

## **Особенности оказания первой помощи в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19)**

При некоторых состояниях, требующих оказания первой помощи, существует непосредственная угроза жизни пострадавшего, в частности при остановке сердца. Отказ очевидца от оказания первой помощи из-за опасения заразиться новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) может привести к быстрой смерти пострадавшего или развитию у него тяжелого осложнения. Поэтому, было бы неправильным отказываться от проведения сердечно-легочной реанимации и первой помощи в целом. Это нашло своё отражение в Постановлении Правительства РФ от 2 апреля 2020 г. № 417 "Об утверждении Правил поведения, обязательных для исполнения гражданами и организациями, при введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации" [1].

В условиях пандемии острого респираторного вирусного заболевания особенно важно принимать необходимые меры предосторожности, чтобы минимизировать риск заражения.

### *Как распространяется вирус?*

Заразиться COVID-19 можно от других людей, если они инфицированы вирусом. Заболевание может передаваться от человека к человеку при вдыхании мелких капель, выделяемых из носа или рта больного COVID-19 при кашле или чихании. Также эти капли попадают на окружающие человека предметы и поверхности. Заразиться можно в результате прикосновения сначала к таким предметам или поверхностям, а затем – к глазам, носу или рту. По этой причине для предотвращения передачи вируса Всемирная Организация Здравоохранения рекомендует соблюдать дистанцию между людьми не менее 1 метра, правила респираторного этикета и гигиены рук (<https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>).

При оказании первой помощи необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

1. Уделите внимание личной безопасности. Если вам доступны средства индивидуальной защиты (медицинские маски и перчатки, очки) – воспользуйтесь ими. Если Вы считаете, что есть риск заражения – Вы имеете право не оказывать первую помощь, но обязательно вызовите скорую медицинскую помощь по телефону 112 или 103. Если подозреваете у пострадавшего наличие COVID-19, сообщите об этом работникам скорой медицинской помощи при вызове.
2. При оценке состояния пострадавшего необходимо оценить сознание и нормальное дыхание. Оценивайте дыхание только визуально, не пытайтесь услышать или почувствовать дыхание, близко наклонившись своим лицом к пострадавшему. При наличии сомнений – вызовите помощь и начните надавливания на грудину (компрессии грудной клетки) в соответствии с рекомендациями Европейского совета по реанимации и Национального Совета по Реанимации России (<https://cprguidelines.eu/>) (<https://www.rusnrc.com/>).

3. Если вы не обучены или не хотите выполнять искусственное дыхание при проведении базовой сердечно-легочной реанимации – выполняйте только надавливания на грудину (компрессии грудной клетки) в соответствии с рекомендациями Европейского совета по реанимации (<https://cprguidelines.eu/>) [2].
4. После оказания первой помощи тщательно вымойте руки с мылом и обработайте их спиртосодержащими дезинфектантами в соответствии с рекомендациями Всемирной Организации Здравоохранения и Роспотребнадзора (<https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>) (<https://www.rosminzdrav.ru/ministry/covid19>).

Особым случаем является проведение сердечно-легочной реанимации младенцам и детям. Для них проведение искусственного дыхания является критически важным. Выполнение искусственных вдохов увеличивает риск передачи вируса COVID-19 либо человеку, оказывающему первую помощь, либо самому ребенку/младенцу. Однако этот риск оправдан по сравнению с риском бездействия, которое приведет к неизбежной смерти младенца или ребенка.

---

Примечание:

[1] П. 3. «При введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации граждане обязаны:

г) при обнаружении пострадавшего (пострадавших) принимать меры по вызову уполномоченных должностных лиц и до их прибытия при отсутствии угрозы жизни и здоровью оказывать пострадавшему (пострадавшим) первую помощь».

[2] Применение автоматического наружного дефибриллятора при проведении базовой сердечно-легочной реанимации не включено в данные рекомендации в соответствии с действующим российским законодательством.

## **Особенности проведения образовательных мероприятий по первой помощи в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19)**

### *Как распространяется вирус?*

Заразиться COVID-19 можно от других людей, если они инфицированы вирусом. Заболевание может передаваться от человека к человеку при вдыхании мелких капель, выделяемых из носа или рта больного COVID-19 при кашле или чихании. Также эти капли попадают на окружающие человека предметы и поверхности. Заразиться можно в результате прикосновения сначала к таким предметам или поверхностям, а затем – к глазам, носу или рту. По этой причине для предотвращения передачи вируса Всемирная Организация Здравоохранения рекомендует соблюдать дистанцию между людьми не менее 1 метра, правила респираторного этикета и гигиены рук (<https://www.who.int/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>).

При проведении образовательных мероприятий дополнительным источником передачи инфекции может стать учебное оборудование.

Для минимизации риска передачи инфекции необходимо:

1. Занятия по первой помощи в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19) допустимо проводить исключительно в малых учебных группах.
2. Не допускать к обучению лиц (преподавателей и участников) с признаками острой респираторной инфекции или контактировавших с заболевшими или контактными лицами по COVID-19.
3. Во время обучения уделить особое внимание мытью и дезинфекции рук участников (<https://www.rosminzdrav.ru/ministry/covid19>), обработке учебного оборудования в соответствии с рекомендациями производителей, прежде всего манекенов для освоения навыков сердечно-легочной реанимации, также необходимо обеспечить частое проветривание и достаточное увлажнение помещения и/или использование бактерицидных рециркуляторов.
4. При обучении правилам проведения сердечно-легочной реанимации с использованием учебных манекенов в период пандемии COVID-19 рекомендуется применять модифицированную оценку наличия нормального дыхания (только визуальную, без попыток услышать или почувствовать дыхание, приблизившись своим лицом к пострадавшему). Не рекомендуется обучать участников технике искусственного дыхания. Необходимо проводить обучение сердечно-легочной реанимации и рекомендовать ее проведение только в рамках концепции изолированных компрессий грудной клетки (“compression-only CPR”).
5. Участникам модифицированного на время пандемии COVID-19 курса рекомендуется пройти "освежающий" курс базовой сердечно-легочной реанимации с проведением искусственного дыхания после окончания вспышки заболевания.