



Хантавирусный легочный синдром (ХЛС)

Последнее обновление 2024-09-08

Ключевые факты

Передача заболевания: Воздушно-капельным путем и, хотя и реже, прямой контакт с отходами жизнедеятельности грызунов (резервуарами хантавирусов являются грызуны)

- Вдыхание находящихся в воздухе частиц отходов жизнедеятельности грызунов (мочи и фекалий)
- Прикосновение к глазам, носу или рту после контакта с пометом, мочой или гнездами грызунов (подозрение, но не подтверждено)
- Укус грызуна (подозрение, не подтверждено)
- Тесный контакт с людьми, страдающими ХЛП (очень редко)

Наиболее уязвимые к заражению болезнью

- Люди, вступающие в контакт с грызунами, их гнездами, пометом и мочой

Симптомы

- Усталость
- Температура, озноб
- Мышечные боли, особенно в крупных группах мышц (тазобедренные суставы, бедра, спина)
- Головные боли и головокружение (иногда)
- Тошнота и рвота (иногда)
- Боль в животе (иногда)
- Диарея (иногда)
- Кашель (обычно возникает после других симптомов)
- Одышка (обычно возникает после других симптомов)

Что вы можете сделать для предотвращения эпидемии и борьбы с ней

Контроль и предотвращение мест размножения

- Поощряйте использование ловушек для грызунов внутри и снаружи домов
- Поощряйте использование других мер борьбы с грызунами, таких как содержание кошек

Мониторинг сообщества и выявление больных людей

- Быстро выявляйте людей с подозрением на ХЛП в соответствии с определением случая в сообществе

Лечение и ведение

- Направляйте больных людей в медицинские учреждения
- Оказывайте психосоциальную поддержку заболевшим людям и членам их семей

Безопасные укрытия и пространства

- Создавайте безопасные пространства и предотвращайте проникновение грызунов в дома или доступ к хранящимся продуктам питания и воде (включая корм для домашних животных).
- Соблюдайте рекомендуемые методы гигиены окружающей среды
 - Утилизируйте мусор в защищенных от грызунов контейнерах, чтобы свести к минимуму возможные места гнездования
 - Очистите и продезинфицируйте места, где есть признаки присутствия грызунов

Санитария и утилизация отходов

- Поощряйте дезинфекцию домов и других помещений с признаками присутствия грызунов
- Способствуйте надлежащей и безопасной утилизации мертвых грызунов
- Соблюдайте рекомендуемые правила гигиены на кухне (например, немедленно мойте полы и посуду)

Личная защита и гигиена

- Поощряйте использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) и дезинфицирующих средств при уборке помета грызунов и материалов для гнездования
- Поощряйте мытье рук с мылом
 - ПЕРЕД: приготовлением пищи; приемом пищи; кормлением ребенка; обработкой ран; или уходом

за больными людьми

- ПОСЛЕ: посещения туалета или мытья ребенка; прикосновения к мусору или отходам, особенно к отходам от грызунов; прикосновения к животным или кормления их; сморкания, кашля или чихания; обработки ран; или ухода за больными людьми

Социальная мобилизация и укрепление здоровья

- Ознакомьтесь с конкретными рекомендациями, которые дают органы здравоохранения и другие соответствующие органы
- Следуйте этому совету и информируйте членов сообщества о текущих рекомендациях в области здравоохранения
- Предложите поддержку и рекомендуйте следовать советам
 - Попробуйте получить представление о том, соблюдаются ли рекомендации по медицинской практике и если нет, то почему
 - Под руководством вашего руководителя и органов здравоохранения проводите работу с сообществами, чтобы преодолеть препятствия на пути следования медицинским советам и рекомендуемой практике

Картирование и оценка сообществ

- Составьте карту сообщества.
- Отметьте на карте следующую информацию:
 - Сколько людей заболело хантавирусом? Где?
 - Сколько людей умерло? Где? Когда?
 - Кто уязвимые люди и где они находятся?
 - Где находятся местные медицинские учреждения и службы? (включая традиционных целителей)
- Запишите следующую информацию на обратной стороне карты:
 - Когда люди начали заболевать хантавирусом?
 - Сколько человек проживает в пострадавшем сообществе? Сколько детей младше пяти лет?
 - Как люди в сообществе хранят свою еду?
 - Способны ли крысы или другие грызуны съесть его или загрязнить?
 - Как люди в сообществе утилизируют мусор и твердые отходы? (нанесите на карту места утилизации коммунального мусора)
 - Разработали ли власти программу контроля за местами обитания?
 - Есть ли у членов сообщества какие-либо рискованные привычки или практики, когда они вступают в контакт с живыми или мертвыми грызунами?
 - Как люди избавляются от мертвых грызунов? (например, похоронены ли они, выброшены ли в реку, сожжены ли?) Как люди избавляются от мертвых грызунов? (например, похоронены ли они, выброшены ли в реку, сожжены ли?)
 - Какие средства для мытья рук имеются в наличии? (нанесите на карту общественные пункты мытья рук)
 - Есть ли у них мыло?
 - Каковы привычки, практика и убеждения сообщества в отношении ухода за больными людьми и их питания? Учитывайте любые различия в ролях и обязанностях между женщинами и мужчинами.

- Когда младенцы и груднички болеют, продолжают ли женщины кормить их грудью?
- Действует ли программа социальной мобилизации или укрепления здоровья?
- С какими препятствиями сталкиваются люди, независимо от гендерной идентичности, возраста, инвалидности и происхождения, при доступе к точкам водоснабжения и санитарно-гигиеническим сооружениям?
- Какие источники информации люди используют/которым доверяют больше всего?
 - Существуют ли слухи или дезинформация о хантавирусе? Что это за слухи?

Действия волонтеров

- [01. Эпидемиологический надзор на уровне сообщества](#)
- [02. Составление карты сообщества](#)
- [03. Коммуникация с сообществом](#)
- [04. Направление населения в медицинские учреждения](#)
- [05. Защита, безопасность и благополучие волонтеров](#)
- [06. Средства индивидуальной защиты \(СИЗ\) в случае остроинфекционных заболеваний](#)
- [19. Психосоциальная поддержка \(ПСП\)](#)
- [29. Пропаганда гигиены](#)
- [34. Мытье рук с мылом](#)
- [36. Контроль переносчиков и резервуаров](#)
- [38. Кампании по утилизации отходов и уборке территории](#)
- [43. Социальная мобилизация и изменение поведения](#)

01. Эпидемиологический надзор на уровне сообщества

Обзор

- Эпидемиологический надзор на уровне сообщества – это систематическое выявление и сообщение о значимых событиях в области общественного здравоохранения (таких как внезапное заболевание или смерть людей или животных) в рамках сообщества, осуществляемое членами сообщества и волонтерами.
- Происходит, когда члены сообщества активно участвуют в выявлении, передаче отчетов, реагировании на события в области здравоохранения и мониторинге их в сообществе.
- Информацией, обнаруженной в ходе надзора, следует поделиться с местным отделением и органами здравоохранения. Эпиднадзор на уровне сообщества помогает выявлять вспышки заболеваний на ранней стадии, контролировать их и спасать жизни.
- Помните, что благодаря вашим наблюдениям и вашему присутствию в сообществе вы можете получать информацию, которая может быть полезна другим людям, принимающим активное участие в борьбе с эпидемией.
- Эпидемиологический надзор на уровне сообществ способствует:
 - раннему выявлению рисков для общественного здоровья в сообществе;
 - расширению системы раннего предупреждения за пределами медицинского учреждения;
 - связыванию раннего обнаружения с принятием превентивных мер в сообществе.

Что делать и как действовать

Точное отображение на карте

- Составьте карту сообщества (см. инструмент действий «Картографирование сообщества»).
- Вы должны знать, где люди живут и работают.

Сканирование местных сообществ

- Просканируйте все сообщество.
- Совершайте визиты от дома к дому.
- Если сообщество большое, разделите работу на более мелкие участки или области.

Понимание болезни и рисков

- Ознакомьтесь с заболеванием, которое может присутствовать в вашем сообществе,
- включая признаки и симптомы.
- Определите наиболее уязвимых участников сообщества,
- что поможет вам выявить людей, которые с большей вероятностью заболеют.

Выявление уязвимых людей

- Кто в сообществе может быть уязвим к этому заболеванию

Наблюдение и передача отчетов

- Создайте группы наблюдения для активного поиска заболевших людей.
 - Выделите разные области сообщества для каждой группы.
- При обнаружении людей, страдающих этим заболеванием, оцените, насколько серьезно они больны, и нужно ли их направлять в медицинское учреждение (см. инструмент действий «Направление в медицинские учреждения»).
- Регистрируйте обнаруженные случаи и объединяйте свои данные с данными других команд, что позволит составить четкую картину того, как болезнь распространяется в сообществе.
- Сообщите такую информацию своему местному отделению, другим командам добровольцев и органам здравоохранения. Это называется «передачей отчетов»
 - Помните, что передача отчетов должна быть систематической. Чтобы избежать путаницы, все, кто подготавливает и передает отчеты, должны придерживаться одних и тех же методов. Поговорите со своим местным отделением и органами здравоохранения, чтобы выяснить, какая система передачи отчетов лучше всего подходит для вашей работы и вашей ситуации.

