



# Лептоспироз

Последнее обновление 2024-09-09

## Ключевые факты

**Передача заболевания: через животных, прямой или косвенный контакт (основным резервуаром являются крысы, но резервуарами могут быть и другие животные, включая домашних питомцев)**

- Употребление пищи или воды, загрязненных мочой инфицированных животных
- Вода или грязь, загрязненные мочой инфицированных животных, попадающих в организм:
  - Через порезы или язвы
  - Проникает через глаза, нос или рот

### Наиболее уязвимые к заражению болезнью

- Люди, живущие в районах затопления
  - Особенно в районах с плохой утилизацией мусора и утилизацией отходов
- Люди, работающие или живущие в тесном контакте с животными (например, фермеры, ветеринары, речные рыбаки)

### Симптомы

- Температура и озноб (иногда, могут быть умеренными)
- Головная боль (иногда, может быть легкой)
- Тошнота с рвотой или без нее (иногда, может быть легкой)
- Диарея (иногда, может быть легкой)
- Мышечная боль (иногда, может быть легкой)
- Кожная сыпь (иногда, может быть легкой)
- Глазная инфекция (иногда, может протекать в легкой форме)

## **Симптомы тяжелого лептоспироза (болезнь Вейля):**

- Любой из общих симптомов, обычно ухудшающийся
- Желтуха (пожелтение кожи и глаз)
- Боль в груди
- Кровотечение

# **Что вы можете сделать для предотвращения эпидемии и борьбы с ней**

## **Мониторинг сообщества и выявление больных людей**

- Выявляйте людей в сообществе с подозрением на лептоспироз в соответствии с определением случая в сообществе

## **Лечение и ведение**

- Направляйте подозрительные случаи в медицинские учреждения
- Оказывайте психосоциальную поддержку заболевшим людям и членам их семей

## **Личная защита и гигиена**

- 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 при работе с отходами от грызунов); прикосновения к животным или кормления их; сморкания, кашля или чихания; обработки ран; или ухода за больными людьми
- Поощряйте людей избегать контакта с загрязненной водой
  - Избегайте купания или рыбной ловли в загрязненной воде
- Когда невозможно избежать контакта с загрязненной водой, поощряйте людей защищать себя
  - Надевайте защитную одежду/обувь или оборудование при контакте с животными или отходами животноводства
  - Примите душ или ванну с незагрязненной водой после участия в водных мероприятиях, таких как плавание или речная рыбалка

## Гигиена и безопасность воды

- Поощряйте очистку источников питьевой воды, которые могут быть загрязнены, особенно во время и после наводнений
- Содействуйте использованию безопасных, ухоженных источников питьевой воды (особенно тех, которые не могут быть загрязнены во время наводнения)
- При необходимости поощряйте очистку воды в домашних хозяйствах для получения безопасной питьевой воды
  - Храните воду в чистом, закрытом контейнере для воды
- Указывайте на важность тщательной очистки, приготовления и хранения пищевых продуктов
  - Накрывайте и храните продукты безопасно (защищенные от заражения насекомыми / животными)
  - Используйте чистую посуду и контейнеры для хранения

## 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
  - Попытайтесь 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 в описании следующую информацию:
  - Сколько людей заболело лептоспирозом? Где?
  - Сколько людей умерло? Где? Когда?
  - Где находятся местные медицинские учреждения и службы? (включая традиционных целителей)
  - Где люди получают питьевую воду?
- Запишите следующую информацию на обратной стороне карты:
  - Когда люди начали болеть лептоспирозом?
  - Сколько человек проживает в пострадавшем сообществе?
    - Сколько детей младше пяти лет?
  - Затоплено ли место проживания сообщества (или некоторые его части)?
  - Загрязнены ли источники воды (такие как озера, пруды, каналы)?

