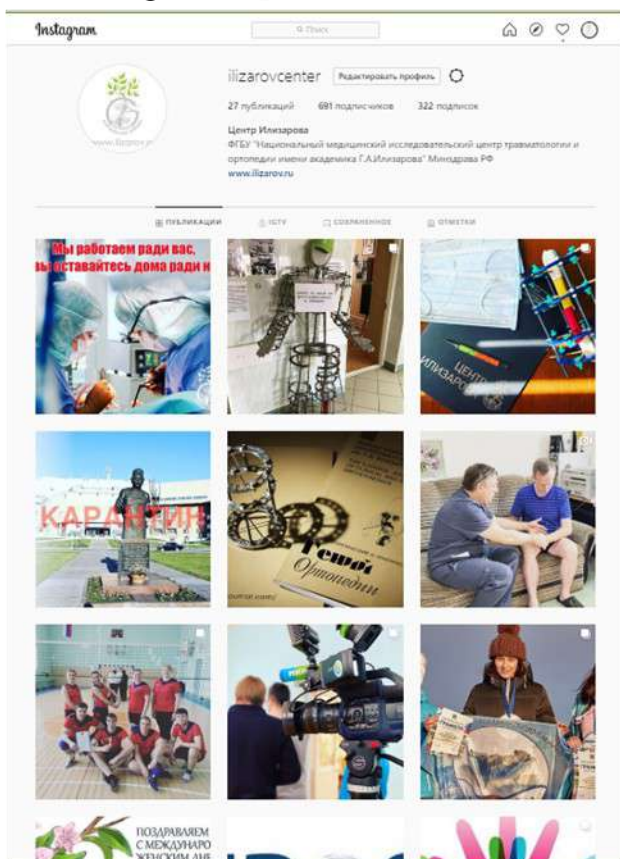
Полную видеoversию интервью можно посмотреть по ссылке <https://oblast45.ru/publication/31413>

Лента новостей



@ilizarovcenter

Instagram



Уважаемые коллеги и пациенты, рады вам сообщить, что у Центра Илизарова появилась официальная страница в соцсети Instagram: www.instagram.com/ilizarovcenter (@ilizarovcenter). Сейчас у профиля почти 700 подписчиков. Но мы верим, что их число будет расти!

В нашем профиле мы будем делиться с вами актуальными публикациями и фотографиями из жизни Центра, а так же знакомить вас с новинками в области ортопедии и травматологии.

Предлагаем врачам, медицинским сестрам и пациентам присылать нам интересные случаи и новости, которые обязательно будут опубликованы на официальном сайте www.ilizarov.ru и на страничке в Instagram. Ждем ваши письма на почту reklama@mcvto.ru

**Илизаровские
ВЕДОМОСТИ**

Спорт

В Кургане состоялось первая областная Спартакиада работников медицинских организаций Курганской области.

11 марта 2020 года в спортивном зале Курганского базового медицинского колледжа в торжественной обстановке была открыта первая областная профсоюзная спартакиада работников медицинских организаций Курганской области. Елена Екимова, председатель Курганской областной организации профсоюза работников здравоохранения РФ отметила:

- «Более 20 лет назад проведение подобной спартакиады было доброй традицией обкома Профсоюза, я рада, что мы ее возродили, и наши первичные организации Профсоюза откликнулись и прибыли на соревнования по волейболу в зачет спартакиады. Пусть нас пока немного, но мы надеемся, что уже к следующим соревнованиям по дартсу, нас будет больше. Отрадно и то, что участие в спартакиаде оказалось хорошей мотивацией для вступления в профсоюз молодежи».

Главный судья спартакиады Веселов Георгий Анатольевич поприветствовал участников и пожелал им успехов и побед!

Судья всероссийской категории Осипов Николай Александрович после проведения жеребьевки открыл соревнования по волейболу.

Соревнования проходили по стандарту из 5 игр до 3 побед.

Игры проходили в атмосфере здоровой конкуренции, до упора, на износ. Было на что посмотреть, поболеть, порадоваться каждому забитому мячу и продолжительным розыгрышам. Играли красиво!