Направление к врачу или уход на дому

- Это поможет вам передавать конкретные сообщения и информацию о состоянии здоровья, а также оперативно направлять заболевших людей в медицинские учреждения.
- Если за заболевшими людьми можно ухаживать дома, покажите их семьям, что нужно делать, и, по возможности, предоставьте им информацию и необходимые медицинские средства.

Community messages



24. Finding sick people

02. Составление карты сообщества

Обзор

Карта сообщества позволит вам установить связь между проблемами и конкретными местами и облегчит просмотр информации. Карты часто легче понять, чем слова.

Составление карты поможет:

- Выявить риски и подверженности риску:
 - кто и что наиболее подвержены воздействию;
 - чему они подвергаются.
- Показать существующие проблемы и уязвимости (некоторые из них могут усугубить текущую угрозу).
- Понять какие ресурсы внутри сообщества могут быть полезны для борьбы с эпидемией.
- Получить информации о других факторах (таких как источники средств к существованию, жилье и т. д.), на которые может повлиять эпидемия, или которые могут быть полезны для борьбы с эпидемией.
- Проанализировать связи и закономерности в воздействии и распространении эпидемии.

Важно создавать карту вместе с членами сообщества. Это помогает сообществам быть активными и принимать участие в уходе, предоставляемом Обществом Красного Креста и Красного Полумесяца и волонтерами.

Составление карты сообщества особенно полезно во время эпидемий, поскольку это помогает увидеть места с наибольшими проблемами и потребностями, а также помогает определить риски и ресурсы, такие как медицинские пункты, машины скорой помощи, подъездные пути, убежища, источники воды и так далее. Карты могут быть использованы для поддержки превентивных мер, обеспечения готовности и реагирования на эпидемию

Создание карты сообщества

По возможности получите или создайте цифровую карту сообщества. Если это недоступно, можно создать простую пространственную карту, которая показывает сообщество и все его ключевые ориентиры. При соблюдении основополагающих принципов защиты данных карта сообщества должна включать следующее:

- Все сообщество:
 - скопления людей, их дома, и кто где живет.
- Основные общие/общедоступные места в сообществе:
 - такие, как школы, медицинские центры, места богослужения, источники воды, рынки и т. д.
- Местонахождение людей, которые подвергаются наибольшему риску [если вы можете их идентифицировать].
- Где началась эпидемия, и как она распространяется [если известно и возможно идентифицировать].
- Риски для здоровья (например, неподходящие места для удаления мусора, крупные места размножения переносчиков).

Использование карты сообщества

Карту можно использовать для обозначения новых и/или выявленных случаев. Сделайте следующее:

- Сформируйте команды, чтобы охватить определенные участки, обозначенные на карте.
 - При участии членов сообщества каждая команда должна выяснить все, что она может, о своем участке (сколько людей больны, кто уязвим, сколько было направлено в органы здравоохранения, любая другая соответствующая информация). Работайте со своим руководителем, чтобы определить цели и приоритеты для тех, кто подвергается наибольшему риску. Это потребует определения географических целей, в пределах этих определенных участков, а также определения наиболее нуждающихся на основе анализа уязвимости и потенциала, который включает гендерный анализ и анализ этнокультурного многообразия.
- Комбинируйте карты разных команд. Это позволит вам увидеть:
 - Какие участки эпидемии вы охватываете, какие участки вы, возможно, не охватываете, и подробную информацию о каждом участке. Это поможет вам спланировать свои действия. Некоторые из этих действий могут включать: мероприятия по очистке окружающей среды; распространение противомоскитных сеток; кампании по иммунизации; другие мероприятия, связанные с борьбой с эпидемией..



Создание карты сообщества

03. Коммуникация с сообществом

Обзор

Общение во время эпидемии может быть затруднено. Вспышки болезней, особенно новых, могут вызывать неуверенность, страх и тревогу, что может привести к распространению слухов, дезинформации и дезинформационных материалов. Люди могут не доверять властям, системе здравоохранения или организациям, включая Общество Красного Креста и Красного Полумесяца. Они могут не слушать или не верить информации, которую они получают от людей или организаций, не вызывающих у них доверия. Люди также могут быть охвачены горем по тем, кто болен или кто умер.

Иногда внутри сообществ присутствуют сильные убеждения, которые отличаются от профилактических и защитных социальных мер, продвигаемых властями и поставщиками медицинских услуг. Люди могут твердо верить в свои собственные культурные обычаи, традиционную медицину или другие методы, которые могут оказаться неэффективными против болезни. Они могут не принимать определенные методы лечения (включая лекарства и вакцины).

Во многих странах сообщения принимают форму директив и односторонней связи. Однако вовлечение и участие сообществ сыграли решающую роль в успешных кампаниях по борьбе с болезнями и их ликвидацией во многих странах.

Во время вспышки заболевания доверительная коммуникация с сообществом имеет жизненно важное значение. Для укрепления доверия важна двусторонняя коммуникация. «Двусторонняя» означает, что волонтеры должны как передавать сообщения сообществу, так и получать их от него. Члены сообщества должны чувствовать, что их уважают и к ним прислушиваются, и у них должна быть возможность поделиться своими убеждениями, страхами и переживаниями. Чтобы принимать сообщения волонтеров, члены сообщества должны быть в состоянии доверять вам и быть уверенными в том, что вы говорите. Как только вы поймете убеждения, страхи и переживания членов сообщества, вы сможете предоставлять им правдивые и точные сообщения.

Обмен сообщениями о состоянии здоровья, которые являются последовательными, ясными и простыми для понимания, также помогает укрепить доверие. Предоставление точной информации сообществу имеет решающее значение, особенно когда необходимо убедить людей принять безопасные методы (которые могут отличаться от того, к чему они привыкли). К таким пропагандируемым изменениям в поведении относятся:

- принятие прививок или других медицинских процедур;
- мытье рук с мылом в критические моменты;
- ношение средств индивидуальной защиты;
- похороны близких способами, отличными от принятых (безопасные и достойные похороны);
- социальное дистанцирование;
- пользование средств от насекомых или сон под сетками на кроватях;
- согласие быть изолированным от других, чтобы избежать их заражения;
- приготовление пищи и воды другим способом (часто путем очистки, кипячения или тщательной варки);
- и другие рекомендуемые меры общественного здравоохранения.

Что делать и как действовать

Коммуникация в условиях эпидемии

- Вовлекайте и привлекайте общественных лидеров и членов сообщества:
 - Узнайте, где сообщество получает информацию:
 - Кому они доверяют предоставлять им медицинскую информацию (например: органам здравоохранения, общественным или религиозным лидерам, врачам, народным целителям).
 - Работайте с сообществами над выявлением, выбором и планированием соответствующих решений для прекращения распространения болезни.
 - Поговорите с членами сообщества об их идеях, страхах, убеждениях и действиях.
 - Постарайтесь понять, как много они знают о болезни и способах ее передачи.
 - Постарайтесь понять убеждения и практики, которые могут повлиять на распространение эпидемии.
 - Постарайтесь понять, что мотивирует или помогает им изменить свое поведение.
 - Попытайтесь понять, что мешает им изменить свое поведение.
- Используйте различные методы общения:
 - Используйте, по возможности, двустороннюю коммуникацию:
 - Когда вы поймете убеждения, страхи и проблемы сообщества, попробуйте упомянуть о них в своих собственных сообщениях.
 - Иногда для быстрого распространения информации о состоянии здоровья среди большого числа людей используют односторонние методы коммуникации:
 - Односторонние методы коммуникации всегда должны сопровождаться двусторонними методами коммуникации для гарантии того, что мнения сообщества известны и к ним прислушиваются.
 - Люди по-разному усваивают и сохраняют информацию. Важно использовать разные методы:
 - Сообщества состоят из разных людей и групп, которые могут иметь разные предпочтения или потребности в общении.
 - Подумайте о том, как воздействовать на различные группы, особенно на тех, кого скрывают, подвергают стигматизации или считают «другими» из-за их религии, сексуальной ориентации, возраста, по причине инвалидности, болезни или по любой другой причине:
 - подумайте о том, куда вы пойдете, чтобы добраться до них;
 - выясните, доверяют ли они тем же или иным источникам, чем другие группы в сообществе;
 - узнайте, нужен ли им специальный доступ, такой как языковой перевод.
 - Выбирая методы коммуникации, учитывайте предпочтения людей, чему они доверяют, и к чему могут легко получить доступ:
 - Подумайте о характеристиках ваших целевых групп (например, есть ли у них доступ к средствам массовой информации, таким как радио или телевидение? Могут ли они читать, если получают информационные брошюры? Привыкли ли они получать информацию из социальных сетей? и т.д.).
 - Подумайте о ресурсах, к которым у вас есть доступ (например: есть ли у вас доступ к печати плакатов? Есть ли подходящее место в сообществе, где вы можете предложить ответить на вопросы или предоставить информацию? и т.д.).
 - Рассмотрите содержание вашего сообщения(ий) и подумайте о наиболее подходящем способе поделиться этим контентом в конкретном контексте (например, ориентируясь отдельно на мужчин и женщин).
- Коммуникация должна быть:

- **простой и короткой.** Люди должны быть в состоянии легко понять сообщения и быть в состоянии запомнить и повторить их точно и без затруднений;
- **доверительной.** Доносится людьми, которым доверяет сообщество, методом, которому доверяет сообщество (например: посредством радио, телевидения, плакатов, обсуждений в мэрии и т. д.);
- **точной и специфичной.** Всегда предоставляйте корректную и точную информацию. Сообщения должны быть последовательными и не должны вызывать путаницу. Если в сообщения необходимо внести изменения (ввиду новой и предварительной информации об эпидемии), будьте честны и четко объясните, что изменилось и почему;
- **ориентированной на действие.** Сообщения должны быть ориентированы на конкретные действия и должны информировать членов сообщества о том, что они могут сделать, чтобы защитить себя и других;
- **осуществимой и реалистичной.** Убедитесь, что у людей есть возможности и ресурсы для выполнения действенных советов, которые вы даете;
- **зависящий от контекста.** Информация должна отражать потребности и ситуацию конкретного сообщества. Во всех своих сообщениях учитывайте социальные и культурные факторы, которые могут побудить членов сообщества к более безопасному поведению (например, принятию вакцин) или помешать им сделать это.

Различные способы коммуникации

Существует очень много способов общения с сообществами. Следующие односторонние и двусторонние методы коммуникации – это некоторые примеры, которые вы могли бы рассмотреть. Методы могут (и должны) комбинироваться, чтобы обеспечить доступность для как можно большего числа членов сообщества.

- Методы односторонней коммуникации:
 - видео, фильмы, телевизионная реклама;
 - песни, стихи, драма, ролевая игра или театр;
 - объявления сообщества, такие как: объявления по громкой связи, массовые SMS-сообщения, сообщения в социальных сетях, радиопередачи;
 - плакаты, рекламные щиты.
- Методы двусторонней связи:
 - подомовой (поквартирный) обход;
 - встреча с ключевыми лицами, предоставляющими информацию, такими как: общинные или религиозные лидеры, традиционные целители или акушерки, учителя, старейшины и т. д.;
 - обсуждения в сообществе, поощряющие методы участия, такие как: сортировка по трем стопкам, диаграммы голосования, составление карт, опрос, анализ барьеров, планирование сообщества.

Обращайте внимание на слухи

Слухи могут вызывать панику и страх или способствовать небезопасным действиям. Под влиянием слухов сообщества могут потерять доверие к органам здравоохранения, и они могут утратить веру в способность остановить эпидемию. Слухи иногда заставляют людей отвергать вмешательства, которые могли бы предотвратить распространение болезни. Волонтеры должны:

- Прислушиваться к слухам или неверной информации.
 - Отмечать, когда и где появился слух, и немедленно сообщать об этом своему руководителю-волонтеру или координатору Национального сообщества.
- Объяснить о некорректности возникшего слуха.
 - Сообщать сообществу ясные, простые факты об этой болезни.
 - Повторять и четко объяснять, что они могут сделать, чтобы защитить себя и других.

04. Направление населения в медицинские учреждения

Обзор

Во время эпидемии заболевшие люди часто не могут лечиться дома, с помощью волонтеров или членов семьи. Они нуждаются в медицинской помощи и должны обратиться за лечением в медицинскую клинику или больницу.

При проведении мероприятий по профилактике эпидемий и борьбе с ними в сообществе всегда помните об идее направления к врачу.

Направление к врачу по месту жительства – это рекомендация (часто сделанная волонтером сообщества) обратиться за помощью в медицинское учреждение или к медицинскому работнику. Эта рекомендация обычно основывается на выявлении признаков заболевания или риска, который заболевание представляет для человека, семьи или сообщества. Направление к врачу по месту жительства не является подтверждением заболевания и не является гарантией того, что будет назначено какое-либо конкретное лечение. Диагноз и любое последующее лечение определяются медицинским работником, а не общественным волонтером.

Что делать и как действовать

Выявление людей, которых необходимо направить к врачу

- Изучите симптомы заболевания, вызывающего эпидемию, и признаки, указывающие на то, что заболевших людей следует направлять в медицинские учреждения.
- Всегда помните о своей собственной безопасности и защите.
 - По совету вашего руководителя выясните, как можно определить, когда человек серьезно болен и нуждается в направлении к врачу.

Нанесение на карту и посещение медицинских учреждений

1. За исключением случаев, когда в сообществе имеется только одно консультативное учреждение, выбор медицинского учреждения для волонтеров, в которое следует направлять заболевших людей, должен осуществляться медицинским работником, поддерживающим Национальное общество или работающим в нем, и утверждаться руководством Национального общества. Волонтеры не могут самостоятельно решать, в какие учреждения они могут направлять заболевших людей.
2. Как только медицинское учреждение будет определено и одобрено Национальным обществом, при поддержке вашего руководителя посетите медицинские учреждения и поговорите с врачами и медсестрами, чтобы согласовать направления.
 - Проинформируйте их о деятельности отделения Общества Красного Креста и Красного Полумесяца, в которой вы участвуете, и о том, как волонтеры этого отделения, прошедшие подготовку по профилактике эпидемий и борьбе с ними, могут направлять к ним заболевших людей сообщества.
 - Обсудите наилучший способ отправки заболевших людей из сообщества в медицинские учреждения:
 - Общественный транспорт?
 - Могут ли люди получить к нему доступ? Заплатить за него?

- Могут ли заболевшие люди использовать его?
- Существует ли риск передачи заболевания другим пассажирам?
- Службы скорой помощи?
 - Есть ли в медицинском учреждении машины скорой помощи?
 - Имеются ли у отделения Общества Красного Креста и Красного Полумесяца машины скорой помощи?
 - Могут ли люди получить к ним доступ? Платить за них?
 - Как вы связываетесь со скорой помощью?
- Является ли это заболевание остроинфекционным и требующим специальной транспортировки?
 - Если заболевание является остроинфекционным (например, Эбола или Марбург), необходимо организовать специальный транспорт таким образом, чтобы не было риска заражения других людей.
- Расскажите им о своей деятельности и о том, как вы планируете направлять заболевших людей. Прислушивайтесь к их советам

Планирование и подготовка к направлению в медицинские учреждения

1. Планируйте, как будете осуществлять направления в медицинские учреждения и помогать заболевшим
 - Может ли Национальное общество обеспечить транспорт?
 - Есть ли у людей деньги, чтобы платить за транспорт?
 - Требуется ли медицинское учреждение предварительного уведомления о направлении? Если да, то как медицинское учреждение будет проинформировано о направлении?
2. Всегда носите с собой документ о соответствующем заболевании, когда направляете к специалистам на местном уровне
 - В нем содержится информация о болезни и ее симптомах.

Оформление направления

1. Волонтеры действуют от имени своего Национального общества и должны получить согласие Национального общества, прежде чем предпринимать какие-либо действия. Они должны быть ознакомлены с принципами Общества Красного Креста и Красного Полумесяца и должны пройти соответствующую подготовку и контроль, прежде чем направлять кого-то из сообщества.
2. Волонтеры должны получить согласие человека на направление или опекуна, если это ребенок.
3. Волонтеры должны поддерживать следующие принципы:
 - Конфиденциальность – важно сохранять информацию о членах сообщества конфиденциальной и не обсуждать здоровье людей, медицинское обслуживание или другую личную информацию с другими членами сообщества. Помните, что нарушения конфиденциальности часто происходят непреднамеренно, например, при обсуждении работы за день с друзьями или членами семьи.
 - Уважение – важно уважать выбор и решения людей, даже если вы не согласны с их выбором.
 - Безопасность – если у вас есть опасения по поводу безопасности человека (в связи с направлением или любым другим аспектом его ситуации), вам следует обсудить это со своим руководителем, чтобы найти безопасное решение, по возможности.
4. При направлении в медицинское учреждение всегда четко объясняйте соответствующей семье, что это может быть за заболевание, каковы его симптомы, и почему вы считаете, что направление необходимо.
 - Предоставьте семье информацию о доступных медицинских учреждениях и о том, как

добраться до них различными видами транспорта

- Окажите семье помощь, если потребуется специальный транспорт



Community messages



24. Finding sick people

05. Защита, безопасность и благополучие волонтеров

Обзор

Волонтеры работают в непростых ситуациях и с самыми разными людьми. Работа во время эпидемий может быть рискованной, потому что волонтеры также могут подхватить болезнь и заболеть. В дополнение к физическим рискам могут существовать риски для эмоционального и психического благополучия волонтеров из-за характера выполняемой ими работы. Важно защитить от этих рисков и свести к минимуму их воздействие.