- Есть ли вероятность, что они могут быть заражены?
- Каковы привычки, практика и убеждения сообщества в отношении ухода за больными людьми? Учитывайте любые различия в ролях и обязанностях между женщинами и мужчинами.
- Действует ли программа социальной мобилизации или укрепления здоровья?
- Какие источники информации люди используют/которым доверяют больше всего?
  - Существуют ли слухи или дезинформация о лептоспирозе? Что это за слухи?
- Каковы роли, обязанности, конкретные потребности и приоритеты женщин и девочек, мужчин и мальчиков, а также людей с ограниченными возможностями в области обращения с водой, ее хранения и очистки? Убедитесь, что вы подумали о культурных и социальных традициях и восприятии, принятии решений в домашних хозяйствах, средствах к существованию, таких как сельское хозяйство и животноводство и т.д.
- С какими препятствиями сталкиваются люди, независимо от гендерной идентичности, возраста, инвалидности и происхождения, при доступе к точкам водоснабжения и санитарно-гигиеническим сооружениям?

## 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
- 30. Чистая безопасная бытовая вода
- 31. Гигиена питания
- 32. Санитария
- 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 значимых событий в области общественного здравоохранения (таких как внезапное заболевание или смерть людей или животных) в рамках сообщества, осуществляемое членами сообщества и волонтерами, а также передача информации о таких событиях.<sup>1</sup> Это простая, гибкая и малозатратная инициатива в сфере общественного здравоохранения, дополняющая системы раннего оповещения о потенциальных эпидемических заболеваниях.
- Волонтеры используют так называемые критерии определения случаев заболевания в сообществе для выявления и сообщения информации о признаках и симптомах потенциальных заболеваний, рисках для здоровья и событиях, а также для поддержки действий сообщества и реагирования со стороны местных органов здравоохранения. Критерии определения случаев заболевания в сообществе разработаны с учетом местного языка и не требуют медицинской подготовки для составления отчетов.
- Информация, полученная в ходе надзора, должна передаваться местным отделениям и органам здравоохранения на основании утвержденного протокола. В соответствующих случаях (например, при зоонозных заболеваниях или экологических происшествиях) информация должна быть также передаваться в органы по охране здоровья животных и окружающей среды.
- Эпидемиологический надзор на уровне сообщества может осуществляться параллельно с другими мероприятиями в области здравоохранения, водоснабжения, санитарии и гигиены (WASH) или инициативами по взаимодействию с населением в сообществе, и поэтому не является отдельным мероприятием, а входит в число полезных действий в рамках комплексной работы на уровне сообщества.
- Эпидемиологический надзор на уровне сообществ способствует:
  - раннему выявлению рисков для общественного здоровья в сообществе;
  - расширению систем раннего оповещения, их распространению в сообществе;
  - связыванию раннего обнаружения с принятием превентивных мер в сообществе.

## Что делать и как действовать

### 1. Подготовительные мероприятия

- Работайте с супервайзерами для картирования потребностей сообщества и приоритетов в отношении заболеваний людей и животных, а также угроз для окружающей среды (см. инструмент «Составление карты сообщества»).
- Ознакомьтесь с заболеваниями, которые могут быть актуальны в вашем сообществе, включая их признаки и симптомы.
- Определите уязвимые группы в сообществе. Это поможет выявить людей, которые более подвержены риску заболевания.
- Убедитесь, что механизмы направления на лечение понятны, если члены сообщества заболеют и

потребуется обращения в медицинские учреждения для получения помощи.

- Принимайте участие в мероприятиях по вовлечению сообщества, например передвижной кинотеатр, подомовые обходы и т. д., для получения признания в качестве активного и узнаваемого ресурса в сообществе.

## 2. Распознавание

- Выявляйте признаки и симптомы, соответствующие рискам для здоровья человека, животных или окружающей среды или событиям в вашем сообществе, соответствующим определениям случаев заболевания в сообществе.
- При выявлении заболевших оцените, насколько серьезно они больны и требуется ли направление в медицинское учреждение (см. инструмент «*Направление населения в медицинские учреждения*»).
- Зарегистрируйте риск для здоровья или событие, которые вы обнаружили, для последующего наблюдения.