В результате упорной борьбы 1 место заняла команда ППО ГБУ «ШБСМП», 2 место - у команды ППО ФГБУ «НМИЦ ТО» имени академика Г.А. Илизарова» и 3 место у команды ППО ГБПОУ «КБМК».



Волейбольная команда Центра Илизарова : Худасова О.И. (отдел кадров), Боташева А.С. (ординатор), Просекова М.В. (группа маркетинга), Васильев И. В. (Отделение реабилитации), Ефимов Р.И. (ординатор), Ворцель Э.В. (ОКС), Комилзода К.К. (ординатор)

Международная деятельность

Коллаборация Центра Илизарова и Американского Центра.

В феврале 2020 г. делегация от Центра Илизарова в составе Евгения Овчинникова, к.б.н., заместителя директора по научной работе «НМИЦ ТО имени академика Г.А. Илизарова» Минздрава РФ и Валентины Камышевой, руководителя международного отдела, посетила с рабочим визитом два крупных научных американских центра, базирующихся в штате Техас.

В Техасском детском госпитале (г. Даллас) представители Центра обсудили возможность создания совместных международных патентов, по большей части, связанных с новыми медицинскими девайсами для чрескостного остеосинтеза и внешней фиксации. В Техасском госпитале, сотрудничество с которым у нас длится уже более пяти лет, была создана рабочая группа по разработке данных патентов. Отметим, что это очень важный шаг для Центра Илизарова, в настоящее время у нас нет ни одного международного патента, и наша интеллектуальная собственность не защищена на международном уровне.

Следующим этапом поездки было посещение Университета Сан-Антонио (Техас). С Вайдой Глат, директором центра научных исследований Департамента ортопедической хирургии при Университете, Евгений Овчинников обсудил основные аспекты дальнейшего научного сотрудничества. Одной из тем коллаборации было выбрано актуальное и быстро развивающееся направление в ортопедии - оссеоинтеграция и дистальное протезирование. Вайда Глат долгое время работала в Австралии (одном из лидеров по технологиям в оссеоинтеграции) и обладает высоким уровнем экспертного мнения.



Взгляд

ИНФЕКЦИЯ, ВЫЗВАННАЯ НОВЫМ КОРОНАВИРУСОМ (COVID-19)

Коронавирусная инфекция – острое вирусное заболевание с преимущественным поражением верхних дыхательных путей.

Возбудитель инфекции: коронавирус 2019-nCoV, изолят которого был получен 7 января 2020 г. в Китайской Народной Республике, в г. Ухань, 11 февраля 2020 г. ВОЗ присвоила официальное название инфекции, вызванной новым коронавирусом–COVID-19 («Coronavirus disease 2019»). Международный комитет по таксономии вирусов 11 февраля 2020 г. присвоил официальное название возбудителю инфекции – SARS-CoV-2.

Инкубационный период: от 1 до 14 дней.

Симптомы могут проявиться в течение 14 дней после контакта с инфекционным больным. Симптомы во многом сходны со многими респираторными заболеваниями, часто имитируют обычную простуду, могут походить на грипп.

Период заразности: весь инкубационный период, в том числе при отсутствии симптомов.

Пути передачи: воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре), воздушно-пылевой (при вдыхании пылевых частиц в воздухе), контактно-бытовой (при рукопожатиях, через предметы обихода).

Факторы передачи: воздух, пищевые продукты, предметы обихода, контаминированные возбудителем.

Клинические симптомы:

- повышение температуры тела в > 90 % случаев;
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты) в 80 % случаев;
- ощущение сдавленности в грудной клетке в > 20 % случаев
- одышка в 55 % случаях.
- миалгии и утомляемость (44%);
- продукция мокроты (28%).

Также установлено, что среди первых симптомов 2019-nCoV инфекции могут быть головные боли (8%), кровохарканье (5%), диарея (3%), тошнота.

Данные симптомы в дебюте инфекции могут наблюдаться в отсутствии повышения температуры тела.

Если у вас есть аналогичные симптомы, подумайте были ли Вы за последние две недели за границей Российской Федерации либо в контакте с кем-то, кто посещал в последние две недели зоны повышенного риска (страны, где зафиксировано множество случаев коронавирусной инфекции)?