Ваше Национальное общество должно обеспечить надлежащую защиту вам и другим волонтерам, работающим в условиях эпидемий. Ваш руководитель является ценным источником информации и оборудования для защиты и сохранения вашего физического, эмоционального и психосоциального благополучия.

Важно следовать указаниям вашего руководителя и Национального общества и использовать тот уровень защиты, который соответствует ситуации, в которой вы находитесь.

Что делать и как действовать

Защита себя и других от болезней

1. Вы должны быть знакомы с защитными средствами и обучены их использовать, прежде чем надевать их в реальных условиях заболевания. Заранее опробуйте оборудование и узнайте, как им правильно пользоваться.
 - При определенных эпидемиях, таких как Эбола, Марбург, лихорадка Ласса и чума, следует использовать полную защиту всякий раз, когда вы осуществляете деятельность, связанную с высоким риском. Полная защита требует использования средств индивидуальной защиты (СИЗ). (информацию об остроинфекционных заболеваниях см. в инструменте действий [«Средства индивидуальной защиты \(СИЗ\)»](#))
 - При других эпидемиях вы должны, как минимум, использовать маски и латексные перчатки, а также мыть руки с мылом после каждого контакта с заболевшим человеком. (См. инструмент действий [«Инструкции по надлежащей гигиене рук»](#) в разделе [«Средство для мытья рук с мылом»](#))
2. Волонтеры должны быть вакцинированы в соответствии с рекомендациями по вакцинации для конкретной страны (См. инструмент действий [«Плановые вакцинации»](#)).
 - Volunteers should be vaccinated according to the routine vaccination schedule in the country
 - Volunteers may be eligible for vaccination during mass vaccination if applicable
3. Волонтеры должны быть внимательны к своему собственному физическому и психосоциальному благополучию во время эпидемии
 - Волонтеры должны быть внимательны к факторам, вызывающим стресс, в своей личной и рабочей жизни и должны иметь план того, как справиться со стрессом и травмой здоровым и полезным способом
 - Он может включать методы управления стрессом, которые вы уже используете, такие как физические упражнения, медитация, хобби и т. д.
 - Ваш руководитель также является полезным источником информации и инструментов, которые помогут вам достичь и поддерживать психосоциальное благополучие

Понимание общих мер профилактики и контроля

Волонтеры должны изучить дополнительные меры профилактики для использования во время эпидемий (и до них). К ним относятся:

- Меры по борьбе с переносчиками (См. инструмент действий «[Борьба с переносчиками](#)»)
- Безопасное обращение с животными (инструмент действий «[Обработка и забой животных](#)»)
- Обращение с телами умерших (инструмент действий «[Безопасное и достойное погребение](#)»)
- Химиопрофилактика (инструмент действий «[Химиопрофилактика](#)»)
- Безопасные продукты питания и вода (инструменты действий «[Надлежащая гигиена пищевых продуктов](#)» и «[Чистая безопасная бытовая вода](#)»).
- Гигиена рук (инструменты действий «[Мытье рук с мылом](#)» и «[Мытье рук в условиях остринфекционной эпидемии](#)»)

Защита волонтеров от вреда и ответственности перед другими

1. **Волонтеры должны быть защищены**, если они понесут ущерб или получают травму в ходе своей работы. Могут произойти несчастные случаи, в ходе которых волонтеры могут быть ранены или даже убиты. Точно так же волонтеры могут причинить вред другим людям и их имуществу, особенно если они не прошли должной подготовки или не получили надлежащего оборудования.
 - Поэтому Национальные общества должны иметь соответствующие страховые полисы. Страховка может потребоваться для выплаты компенсации волонтерам или их семьям, если они будут ранены или убиты; для выплаты компенсации другим лицам, если им будет причинен вред в результате действий волонтеров; и для покрытия судебных издержек. Характер покрытия будет зависеть от правовой системы в вашей стране. Движение призывает Национальные общества признать и выполнять свой долг в отношении заботы о волонтерах, особенно если с ними что-то случится во время выполнения их обязанностей. Уточните у своего руководителя тип страховки или покрытия, которое вы можете получить, посредством «системы обеспечения безопасности».
 - Прежде чем просить волонтеров выполнять действия, связанные с высоким риском (например, безопасные и достойные похороны), Национальные общества должны также убедиться, что волонтеры были вакцинированы и получили необходимые средства защиты. Что это включает в себя, будет зависеть от условий, в которых вы работаете, а также политики в области здравоохранения для сотрудников и волонтеров вашего Национального общества.
2. **Волонтеры должны быть проинформированы** о политике безопасности Национального общества и понимать ее, а также следовать установленным в ней правилам. Вы также должны быть проинформированы о любых изменениях в политике, и вас могут попросить сообщать о любых случаях, вызывающих озабоченность.
 - Безопасность в сообществе зависит от личных качеств волонтеров, тренеров и других членов команды – от того, как они работают вместе и как они сотрудничают с людьми в сообществе. Волонтеры должны быть чуткими к культурным особенностям. Ваше личное поведение не должно наносить никому обиду. Вы должны быть честными и не создавать проблемы для сообщества. Вы должны придерживаться корректного, вежливого и беспристрастного поведения.
 - Волонтеры должны проявлять инициативу для обеспечения и поддержки своей собственной безопасности. Это означает, что вы должны без колебаний уточнять у своего руководителя о рисках, связанных с нарушением техники безопасности, и о том, что вам следует делать, если вы столкнетесь с какими-либо угрозами, или у вас возникнут какие-либо проблемы. Вам следует выяснить, какие протоколы действуют в случае возникновения инцидента, связанного с нарушением техники безопасности, включая то, как и кому вы должны сообщать об этих событиях.



06. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) в случае остроинфекционных заболеваний

Обзор

При работе с некоторыми эпидемическими заболеваниями, особенно с остроинфекционными заболеваниями, такими как Эбола, Марбургская лихорадка, лихорадка Ласса и чума, жизненно важно иметь защиту, когда вы прикасаетесь к пострадавшим людям, жидкостям их организма, трупам или животным.

СИЗ бывают разных размеров и форм в зависимости от потребностей волонтеров. Не каждый размер СИЗ подойдет каждому волонтеру надлежащим образом (например, защитные очки могут не подойти по размеру или форме некоторым женщинам или людям определенных этнических групп, что подвергает их большему риску воздействия). Очень важно, чтобы волонтеры получали правильный размер СИЗ с подгонкой всего их снаряжения для оптимальной защиты.

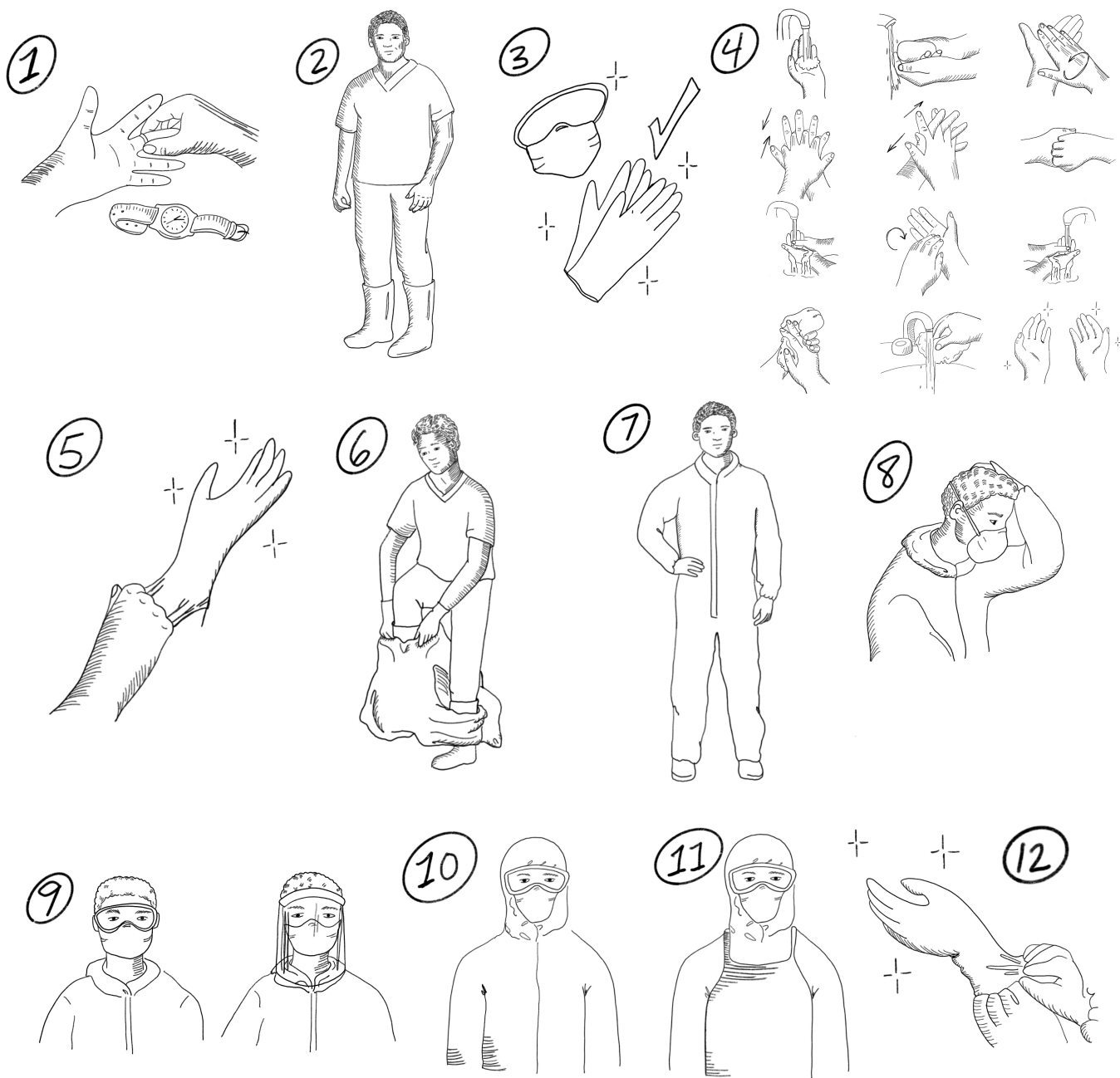
Этот инструмент показывает вам, как надевать и снимать СИЗ**. Примечание: различные типы СИЗ используются в разных условиях, в зависимости от заболевания и типа требуемой защиты (например, элементы СИЗ для Эболы и для чумы могут иметь некоторые общие черты, но не совпадать). Удостоверьтесь, что вы прошли надлежащую подготовку по использованию СИЗ, доступных в ваших условиях, для конкретного заболевания, с которым вы боретесь**