## 3. Подготовка и предоставление отчетов

- Сообщите своему супервайзеру о выявленных рисках для здоровья или о событии в сообществе с помощью методов, которые вы освоили в ходе обучения (например, SMS, телефонный звонок или мобильное приложение). *Помните, что отчетность должна быть систематической. Во избежание путаницы, все лица, передающие отчетность, должны следовать методам, согласованным в протоколе и в обучении.*
- Ваш супервайзер должен перепроверить отчет и убедиться, что он соответствует определению случаев в сообществе или действиям на случай чрезвычайного происшествия, согласно требованиям органов здравоохранения. Подтвердив соответствие, супервайзер передает оповещение местным органам здравоохранения для реагирования или расследования.
- После проверки супервайзер уведомит соответствующие органы по охране здоровья животных и окружающей среды о существенных событиях, связанных со здоровьем животных, зоонозными заболеваниями и опасностью для окружающей средой, особенно тех, которые представляют риск для здоровья человека.

## 4. Реагирование

- Следует начинать мероприятия на уровне сообщества, основанные на данных о риске для здоровья, соблюдая надлежащие меры безопасности.
- Определите необходимость направления на лечение или возможность ухода на дому
- Передавайте конкретные сообщения и информацию о здоровье и незамедлительно направляйте больных в медицинские учреждения.
- Если за больными можно ухаживать дома, объясните их семьям, как действовать, и по возможности предоставьте им информацию и необходимые медицинские средства. Используйте «действия волонтеров» в инструментари «Эпидемический контроль для волонтеров», соответствующие предполагаемому риску эпидемии.
- Оказывайте содействие органам здравоохранения в их расследовании или реагировании на предупреждение.
- Где это уместно, действуйте совместно и оказывайте содействие должностным лицам в секторах охраны здоровья животных и окружающей среды для совместного расследования, реагирования и обмена информацией.

Дополнительные ресурсы по надзору на уровне сообщества: <https://cbs.ifrc.org/>

## Community messages



24. Поиск заболевших людей

## 02. Составление карты сообщества

### Обзор

Карта сообщества поможет установить связь между проблемами и местами их локализации, а также облегчает визуальное восприятие информации. Карты часто воспринимаются легче, чем текст.

Составление карты позволяет:

- Выявить риски и уязвимости:
  - кто и что наиболее подвержены воздействию;
  - каким именно угрозам они подвергаются.
- Отобразить существующие проблемы и уязвимости (включая те, которые могут усугубить текущую угрозу).
- Определить внутренние ресурсы сообщества, которые могут быть задействованы для борьбы с эпидемией.
- Получить информацию о других факторах (таких как источники средств к существованию, жилье, водоснабжение, санитария и гигиена (WASH), инфраструктура и т. д.), которые могут быть затронуты эпидемией или, наоборот, использоваться для ее сдерживания.
- Проанализировать связи и закономерности в воздействии и распространении эпидемии, включая динамику передачи от человека к человеку, роль животных, переносчиков или продуктов питания, поведенческие риски и факторы окружающей среды, влияющие на здоровье.

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 помогает определить места с наибольшими проблемами и потребностями, а также выявить 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.

### Что делать и как действовать

Составление карты сообщества

По возможности используйте или создайте цифровую карту сообщества. Если это невозможно, допустимо создать простую пространственную карту сообщества с ключевыми ориентирами. При соблюдении основополагающих принципов защиты данных карта сообщества должна включать следующее:

- Вся территория сообщества:
  - скопления людей, их дома, и кто где проживает.
- Основные общественные объекты в сообществе:
  - такие как школы, медицинские центры, места богослужения, источники воды, рынки, игровые площадки и общественные центры встреч, общественные животноводческие хозяйства и зоны