Если ответ на этот вопрос **положителен** — к симптомам следует отнестись максимально внимательно: нужно немедленно обратиться к врачу для подтверждения диагноза и получения необходимой медицинской помощи. Лучше воздержаться от посещения медучреждения и вызвать на дом врача по телефону, указанному на сайте вашей поликлиники или по номеру 112 или 103. Заниматься самолечением ни в коем случае не стоит.

Профилактика коронавирусной инфекции требует соблюдения элементарных мер, поэтому рекомендуем Вам:

- Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик.
- Не касайтесь грязными руками глаз, лица и рта.
- Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
- Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
- Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
- Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
- Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски
- Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены.

Если вы побывали на территории одной из неблагополучных по коронавирусу стран в последние несколько недель, то необходимо провести **14 дней в режиме самоизоляции** — не ходить на работу, в больницу и даже за продуктами.

Такой режим обязателен для всех прибывших из неблагополучных с точки зрения эпидемиологии стран, даже при отсутствии симптомов заболевания. Если же вы почувствовали недомогание, то не стоит ехать в поликлинику — вызывайте врача

Взгляд

на дом. В качестве профилактики чаще мойте руки с мылом, используйте антисептик, ограничивайте контакты с больными людьми и меньше трогайте свое лицо.

В настоящее время Роспотребнадзор и Ростуризм не рекомендуют посещать все страны с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой.

Берегите себя и своих близких! И помните, что эффективность мер общественной профилактики во многом зависит от сознательного отношения граждан к охране своего здоровья и здоровья других!

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

"Горячая линия" по профилактике новой коронавирусной инфекции в Курганской области: 8-800-100-45-04, 8 (3522) 46-16-65 (с 8.00 до 17.00), 8 (3522) 25-03-03 (круглосуточно).

Врач-эпидемиолог Шупик Н.Н.



Техника гигиенической антисептики рук спиртосодержащим дезинфицирующим средством

 Продолжительность всей процедуры: **20-30 секунд**

1a



Налейте продукт в сложенную горсткой ладонь, так чтобы покрыть всю поверхность

1b



Потрите одну ладонь о другую ладонь

2



Потрите одну ладонь о другую ладонь

3



Правой ладонью разотрите тыльную поверхность левой кисти, переплетая пальцы, и наоборот

4



Переплетите пальцы, растирая ладонью ладонь

5



Соедините пальцы в «замок», тыльной стороной согнутых пальцев растирайте ладонь другой руки

6



Охватите большой палец левой руки правой ладонью и потрите его круговым движением; поменяйте руки

7



Круговым движением в направлении вперед и назад сомкнутыми пальцами правой руки потрите левую ладонь; поменяйте руки

8



После того как ваши руки высохли, они безопасны

**Илизаровские
ВЕДОМОСТИ**



Техника мытья рук с мылом и водой

 Продолжительность всей процедуры: **40-60 секунд**



0 Увлажните руки водой



1 Возьмите достаточное количество мыла, чтобы покрыть все поверхности руки



2 Потрите одну ладонь о другую ладонь



3 Правой ладонью разотрите тыльную поверхность левой кисти, переплетая пальцы, и наоборот



4 Переплетите пальцы, растирая ладонью ладонь



5 Соедините пальцы в «замок», тыльной стороной согнутых пальцев растирайте ладонь другой руки



6 Охватите большой палец левой руки правой ладонью и потрите его круговым движением; поменяйте руки



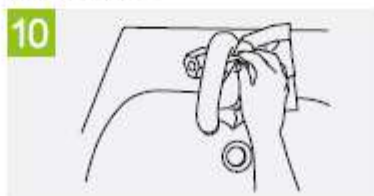
7 Круговым движением в направлении вперед и назад сомкнутыми пальцами правой руки потрите левую ладонь; поменяйте руки