Дополнительную информацию о защите волонтеров см. в инструменте действий «[Защита и безопасность волонтеров](#)».

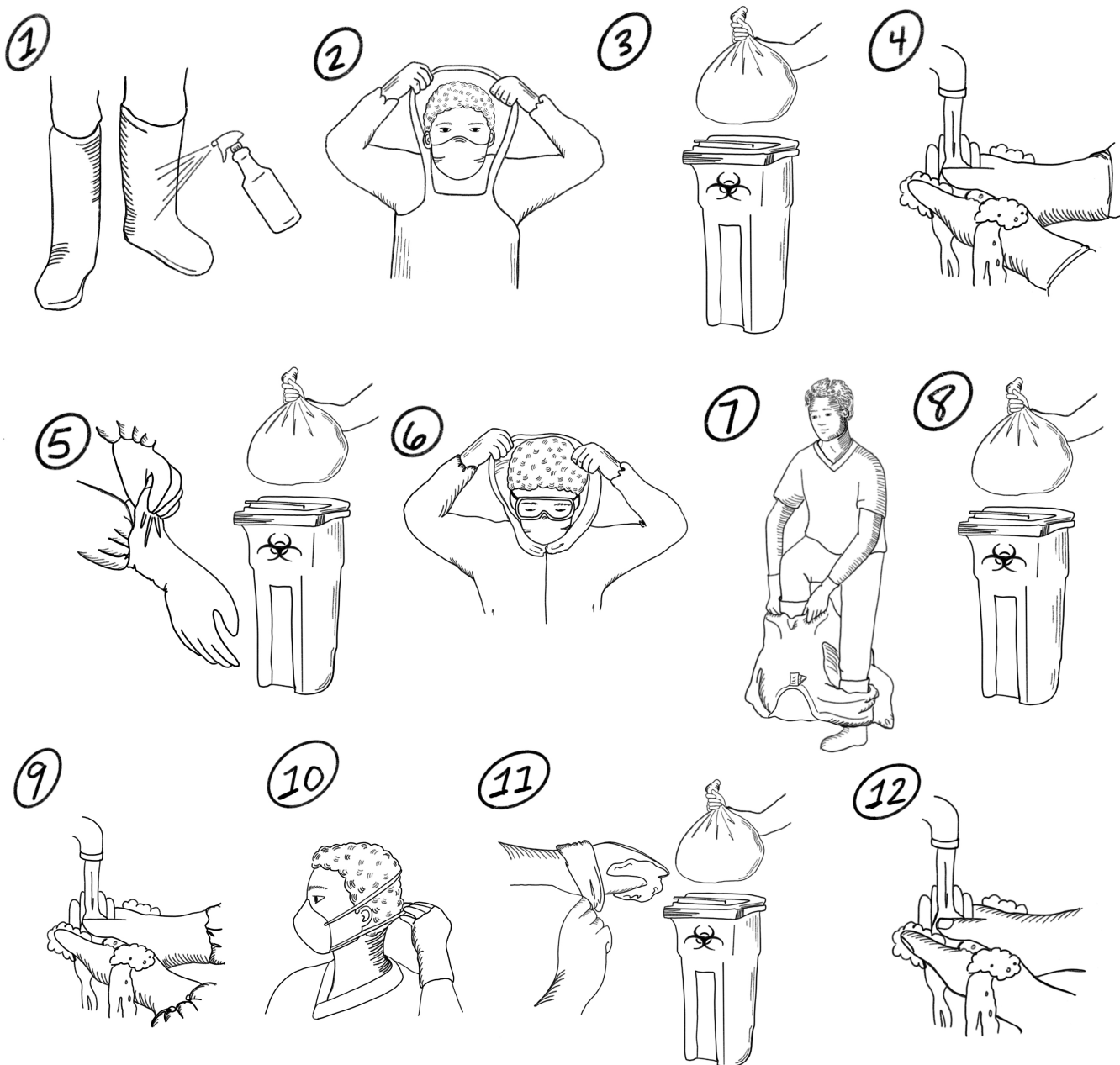
Что делать и как действовать

- Проверьте размер и посадку ваших СИЗ, попросив вашего руководителя проверить, как оборудование село на вас и насколько закрывает ваше тело. Если какое-либо элемент имеет неправильный размер, убедитесь, что вы получили подходящее оборудование, прежде чем приступить к работе, которая может подвергнуть вас риску заражения.

Шаги по надеванию защитной одежды



Шаги по снятию защитной одежды



Примечание: мытье рук следует выполнять в перчатках перед началом снятия защитной одежды (шаг 4), во время снятия защитной одежды, но перед снятием защитной маски для лица (шаг 9) и в конце без перчаток (шаг 12).

19. Психосоциальная поддержка (ПСП)

Обзор

Нормальные реакции на чрезвычайные события

Считается нормальным и ожидается, что у вас будут сильные реакции на чрезвычайные и трудные события. Люди и сообщества, испытывающие трудности, могут пострадать эмоционально, ментально, физически и/или социально. Эти реакция могут включать в себя:

Нормальные реакции на чрезвычайные события

- **Эмоциональные:** тревога, горе, чувство вины, гнев, разочарование, печаль, стыд, онемение, потеря смысла жизни, чувство пустоты, потеря надежды, раздражительность.
- **Психические:** потеря концентрации, потеря памяти, путаница, навязчивые мысли, трудности в принятии решений, неорганизованные мысли.
- **Физические:** увеличенный сердечный ритм, проблемы со сном, головные боли, боли в желудке, боли в спине и плечах, мышечная дрожь и напряжение, потеря энергии, неспособность отдохнуть и расслабиться.
- **Социальные:** рискованные действия, переедание или недоедание, повышенное потребление наркотиков, алкоголя или сигарет, агрессия, уход в себя, изоляция.

Психосоциальная поддержка

- Термин «психосоциальный» относится к динамической взаимосвязи между психологическими и социальными аспектами личности, где эти аспекты влияют друг на друга. Психологическое измерение включает в себя эмоциональные и мыслительные процессы, чувства и реакции. Социальное измерение включает в себя отношения, семью, общественные связи, социальные ценности и культурные аспекты.
- «Психосоциальная поддержка» относится к действиям, которые удовлетворяют психологические и социальные потребности отдельных лиц, семей и сообществ. Психосоциальная поддержка (ПСП) требует обучения и контроля. Ваш руководитель может помочь вам пройти соответствующее обучение, прежде чем вы начнете предлагать ПСП членам сообщества. Они также обеспечат вам контроль и поддержку, пока вы оказываете ПСП.
- Мы оказываем психосоциальную поддержку, чтобы помочь людям, пострадавшим во время кризиса. Волонтеры должны объяснить, что такое психосоциальная поддержка, и, если они должным образом подготовлены, они должны предложить оказать ее тем, кто желает ее получить. Ранняя и адекватная психосоциальная поддержка может предотвратить превращение стрессовых переживаний и страданий в более серьезные проблемы с психическим здоровьем.
- Психосоциальная поддержка во время чрезвычайных ситуаций должна обеспечивать безопасность и способствовать спокойствию, сопричастности, личной и коллективной эффективности и надежде.