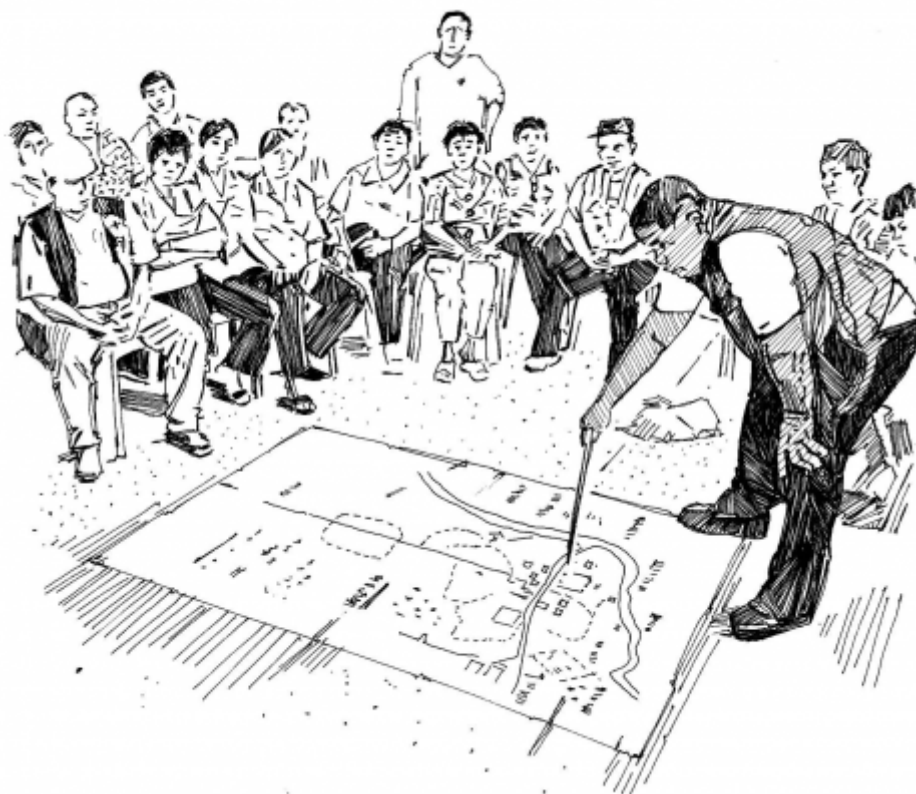
жизнеобеспечения, такие как загоны для крупного рогатого скота, рынки живой птицы, скотобойни и т. д. .

- Местонахождение людей из группы риска [при возможности их идентификации].
- Источник и пути распространения эпидемии [если известно и возможно идентифицировать].
- Очаги рисков для здоровья (например, неподходящие места для удаления мусора, крупные места размножения переносчиков).

## Использование карты сообщества

Используйте карту для отметки новых и/или выявленных случаев заболевания. Действуйте следующим образом:

- Сформируйте команды, чтобы охватить определенные участки, обозначенные на карте.
  - При участии членов сообщества каждая команда должна собрать максимально полную информацию о своём участке (сколько людей заболело, кто относится к уязвимым группам, сколько человек было направлено в медицинские учреждения и любую другую соответствующую информацию). При подозрении на вспышку или при регистрации вспышки зоонозного заболевания, выясните, кто из членов сообщества держит животных, сколько животных заболело или погибло и/или имеются ли переносчики в домохозяйствах, окружающей среде или в ближайших водоемах. При поддержке супервайзера определите цели и приоритеты групп, наиболее подверженных риску. Это потребует определения приоритетных географических участков и наиболее уязвимых групп на основе анализа уязвимости и потенциала, включая гендерный анализ и анализ этнокультурного многообразия.
- Комбинируйте карты разных команд. Это позволит вам увидеть:
  - Какие участки эпидемии охвачены, какие могли быть упущены, а также получить подробную информацию о каждом участке. Эти данные помогут вам спланировать дальнейшие действия, включая мероприятия по очистке окружающей среды, распространение противомоскитных сеток, кампании по иммунизации, введение карантинных мероприятий, меры по обеспечению биологической безопасности животных и другие меры по борьбе с эпидемией.