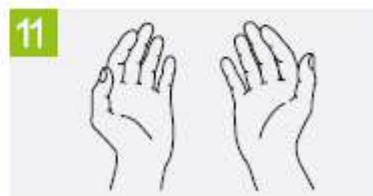
8 Ополосните руки водой



9 Тщательно высушите руки одноразовым полотенцем



10 Используйте полотенце для закрытия крана



11 Теперь ваши руки безопасны

Важно знать

Минздравом России совместно с Минкомсвязью России на Едином портале госуслуг (www.gosuslugi.ru) создан специальный **сервис**, посвященный коронавирусу и позволяющий определить свою принадлежность к группам риска, а также вести дневник наблюдения за своим состоянием здоровья. Кроме того, при указании полиса ОМС гражданина в дальнейшем ему будет предоставлена необходимая информация о прикреплении к медицинскому учреждению. Это позволит субъектам Российской Федерации обеспечить мониторинг за состоянием здоровья пациента и в случае необходимости обеспечить оказание ему своевременной медицинской помощи.

Минздравом разработан понятный и удобный опросник, размещенный в разделе портала Госуслуг, посвященном коронавирусу. По результатам ответов на эти вопросы система сообщит, относится ли гражданин к группе риска: нужно ли ему вызывать скорую или можно ограничиться самоизоляцией и находиться дома четырнадцать дней для того, чтобы не подвергать опасности окружающих.

Система предлагает заполнить дневник здоровья, который позволит следить за основными параметрами (такими как температура тела, пульс, жалобы и симптомы). Информация будет передаваться на уровень субъекта РФ, в котором гражданин проживает, а уже субъект сможет ее маршрутизировать в медицинскую организацию. Гражданам рекомендуется указывать номер своего полиса ОМС в учетной записи на портале. Это позволит посредством автоматического взаимодействия с территориальными Фондами обязательного медицинского страхования установить к какой медицинской организации гражданин прикреплен и правильно и быстро маршрутизировать этот запрос.

При наличии серьезных симптомов – таких как высокая температура и затрудненное дыхание – рекомендуется в любом случае сразу вызывать скорую помощь, не дожидаясь, пока придет врач. Подсказку об этом система выдаст в случае выявления соответствующих показаний в ходе опроса.

Сервис доступен всем, кто зарегистрирован на Едином портале госуслуг – даже по упрощенной схеме, не требующей подтверждения учетной записи.

COVID-19

**ПРАВИЛА
ПРОФИЛАКТИКИ
НОВОЙ
КОРОНАВИРУСНОЙ
ИНФЕКЦИИ**

ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены

**Илизаровские
ВЕДОМОСТИ**

Важно знать

COVID-19

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Инфекция передается от больного человека к здоровому при близких контактах



Когда больной человек чихает или кашляет рядом с вами, капельки слизи изо рта и носа больного попадают в воздух, которым вы дышите, на предметы и поверхности, к которым вы прикасаетесь



Люди старше 60 лет в группе высокого риска у них возможны опасные осложнения коронавирусной инфекции, в том числе вирусная пневмония



Реже посещайте общественные места (магазины, аптеки, МФЦ, банки)



Часто мойте руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи)



Не трогайте немытыми руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в ваш организм



При кашле и чихании прикрывайте рот и нос одноразовой бумажной салфеткой, и выбрасывайте её сразу после использования



Протирайте влажными антисептическими салфетками предметы, которые были с вами в общественных местах и в транспорте (сумки, телефоны, книги и др.)



Попросите близких или сотрудников социальной службы помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением товаров дистанционно



В случае любого недомогания не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом



Если у вас признаки простуды, а ваши близкие выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно скажите об этом врачу, он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию



Если ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты, требуйте их обращения за медицинской помощью

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

COVID-19

ОБ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ КАРАНТИНА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?



- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того чтобы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находится в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?



- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками - перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУЗЬЯМИ И РОДНЫМИ?



Вы можете общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.

КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НАХОДИТСЯ НА КАРАНТИНЕ? У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОНАВИРУС?



Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля. За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру. На 10 сутки карантина, врачи производят отбор материала для исследования на COVID-19 (мазок из носа или ротоглотки).

КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный не нужно приходить в поликлинику, его можно оформить дистанционно на сайте Фонда социального страхования (ФСС).

ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАРАНТИН?

При нарушении режима карантина, человек помещается в инфекционный стационар.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКОНЧИЛСЯ?



Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день карантина.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Важно знать

COVID-19

ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ КОРОНАВИРУСА COVID-19, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
Повышенная температура	часто	редко	часто
Усталость	иногда	иногда	часто
Кашель	часто (сухой)	незначительный	часто (сухой)
Чихание	нет	часто	нет
Боль в суставах	иногда	часто	часто
Насморк	редко	часто	иногда
Боль в горле	иногда	часто	иногда
Диарея	редко	нет	иногда (у детей)
Головная боль	иногда	редко	часто
Одышка	иногда	нет	нет

Юмор



Лента новостей

#сидимдома. Центр Илизарова поддержал масштабный флешмоб врачей.

В разгар пандемии коронавируса нового типа мы присоединились и поддержали мировой челлендж в поддержку всеобщего карантина. В нашем официальном профиле инстаграм - @ilizarovcenter, мы еще раз призвали всех оставаться дома и без острой необходимости не выходить на улицу.

Напомним, что в этой непростой ситуации Центр Илизарова продолжает прием пациентов на плановую госпитализацию со всей России.

Музей истории развития Центра Илизарова тоже не остался в стороне от флешмоба учреждений культуры, который в сети именуется, как #скучающийфлешмоб. С каждым днем все больше и больше учреждений отрасли присоединяются к масштабной акции, которая призвана хоть как-то порадовать людей в условиях самоизоляции.



**Никто со мной не
фотографируется
в обнимку
скучающийфлешмоб**

Лента новостей

В Курганской области введён режим всеобщей самоизоляции

Решением оперативного штаба и постановлением губернатора Вадима Шумкова в регионе введён режим обязательной самоизоляции: все граждане кроме тех, что работают, обязаны находиться дома. Выходить на улицу можно только за продуктами в ближайший магазин, в аптеку, вынести мусор или погулять с домашними животными. Также можно обратиться за медпомощью. Это ограничение вступает в силу с 1 апреля 2020 года. Оно будет действовать до особого распоряжения.

По данным на 31 марта 2020 года в Курганской области нет случаев заболевания коронавирусной инфекцией. Ребёнок, который был госпитализирован с таким диагнозом, уже выписан - у него отрицательные результаты тестов.

В регионе действуют «горячие линии»:

По вопросам нарушения прав работников:

Гострудинспекция тел. 63-48-79, 45-86-14

По вопросам работы предприятий: Департамент экономики Курганской области тел. 42-94-27 и главное управление по труду и занятости тел. 24-15-00

По вопросам соблюдения карантина теми, кто обязан на нём оставаться: 42-12-98, 49-56-86, 112 или 8-800-200-0112 (МВД).



Всемирный день здоровья

7 апреля 2020 года во всем мире отмечается Всемирный день здоровья.

Пожелание доброго здоровья уже давно стало традицией. Но особенно важным оно становится во время эпидемии коронавируса во всем мире.

Давайте вместе запустим самый добрый и здоровый марафон. Предлагаем Вам записать короткое видео с пожеланием здоровья и опубликовать у себя на странице с тегом #будьздоров #behealthy.

Таким образом мы соберем тысячи пожеланий в этот сложный для нашей страны и всего мира период пандемии коронавируса.

Мы сделаем общее видео и опубликуем его в поддержку всех и каждого во Всемирный день здоровья.

Чтобы стать частью общего видеопожелания размещайте ролики с тегами #будьздоров #behealthy на своих страницах в соцсетях или присылайте свои видеоролики на электронный адрес: marafon@nationalpriority.ru. Ждем ваши видео хронометражем от 5 до 10 секунд до 00.00 6 апреля 2020 года, чтобы 7 апреля уже всем направить общее пожелание здоровья.

Присоединяйтесь к самому доброму марафону, организованному АНО «Национальные приоритеты» совместно с движением «Волонтеры-медики» при поддержке Минздрава России.