Что делать и как действовать

Мероприятия по психосоциальной поддержке включают:

- Психологическое просвещение
 - Объясните, как определить признаки психосоциального дистресса.
 - Дайте рекомендации о том, как справляться с ситуацией во время вспышек (например, по возможности соблюдать распорядок дня; звонить друзьям и родственникам, чтобы поддерживать связь и проявлять заботу друг о друге; проверять информацию о болезни по достоверным источникам).
 - Поделитесь рекомендациям о том, как расслабляться
- Просвещение по вопросам здравоохранения может оказать положительное психосоциальное воздействие:
 - Просвещение по вопросам здравоохранения может помочь членам сообщества лучше понять состояние своего здоровья, восстановить чувство контроля и справиться со своей ситуацией
 - Во время болезни и даже после медицинского освидетельствования людям, подозреваемым в заражении, может быть трудно возобновить нормальную жизнь. Информирование сообществ о природе болезни, о том, как она распространяется – и не распространяется – и как от нее защититься, является важным инструментом борьбы со страхом и предрассудками.
- Активное слушание: убедитесь, что пострадавшее население может высказать свои опасения, предоставить предложения и обратную связь. Эта информация используется для уменьшения страхов, устранения слухов и дезинформации и повышения чувства самостоятельности и достоинства пострадавшего населения.
- Мероприятия/уроки по жизненным и профессиональным навыкам.
- Творческая деятельность, спорт и физические нагрузки.
- Восстановление семейных связей.
- Пространства, удобные для детей.
- Поддержка мемориалов и традиционных захоронений.
- Группы поддержки и самопомощи:
 - Они включают в себя усилия по оказанию помощи людям, находящимся в изоляции или на карантине, поддерживать контакт со своими родственниками и друзьями.
 - Общественные волонтеры, которые реагируют на кризисы, также подвергаются рискам, приводящим к потерям, опустошению, травмам и смерти. Поэтому важно при необходимости обращаться за поддержкой к руководителям и создавать благоприятную обстановку, проявляя заботу о персонале и других волонтерах.
- Первая психологическая помощь

29. Пропаганда гигиены

Обзор

Пропаганда гигиены – это термин, используемый для обозначения целого ряда стратегий, направленных на улучшение гигиенического поведения людей и предотвращение распространения болезней. Пропаганда гигиены позволяет людям принимать меры по предотвращению заболеваний, связанных с водоснабжением, санитарией и гигиеной, путем мобилизации и вовлечения населения, его знаний и ресурсов.

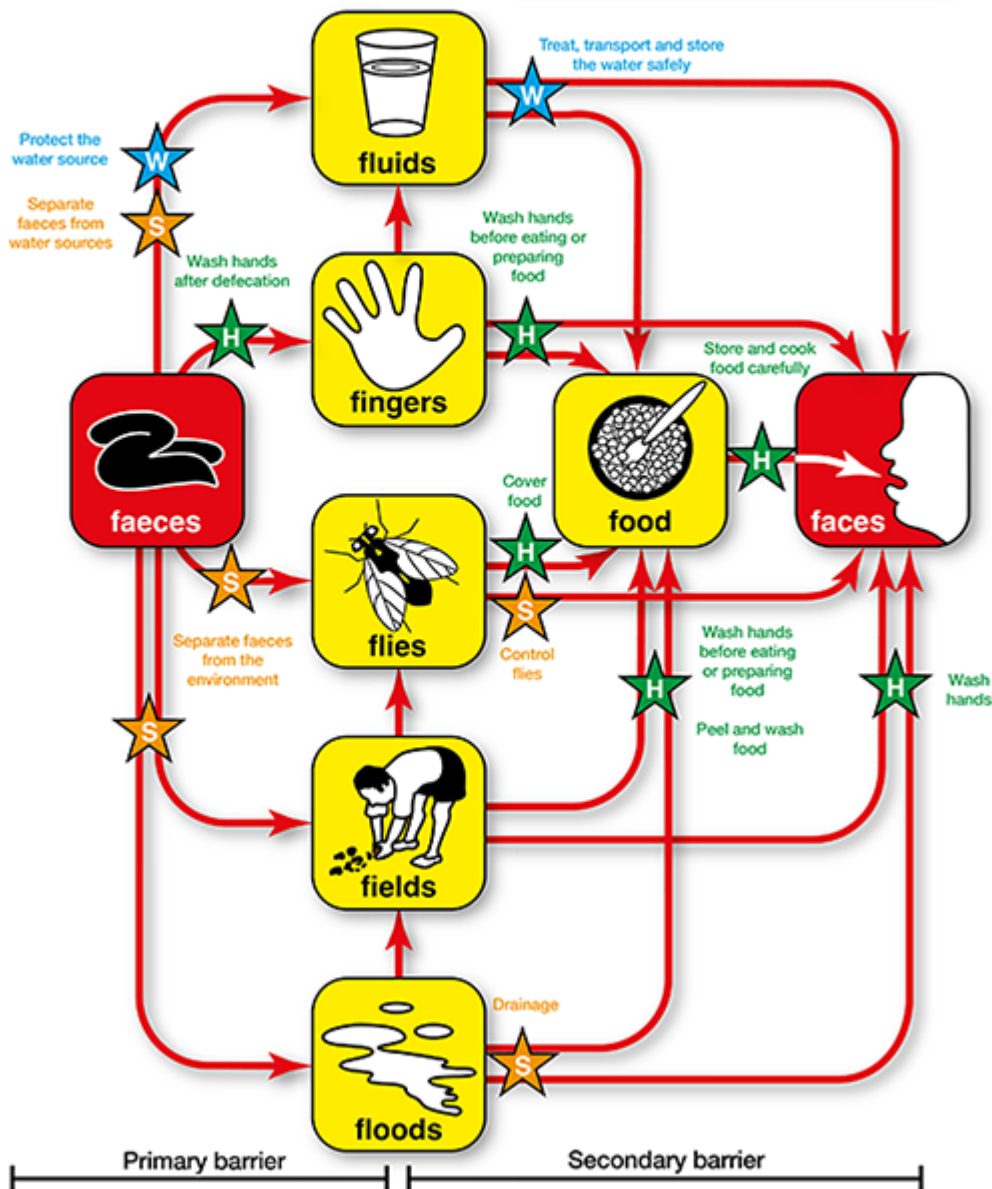
Направленность пропаганды гигиены определяется исходя из рисков для здоровья. Создавая ряд барьеров для инфекции, гигиеническое поведение оказывает решающее влияние на передачу заболеваний, связанных с водой и санитарией, как показано на диаграмме "f"^[1] ниже:

The 'F' Diagram

The movement of pathogens from the **faeces** of a sick person to where they are ingested by somebody else can take many pathways, some direct and some indirect. This diagram illustrates the main pathways. They are easily memorized as they all begin with the letter 'f': **fluids** (drinking water) **food**, **flies**, **fields** (crops and soil), **floors**, **fingers** and **floods** (and surface water generally).

WATER
SANITATION
HYGIENE

Barriers can stop the transmission of disease; these can be primary (preventing the initial contact with the faeces) or secondary (preventing it being ingested by a new person). They can be controlled by water, sanitation and hygiene interventions.



Note: The diagram is a summary of pathways: other associated routes may be important. Drinking water may be contaminated by a dirty water container, for example, or food may be infected by dirty cooking utensils.

© WEDC

Что делать и как действовать

Понимание сообщества

1. Ознакомьтесь со способами, с помощью которых люди собирают воду, хранят продукты питания и воду, выбрасывают мусор, моются и пользуются уборными.
 - Определите ключевые места, где гигиена важна не только на индивидуальном, но и на общинном уровне, например, на рынках, в школах, ресторанах или церквях. Выясните, можете ли вы сотрудничать с ними в продвижении надлежащей практики гигиены.
 - Вы могли бы провести занятие по вопросам гигиены для студентов или преподавателей или помочь продавцам на рынке построить станцию для мытья рук и отдельную уборную для пользователей.
2. Поговорите с членами вашего сообщества о гигиене.
 - Включите в общение женщин, лидеров общин, лиц, осуществляющих уход, и лиц, принимающих решения.
 - Убедитесь, что они понимают, что соблюдение надлежащей гигиены важно и может остановить распространение болезни.
3. Будьте образцом для подражания для других членов вашего сообщества. Пользуйтесь чистой уборной, выбрасывайте мусор, часто мойте руки.

Продвижение сообщений о гигиене в сообществе

Обычно ключевые вопросы, требующие решения, включают следующее. Нажмите на соответствующие карточки действий, чтобы получить необходимую вам информацию:

- [Гигиена питания](#)
- [Чистая и безопасная бытовая вода](#)
- [Личная гигиена и гигиена рук](#)
- [Санитария окружающей среды](#)
- [Борьба с мухами, комарами и другими переносчиками болезней](#)

[1] Shaw, R. 2013. *The 'f' diagram - Landscape*. WEDC Graphics: Disease, Water, Engineering and Development Centre (WEDC): Loughborough University, UK.