Составление карты сообщества

## 03. Коммуникация с сообществом

### Обзор

Коммуникация во время эпидемии может быть затруднена. Вспышки заболеваний, особенно новых, могут вызывать неуверенность, страх и тревогу, что способствует распространению слухов, дезинформации и вводящих в заблуждение 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, исходящей от людей или организаций, которые не вызывают у них доверия. Кроме того, люди могут быть охвачены горем по больным или умершим.

Иногда в сообществах формируются устойчивые убеждения, отличающиеся от профилактических и защитных социальных мер, рекомендуемых властями и поставщиками медицинских услуг. Люди могут твердо верить в свои культурные обычаи, традиционную медицину или другие методы, которые могут оказаться неэффективными против заболевания. Они могут отказываться от определённых методов 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 заболеваниями и их ликвидацией во многих странах.

Во время вспышки заболевания доверительная коммуникация с сообществом имеет жизненно важное значение. Для укрепления доверия важна двусторонняя коммуникация. Под «двусторонней» понимается, что волонтеры должны *не только передавать сообщения сообществу, но 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 члены сообщества воспринимали сообщения от волонтеров, они должны доверять вам и быть уверенными в вашей компетентности. Поняв убеждения, страхи и переживания членов сообщества, вы сможете предоставлять им правдивую и точную информацию.

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

- прохождение вакцинации или других медицинских процедур;
- мытье рук с мылом в критические моменты;
- ношение средств индивидуальной защиты;
- организация похорон близких способами, отличными от традиционных (безопасные и достойные похороны);
- соблюдение социального дистанцирования;
- использование средств от насекомых или сон под противомоскитными сетками;
- согласие на изоляцию с целью предотвращения заражения окружающих;
- приготовление пищи и воды другим способом (часто путем очистки, кипячения или тщательной термической обработки);
- проведение карантина и выбраковки животных (что в случае с домашним скотом часто является

основным источником пищи, питания и средств к существованию и могут быть тяжело восприняты фермерами, владеющими скотом)

- и другие рекомендуемые меры общественного здравоохранения.

## Что делать и как действовать

### Коммуникация в условиях эпидемии

- Вовлекайте и привлекайте общественных лидеров и членов сообщества:
  - Узнайте, откуда сообщество получает информацию:
    - Кому люди доверяют в вопросах медицинской информации (например органам здравоохранения, общественным или религиозным лидерам, врачам, народным целителям).
  - Работайте с сообществами над выявлением, выбором и планированием соответствующих решений для прекращения распространения заболевания.
  - Поговорите с членами сообщества об их идеях, страхах, убеждениях и действиях.
    - Постарайтесь понять, насколько хорошо они осведомлены о заболевании и способах ее передачи.
    - Постарайтесь понять убеждения и практики, которые могут повлиять на распространение эпидемии.
    - Постарайтесь понять, что мотивирует или помогает им изменить поведение.
    - Попытайтесь понять, что мешает им изменить поведение.
- Используйте различные методы коммуникации
  - По возможности, применяйте двустороннюю коммуникацию:
    - Когда вы поймете убеждения, страхи и проблемы сообщества, попробуйте отразить их в своих сообщениях.
  - Иногда для быстрого распространения информации о состоянии здоровья среди большого числа людей применяются односторонние методы коммуникации:
    - Односторонние методы коммуникации всегда должны сопровождаться двусторонними, чтобы гарантировать, что мнения сообщества учтены, и к ним прислушиваются.
  - Люди по-разному воспринимают и усваивают 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, куда можно обратиться, чтобы начать с ними коммуникацию;
        - выясните, доверяют ли они тем же источникам, что и другие группы в сообществе, или предпочитают другие источники;
        - узнайте, есть ли у них особые потребности в доступе к информации, например необходимость в переводе на другой язык или, в случае инвалидности - в альтернативном способе коммуникации.
    - Выбирая методы коммуникации, учитывайте предпочтения людей, чему они доверяют, и к чему могут легко получить доступ
    - Подумайте о характеристиках целевых групп (например, есть ли у них доступ к средствам массовой информации, таким как радио или телевидение? Умеют ли они читать, получают ли

информационные брошюры, и на каком языке? Привыкли ли они получать информацию из социальных сетей? и т. д.).