Больше новостей и оперативной информации о распространении коронавируса в России – на сайте стопкоронавирус.рф. #стопкоронавирус #здоровьевприоритете #coronavirus

Афиша

Что посмотреть

После объявленной пандемии популярные сервисы решили порадовать нас приятными предложениями.

- Новые пользователи «**Кинопоиск HD**» могут получить доступ к библиотеке фильмов и сериалов, введя код KARANTIN. Предложение также позволит воспользоваться сервисом «Яндекс.Плюс», с которым можно без ограничений слушать музыку и получать скидки при использовании сервисов «Яндекса».
- Онлайн-кинотеатр **Premier** предлагает бесплатный доступ ко всему контенту. Необходимо установить актуальную версию приложения.
- Через **Okko** можно смотреть фильмы и сериалы. Только подтвердите, что вы находитесь на карантине: отправьте сообщение OkkoBro через @OkkoBro_bot в «Телеграме». Можете проделать процедуру через **официальное сообщество** во «ВКонтакте». В разделе «Спорт» открыт доступ к записям футбольных матчей Английской премьер-лиги, а также обзоры сезонов и записи лучших голов.
- Поддерживает пользователей и сервис **Combo** от Mail Group. Со скидкой 50% можно приобрести подписку на Okko и «МегаФон ТВ».
- Месячный доступ к онлайн-кинотеатру **Ivi** достанется вам за 1 рубль

- «**МегаФон**» в течение 30 дней позволит бесплатно пользоваться пакетом «Максимальный» в «МегаФон ТВ» – это 220 каналов, 3066 фильмов и 75 сериалов.
- Бесплатно смотреть отечественные фильмы и сериалы, детский и образовательный контент можно через сервис **Wink** от «Ростелекома».
- Получите месяц бесплатной подписки на **More.tv** по промокоду SIDIMDOMA.
- Документальные фильмы в **Nonfiction**: бесплатная подписка на 10 дней для новых пользователей.
- **2x2**: бесплатная подписка на раздел Adult Swim и другие сериалы до 7 апреля.
- Сейчас в два раза дешевле можно купить подписку «**Амедиатеки**» на 3, 6 и 12 месяцев. Промокоды: STAYHOME3, STAYHOME6 и STAYHOME12. Для активации промокода в «Амедиатеке» после регистрации потребуется в разделе «Покупки» выбрать пункт «Оформить подписку на 7 дней», после чего в открывшемся окне необходимо изменить период подписки на нужный и добавить промокод.
- Расширение **Netflix Party** для Google Chrome позволит вместе с друзьями смотреть шоу и фильмы со стримингового сервиса. Работает это так: человек запускает что-то на Netflix и по клику на Netflix Party создаёт стрим с общим чатом. Чтобы пригласить друзей к просмотру, нужно отправить ссылку на чат.

The image shows three promotional banners for different services:

- Wink:** Promotes free content for all users, including 5000+ movies, Russian series, and educational content. A special offer for children's and educational content is available until March 17th.
- WIFIRE:** Offers a free subscription until April 30, 2020, for users who have not yet taken advantage of digital TV packages.
- Билайн:** Promotes a zero-balance offer for the "Билайн ТВ" package, allowing users to watch content from the "Стартовый" package.


 16

МегаФон ТВ

Развлечения **Физические лица**

Есть чем занять всю семью на целый месяц – семейный пакет «Максимальный», а в нем > 200 каналов, > 3000 фильмов, > 80 сериалов. А еще и пакет «Большой детский» для маленьких домоседов

0₽ **БЕСПЛАТНО**
с 23.03.2020



ОНЛАЙН-КИНОТЕАТР

 22

ОККО

Развлечение **Физические лица**

Сидеть дома совсем не скучно, если есть уютное место перед экраном, теплый плед и подписка на онлайн-кинотеатр с огромным выбором фильмов и сериалов

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ
30 дней подписки Олтинум за 1 руб + скидка 50% на продление подписки по промокоду O3042020


 16

more.tv

Развлечения **Физические лица**

В самоизоляции совсем не скучно – почти как на море, если есть Море ТВ

0₽ **БЕСПЛАТНО**
Бесплатная подписка на 1 месяц по промокоду SIDINDOMA


 29

КиноПоиск HD

Развлечения **Физические лица**

Дарим подписку КиноПоиск HD до конца апреля всем, у кого пока нет действующей подписки. А еще вы сможете пользоваться всеми возможностями Яндекс.Плюса

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ
По промокоду POKAYSEDOMA доступны более 7000 фильмов, сериалов и мультфильмов.