04. Storing water properly



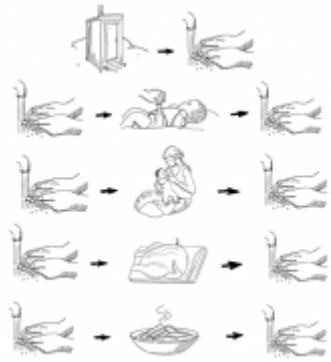
05. Using clean safe drinking water



06. Using a clean latrine



08. Washing hands with soap



09. When to wash hands



11. Cleaning up places where mosquitoes breed



12. Good food hygiene



13. Good personal hygiene



20. Collecting and disposing of rubbish

34. Мытье рук с мылом

Обзор

Мытье рук является одним из наиболее важных способов предотвращения распространения ряда эпидемий, особенно острых кишечных заболеваний. Мыть руки легко, и каждый (включая детей) может и должен это делать. Чтобы вымыть руки, люди должны иметь доступ к воде и мылу.

Руки следует мыть с мылом:

- ДО:
 - Приготовления пищи
 - Еды
 - Кормления ребенка
 - Грудного вскармливания
 - Ухода за кем-то, кто болен, или лечения раны (вашей или чьей-то еще)
- ПОСЛЕ:
 - Пользования туалетом
 - Мужчины, мальчики, женщины и девочки должны мыть руки после посещения туалета
 - Женщины и девочки должны соблюдать гигиену менструального цикла во время своих ежемесячных менструальных циклов
 - Поощряйте использование чистых, сухих материалов (одноразовых или многоразовых).
 - Поощряйте смену менструальных принадлежностей и купание так часто, как это необходимо.
 - Не одобряйте совместное использование многоразовых прокладок с кем-либо еще
 - Мытья ребенка
 - Прикосновения к мусору или отходам
 - Прикосновения к животным или кормления их; обращения с сырым мясом
 - Сморкания, кашля или чихания
 - Лечения ран или ухода за больными людьми
 - Вступления в контакт с заболевшим человеком во время эпидемии (см. инструмент действий «Мытье рук во время острой инфекционной эпидемии»)

Что делать и как действовать

Как мыть руки

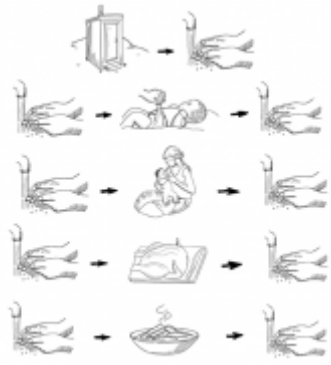
1. Намочите руки и разотрите их с мылом.
2. Потрите все части рук друг о друга в течение 10–15 секунд.
3. Прикладывайте много усилий (сильно прижмите руки друг к другу) и не забудьте вымыть все поверхности, включая тыльную сторону ладоней и места между пальцами.
4. Хорошо промойте руки, чтобы на них не было мыла.
5. Вытрите руки бумажным полотенцем. Если нет полотенца, помашите ими в воздухе, пока они не высохнут



Community messages



08. Washing hands with soap



09. When to wash hands

36. Контроль переносчиков и резервуаров

Обзор

- Переносчики – это насекомые или животные, которые распространяют инфекционные заболевания через укус или контакт с их мочой, фекалиями, кровью и т. д. Многие болезни распространяются переносчиками. Некоторые из этих заболеваний включают малярию, лихорадку денге, вирус Зика, вирус чикунгунья, желтую лихорадку, лихорадку долины Рифт и чуму.
- Переносчики иногда живут и размножаются на других животных-хозяевах, называемых резервуарами, до того как попадают на человека. Чтобы защитить людей от болезней, важно контролировать как переносчиков, так и резервуары. Переносчиками и резервуарами являются животные и насекомые, такие как комары, клещи, грызуны, блохи и т. д.

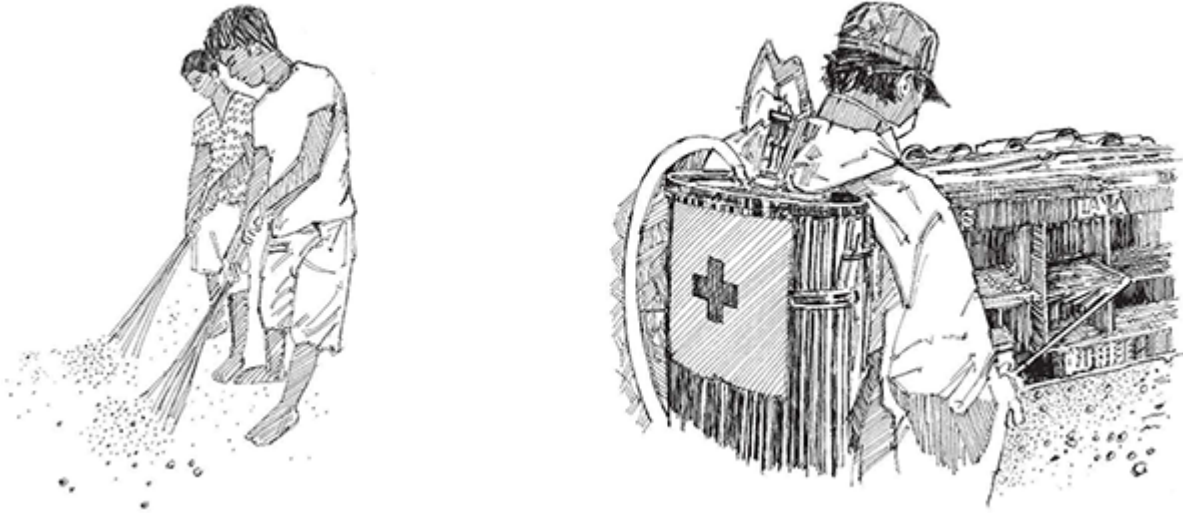
Что делать и как делать

Контроль переносчиков и резервуаров в обществе

- Пропагандируйте методы гигиены, санитарии и защиты (** конкретные методы, которые вы будете пропагандировать, зависят от типа переносчика или резервуара, вызывающего беспокойство**). Поговорите с людьми в общине о стратегиях защиты окружающей среды от комаров:
 - Отремонтируйте и прикройте любые отверстия в окнах, стенах, крышах.
 - Используйте обработанные инсектицидом сетки на окнах и дверях, если таковые имеются.
 - Слейте застоявшуюся воду, накройте емкости для воды.
 - Найдите профессионалов для опрыскивания или ларвицид против переносчиков – распыление химических веществ для избавления от переносчиков может быть опасным, особенно если у вас нет надлежащего оборудования или материалов, а также знаний относительно того, как осуществлять подобную деятельность безопасным способом. (Помогайте только в том случае, если вы обучены или вами руководит обученный человек).
 - Наружное распыление
 - Опрыскивание помещений инсектицидами длительного действия
- Расскажите людям в сообществе о методах защиты окружающей среды от грызунов, других мелких животных и живущих на них клещах или блох:
 - Храните продукты питания и воду надлежащим образом, в защищенных от грызунов емкостях.
 - Содержите убежища и дома в чистоте.
 - Отремонтируйте и прикройте любые отверстия в окнах, стенах, крышах.
 - Очистите окружающую среду от мусора и отходов.
 - Держите домашний скот вне домашнего хозяйства (чтобы люди и животные не делили одну жилплощадь).
- Расскажите людям в сообществе о методах личной защиты от комаров:
 - Используйте обработанные инсектицидом противомоскитные сетки для профилактики таких заболеваний, как малярия (не для общего применения при заболеваниях, передаваемых комарами *Aedes*).
 - Носите защитную одежду (например, с длинными рукавами).
 - Сделайте прививку.
 - Используйте химиопрофилактику (профилактическое лечение).
- Расскажите людям в сообществе о методах личной защиты от грызунов, других мелких животных и

живущих на них клещах или блох:

- Носите защитную одежду (например, с длинными рукавами).
- Используйте химиопрофилактику (профилактическое лечение).
- Спите на приподнятых платформах или кроватях



Community messages



04. Storing water properly



06. Using a clean latrine



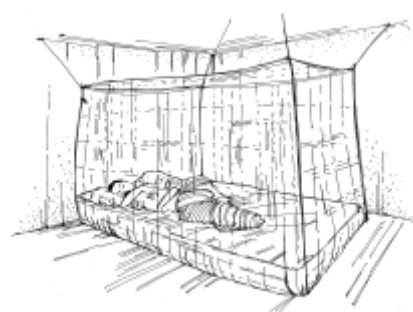
07. Protecting yourself against mosquitoes



11. Cleaning up places where mosquitoes breed



12. Good food hygiene



17. Sleeping under mosquito nets



20. Collecting and disposing of rubbish



27. Keeping rodents out

38. Кампании по утилизации отходов и уборке территории

Обзор

- Болезни быстро распространяются в среде, где присутствуют отходы и отсутствуют санитарные условия. Мусор может привлекать грызунов и создавать места размножения и кормления различных животных и насекомых (включая комаров и мух). Фекалии человека или животных также могут привлекать мух и других насекомых, которые переносят микробы, вызывают болезни и загрязняют источники воды.
- Отходы жизнедеятельности человека и животных, зараженные определенными болезнями (включая туши животных, больничные отходы и т. д.), также могут привлечь различных животных и насекомых, которые затем распространят болезни на других животных и людей.
- Стоячая вода служит местом размножения различных насекомых, включая комаров.