- Подумайте о ресурсах, которыми вы располагаете (например: есть ли у вас возможность печатать плакаты? Есть ли подходящие общественные места, где можно проводить встречи, отвечать на вопросы или размещать информацию? и т. д.).
  - Рассмотрите содержание вашего сообщения(-ий) и подумайте, каким образом лучше всего донести конкретную информацию (например, ориентируясь отдельно на мужчин и женщин).
- Коммуникация должна быть:
    - **Простой и краткой.** Люди должны легко понимать сообщения, а также быть в состоянии запомнить и точно воспроизвести их без затруднений;
    - **Доверительной.** Доносится людьми, которым доверяет сообщество, методом, которому доверяет сообщество (например: посредством радио, телевидения, плакатов, обсуждений в мэрии, собраниями на рынках 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 (в связи с новой или уточнённой информацией об эпидемии), будьте честны и четко объясните, что изменилось и почему;
    - **Ориентированной на действие.** Сообщения должны быть направлены на конкретные действия и объяснять, что члены сообщества могут сделать, чтобы защитить себя и окружающих;
    - **Осуществимой и реалистичной.** Убедитесь, что у людей есть возможности и ресурсы для выполнения рекомендаций, которые вы даете;
    - **Контекстуально адаптированной.** Информация должна соответствовать потребностям и ситуации конкретного сообщества. Во всех своих сообщениях учитывайте социальные и культурные особенности, которые могут как способствовать принятию безопасного поведения (например, вакцинации), так и препятствовать ему.

### Различные способы коммуникации

Существует множество способов общения с сообществами. Ниже представлены примеры односторонних и двусторонних методов коммуникации, которые вы могли бы рассмотреть. Эти методы можно (и нужно) комбинировать, чтобы обеспечить доступность для как можно большего числа членов сообщества.

- Методы односторонней коммуникации:
  - видео, фильмы, телевизионная реклама;
  - песни, стихи, драма, ролевая игра, театр или другие методы обучения через развлекательный контент;
  - объявления в сообществе, такие как: объявления глашатаями, по громкой связи, массовые SMS-сообщения или сообщения в приложении WhatsApp, публикации в социальных сетях, радиопередачи;
  - плакаты, рекламные щиты.
- Методы двусторонней коммуникации:
  - подомовой (поквартирный) обход;
  - встреча с ключевыми информаторами, 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.

- использование ящиков для отзывов и предложений или присутствие доверенных лиц для получения анонимных отзывов или сообщений от членов сообщества.

### ***Обращайте внимание на слухи***

Слухи могут вызывать панику и страх или стать причиной небезопасных действий. Под влиянием слухов сообщества могут потерять доверие к органам здравоохранения и утратить веру в их способность остановить эпидемию. Иногда слухи заставляют людей отвергать меры, которые могли бы предотвратить распространение заболевания. Волонтеры должны:

- Прислушиваться к слухам или неверной информации.
  - Отмечать, когда и где появились слухи, и немедленно сообщать об этом своему супервайзеру или контактному лицу от национального сообщества.
  - Попытаться понять, почему слух быстро распространяется и насколько он важен для сообщества. Например, основан ли он просто на отсутствии знаний или страхе перед неизвестным, или он связан с определенными социально-культурными убеждениями или со стигматизацией определенной демографической группы?
- Объяснять некорректность возникших слухов
  - Сообщать сообществу ясные, простые факты о заболевании
  - 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. Поиск заболевших людей

## 05. Защита, безопасность и благополучие волонтеров

### Обзор

Волонтеры работают в непростых ситуациях и с самыми разными людьми. Работа во время эпидемий может быть рискованной, поскольку существует вероятность заражения. Помимо физических рисков, характер выполняемой работы может влиять и на эмоциональное, и на психическое благополучие волонтеров. Важно защищать волонтеров от этих рисков и минимизировать их последствия.