 27

ТНТ ПРЕМЬЕР

Развлечения **Физические лица**

Такого сериала ты еще не видел! Все новинки на ПРЕМЬЕР

0₽ **БЕСПЛАТНО**


 5

МТС Спутник ТВ

Развлечения **Физические лица**

Для тех, кто ушел в минус, дарим просмотр 40 телеканалов, включая два мультиплека

Для абонентов МТС Спутник

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ
Срок действия: 23.03.2020 – 30.04.2020


 4

МТС. Телевидение

Развлечения **Физические лица**

Для тех, кто ушел в минус, дарим просмотр 40 телеканалов, включая два мультиплека

Для абонентов МГТС

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ
Отложенный платеж до 30.04.2020. Тариф «Доступный» на скорости 2 Мбит/с


 30

Видеосервис ivi

Развлечения **Физические лица**

Крунейший российский онлайн-кинотеатр. Содержит более 80 тыс. единиц контента, в том числе доступно бесплатно

Россия

0₽ **БЕСПЛАТНО**
Со скидкой с 18 марта до решения об отмене предложения


 14

Дом.ru Movix

Развлечения **Физические лица**

Когда еще будет возможность насладиться таким количеством фильмов, сериалов, посмотреть тонны обучающих видео и не спешить раскинуть мягкий диван домашнего кинотеатра?

Для клиентов компании

0₽ **БЕСПЛАТНО**
С 23.03 до 30.04 расширение доступа к Медиалатформе, пакетам каналов и подпискам


 20

Домашний кинотеатр

Развлечения **Физические лица**

Устроить домашний онлайн кинотеатр очень просто, если есть приставка Ростелеком, а с ней интерактивное ТВ и огромный выбор ТВ каналов.

Для клиентов компании

0₽ **БЕСПЛАТНО**
С 17 марта на детский, образовательный и развлекательный контент

Триколор Кино и ТВ

Развлечения **Все желающие**

Бесплатный доступ к 30 каналам, онлайн-кинотеатру, проекту «Большой эфир» с эксклюзивными трансляциями, доступным в онлайн-приложении «Триколор Кино и ТВ»

С 19 марта и до 12 апреля (при регистрации в мобильном приложении)

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ

Триколор Кино и ТВ

Развлечения **Все желающие**

Бесплатный доступ к 30 каналам, онлайн-кинотеатру, проекту «Большой эфир» с эксклюзивными трансляциями, доступным в онлайн-приложении «Триколор Кино и ТВ»

С 19 марта до 12 апреля бесплатный доступ при регистрации в приложении

0₽ **БЕСПЛАТНО**

Афиша

Что послушать

Как же без музыки на карантине?

- **ReStore**: бесплатная подписка Apple Music на 4 месяца. Далее – 169 рублей в месяц.
- **Boom** от «ВКонтакте» предлагает новым пользователям за символическую сумму в 1 рубль подписку на 3 месяца. Далее – 149 рублей в месяц.
- **«Яндекс.Плюс»**: бесплатная подписка для новых пользователей до 30 апреля. «Яндекс.Музыка» включена. Промокод: РОКАVSEДОМА. Далее – 169 рублей в месяц.
- Можете сходить на онлайн-концерт от **STAY** – это стриминг выступлений различных исполнителей. Первый концерт пройдет 29 марта.
- В Нью-Йорке отменили будущие спектакли Метрополитен-оперы, но выступления для всех желающих будут транслироваться на **официальном сайте**.

Что почитать

- Бесплатно слушать аудиокниги можно на **Storytel** целый месяц. Пользователям открыли всю библиотеку. Далее подписка будет стоить 549 рублей в месяц.
- «ЛитРес» предлагает доступ к 64 книгам от издательства «Альпина». Тематики разные. Для получения доступа нужно зарегистрироваться **на сайте** и в специальном разделе ввести промокод GIFT_STAYHOME.
- Крупнейший книжный сервис по подписке **MyBook** предоставляет доступ к стандартному каталогу из более 140 тыс. книг на разных языках по промокоду STAYHOME.