Что делать и как действовать

Планирование и подготовка к уборке

- Работайте с традиционными и общинными лидерами, деревенским комитетом здравоохранения и другими партнерами сообщества, чтобы определить территорию и способы для уборки.
 - Помогите организовать мероприятия в согласованные дни «уборки».
 - Попросите лидеров сообщества организовать группы волонтеров для каждой инициативы по уборке.
- Поговорите с членами сообщества о важности поддержания чистоты в их сообществе.
- Организуйте общественную инициативу по планированию и созданию централизованной зоны утилизации мусора.
- Заранее позаботьтесь о наличии чистящих средств и расходных материалов для распространения среди населения.

Содействие в уборке территории

- Организуйте специальные субботники, в которых участвуют все члены сообщества (два раза в год или чаще, если возможно).
- Мотивируйте и поддерживайте сообщество к совместной работе по:
 - Утилизации фекалий животных.
 - Устранению луж и других мест размножения комаров.
 - Утилизации мусора (путем его сжигания или закапывания).
 - Избавлению от растительности вокруг берегов рек и прудов рядом с общиной.
 - Очистке участков вокруг источников воды (таких как насосы и колодцы).
 - Создавайте и поддерживайте в рабочем состоянии ямы для заполнения водой вокруг источников воды.



Расскажите членам общины о том, как важно поддерживать чистоту в своем районе. Организуйте регулярные акции по наведению чистоты. Включите в них дома, уборные и т. д.

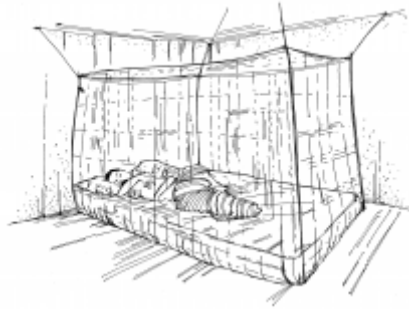


Убедитесь, что отходы утилизируются правильно. Это поможет защитить общество от микробов.

Community messages



07. Protecting yourself against mosquitoes



17. Sleeping under mosquito nets



20. Collecting and disposing of rubbish

43. Социальная мобилизация и изменение поведения

Обзор

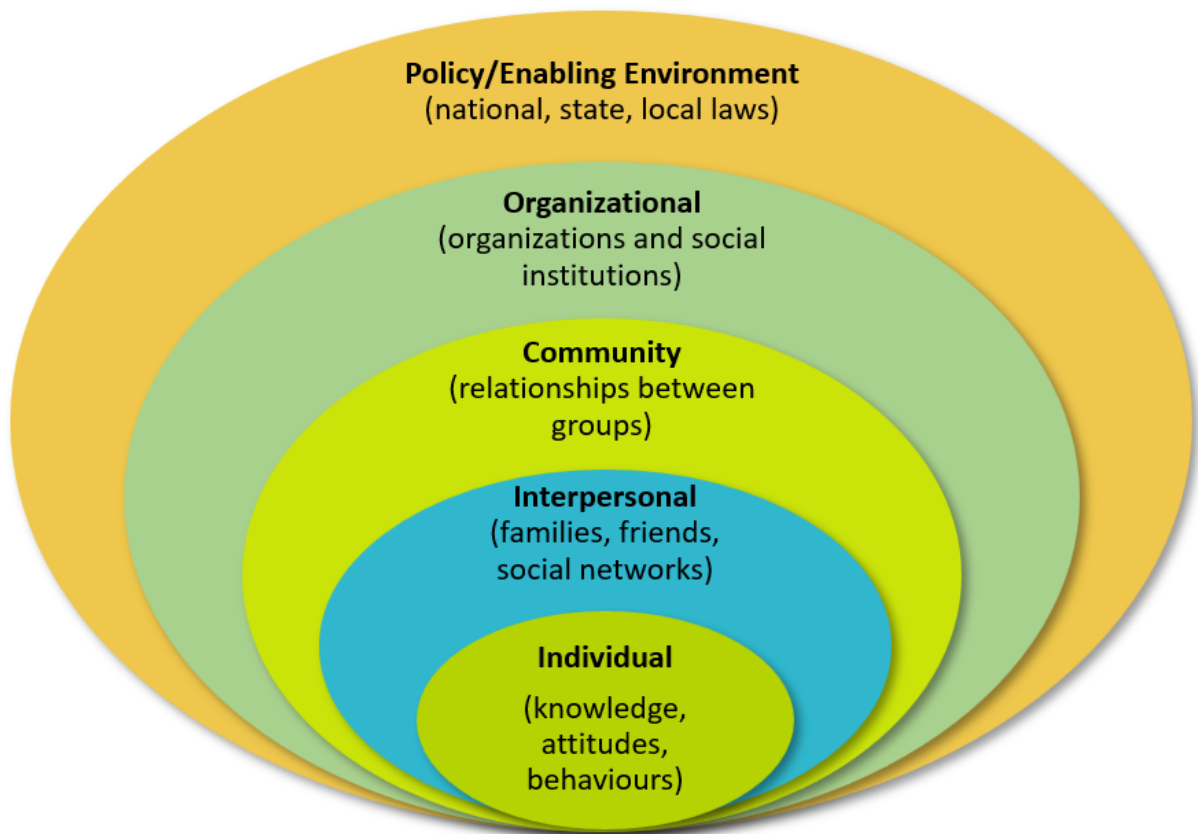


В любой культуре и при любых условиях изменение поведения включает в себя три элемента. Прежде чем люди изменят свое поведение:

1. Они должны знать, что, почему и как они должны изменить. Им нужны знания.
2. Они должны иметь подходящее оборудование, доступ и возможности. Им нужна благоприятная окружающая среда.
3. Они должны быть мотивированы на перемены



Приведенная ниже социально-экологическая модель показывает, как поведение каждого человека зависит от различных уровней влияния, включая индивидуальный уровень, межличностный уровень, уровень сообщества, организационный уровень и более широкий политический уровень, который включает законы и стратегии, разрешающие или ограничивающие поведение. Для пропаганды здорового образа жизни важно рассматривать и планировать мероприятия по изменению поведения на нескольких уровнях одновременно. Такой подход с большей вероятностью приведет к успешному изменению поведения с течением времени. Выступая в качестве волонтера, важно понимать, что многим людям трудно изменить поведение по причине этих многочисленных уровней и сложных взаимодействий и ожиданий на разных уровнях. Если вы рассмотрите, как каждый из уровней влияет на поведение человека, которому вы хотите помочь, вы можете попробовать использовать различные виды вмешательства на каждом уровне, соответствующие потребностям



Socio-ecological model

Общий процесс разработки вмешательства по изменению поведения включает в себя работу персонала и волонтеров по общим этапам:

1. Повышение осведомленности сообщества о процессе изменения поведения с использованием модели теории изменения.
2. Оценка проблемного поведения – почему оно практикуется, кто его практикует, когда оно практикуется и какие факторы в окружающей среде или обществе поощряют такое поведение. Оцените эту информацию на различных уровнях социально-экологической модели для каждого сообщества, которому вы служите.
3. Определение соответствующей цели поведения на основе вашей оценки.
4. Анализ причин или барьеров на каждом уровне, которые позволяют продолжать придерживаться такого поведения. Определите мероприятия, которые соответствуют каждой причине или барьеру и которые могут быть использованы на разных уровнях.
5. Обсуждение предлагаемых вмешательств для каждого уровня социально-экологической модели с сообществом.
6. Определение соответствующих вмешательств с учетом условий на каждом уровне. Вмешательства должны быть спланированы таким образом, чтобы охватывать

этапы теории изменений, сначала путем предоставления знаний и учета факторов окружающей среды, мотивируя ключевых лиц получать одобрение, и, в конечном счете, побуждая людей к действиям, способствующим достижению общей цели.

7. Осуществление мероприятий на каждом уровне.
8. Мониторинг, позволяющий увидеть, происходят ли изменения. Изменения требуют времени, но их необходимо отслеживать, чтобы убедиться, что они происходят, даже медленно. Кроме того, по мере того, как люди проходят через процесс изменений, их барьеры и причины будут меняться. Мероприятия по изменению поведения должны адаптироваться к этим изменениям, чтобы гарантировать, что изменения продолжатся.
9. Признание того факта, что, когда изменения происходят не по запланированному сценарию, необходима дальнейшая оценка и корректировка вмешательства.
10. Продолжение реализации, мониторинга, оценки и корректировки по мере того, как происходит процесс изменений

Для получения дополнительной информации см. Руководство для волонтеров по [Изменению поведения](#), включая:

1. Принципы изменения поведения
2. Социально-экологическую модель
3. Этапы изменения поведения
4. Мероприятия по изменению поведения

Community messages



23. Encouraging healthy behaviours in a community