Альпина.Книги 22 ❤️

Альпина

Развлечение Физические лица

Издательство "Альпина" открыло доступ к подборке из 70 электронных книг

0₽ БЕСПЛАТНО По промокоду GIFT_STAYHOME

Ростелеком 17 ❤️

Ростелеком. Книги

Развлечение Физические лица

Читать не перечитать - 150 000 цифровых книг в сервисе "Ростелеком. Книги"

Для клиентов компании

0₽ БЕСПЛАТНО С 23 марта

MyBook 24 ❤️

MyBook

Развлечение Физические лица

Наконец появилось время почитать? Вот где более 140 000 электронных книг. Устраивайтесь поудобнее!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ По промокоду STAYHOME доступ на месяц к стандартной подписке

Smart Reading 14 ❤️

Smart Reading

Развлечение Физические лица

Карантин не продлится вечно, и всех книг не перечитать. Чтобы выбрать для вдумчивого чтения самые нужные и интересные нон-фикшн произведения, начните с саммари. По акции "Антивирус" в доступе 500+ саммари в текстовом и аудио формате.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ С 20 марта по 20 апреля бесплатно

НЭБ ❤️

НЭБ

Образование Все желающие

Национальная электронная библиотека, в которой представлены книги, рукописи, диссертации, ноты и многое другое.

0₽ БЕСПЛАТНО

НЭБ.Пресса ❤️

НЭБ.Пресса

Образование Все желающие

Будьте в курсе главных событий и трендов деловой и общественно-политической жизни – читайте свежие журналы и актуальные газеты в одной электронной библиотеке. С любого устройства в привычной для вас обстановке.

0₽ БЕСПЛАТНО

Учёба, искусство и спорт

- Сервис «**МегаФон Образование**» становится бесплатным для студентов, молодых специалистов и школьников старших классов. Пользователи со следующей недели могут получить доступ к онлайн-курсам по четырём направлениям: IT, менеджмент, маркетинг и финансы.
- Доступ ко всем образовательным программам открыт для студентов учебного заведения, которые зарегистрированы на платформе **Coursera**.
- Платформа **GeekBrains** откроет доступ к некоторым курсам для пользователей. Для доступа нужно зарегистрироваться и заполнить анкету.
- «**Радио Arzamas**» позволяет пользоваться бесплатной подпиской на обучающие курсы, подкасты и аудиоматериалы. Промокод «КАРАНТИН» будет действовать до 15 апреля. Ввести его нужно с мобильного устройства.
- Преподаватели могут проводить интерактивные занятия со школьниками в «**Яндекс.Учебнике**», а ученики могут посещать онлайн-уроки от специалистов по всем предметам в «Эфире» и «Репетиторе».
- «**Мобильный художественный театр**»: доступ к 7 спектаклям в мобильном приложении до 23 марта.
- **Третьяковская галерея** предлагает всем желающим принять участие в видеоэкскурсиях по популярнейшим выставкам музея.
- **Down Dog** стал бесплатным. Занимайтесь йогой и фитнесом, не выходя дома.

- И вы знаете, я не удивлюсь, если завтра выяснится, что ваш муж тайно посещает РАБОТУ!



Тут обсуждают, чем заменить рукопожатие. Не могу промолчать.



Коронавирус в России



Мальчик, ты не понял.
Антисептик нам принеси.

Мы никуда не летим.





Корпоративная газета «ИЛИЗАРОВСКИЕ ВЕДОМОСТИ» выпуск № 52. Выходит не менее 4 раз в год. Издается с сентября 2012 года.

Главный редактор: Бурцев А.В. Корреспонденты: Резник Н.Е., Попкова Н.В., Гайдышева О.Ю., Гофман А.Ф., Просекова М.В., Вихровская-Давыдова Ю.Р., Дизайн и верстка: Гофман А.Ф. Корректор: Резник Н.Е.