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

Важно следовать указаниям супервайзера 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 заболевания

1. Вы должны получить информацию об использовании защитных средств и ознакомиться с ними на практике до начала их использования в условиях реального риска. Заранее опробуйте оборудование и узнайте, как им правильно пользоваться.
  - При определенных эпидемиях, таких как Эбола, Марбург, лихорадка Ласса и чума, необходимо использовать полный комплект защитных средств при выполнении задач с высоким риском. Полная защита требует использования средств индивидуальной защиты (СИЗ). (См. инструмент «*Средства индивидуальной защиты (СИЗ) в случае остроинфекционных заболеваний*»).
  - При других эпидемиях необходимо как минимум использовать маски и латексные перчатки, а также мыть руки с мылом после каждого контакта с инфицированными людьми или животными. (См. инструмент «*Мытье рук с мылом*» для получения инструкций по надлежащей гигиене рук).
2. Волонтеры должны быть вакцинированы в соответствии с рекомендациями по вакцинации для конкретной страны (См. инструмент «*Плановая вакцинация*» ).
  - Волонтеры должны быть вакцинированы в соответствии с графиком плановой вакцинации в стране.
  - Волонтеры имеют право на получение прививок во время массовой кампании по вакцинации, если это применимо.
3. Волонтеры должны быть внимательны к своему физическому и психосоциальному состоянию во время эпидемии.
  - пидемии.
  - Волонтеры должны обращать внимание на факторы стресса в личной и рабочей жизни и должны иметь план здорового и безопасного реагирования на стресс и травматические

переживания.

- План может включать в себя известные вам методы управления стрессом, такие как физические упражнения, медитация, хобби и т. д.
- Ваш руководитель также является полезным источником информации и ресурсов для поддержки психосоциального благополучия.

Понимание общих мер профилактики и контроля

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

- Меры по борьбе с переносчиками (см. инструмент «Контроль переносчиков»).
- Безопасное обращение с животными (инструмент «Содержание и заботу животных»).
- Обращение с телами умерших (инструмент действий «Безопасное и достойное погребение»).
- Химиопрофилактика (инструмент «Химиопрофилактика»).
- Безопасность пищевых продуктов и воды (инструменты «Гигиена питания» и «Чистая безопасная бытовая вода»).
- Гигиена рук (инструменты «Мытье рук с мылом» и «Мытье рук во время острой инфекционной 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. Во время выполнения задач возможны несчастные случаи, при которых волонтеры могут получить травмы или даже погибнуть. Также волонтеры могут причинить вред другим людям и их имуществу, особенно если они не прошли должной подготовки или не были обеспечены необходимым оборудованием.
- 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. Объем покрытия зависит от законодательства вашей страны. Движение призывает национальные общества признавать и выполнять свой долг по заботе о волонтерах, особенно если с ними что-то случится во время выполнения их обязанностей. Уточните у вашего руководителя, какой тип страховки или защитных мер предусмотрен для вас через «систему обеспечения безопасности».
  - Прежде чем просить волонтеров выполнять действия, связанные с высоким риском (например, безопасные и достойные похороны), Национальные общества должны убедиться, что волонтеры вакцинированы и обеспечены всеми необходимыми средствами защиты. Что это включает в себя, будет зависеть от конкретных условий и внутренней политики по охране здоровья волонтеров и сотрудников национального общества.

Волонтеры должны быть ознакомлены с политикой безопасности национального общества, понимать ее и строго следовать установленным 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 взаимодействуют друг с другом и с местными жителями. Волонтеры должны проявлять чуткость к культурным особенностям. Ваше поведение не должно задевать

чувства других. Будьте честны, избегайте действий, которые могут вызвать напряжение в сообществе. Вы должны соблюдать корректность, вежливость и беспристрастность.

- Волонтеры должны проявлять инициативу для обеспечения и поддержки своей 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. Выясните, какие протоколы действуют в случае возникновения инцидента, связанного с нарушением техники безопасности, включая то, как и кому вы должны сообщать о таких 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.

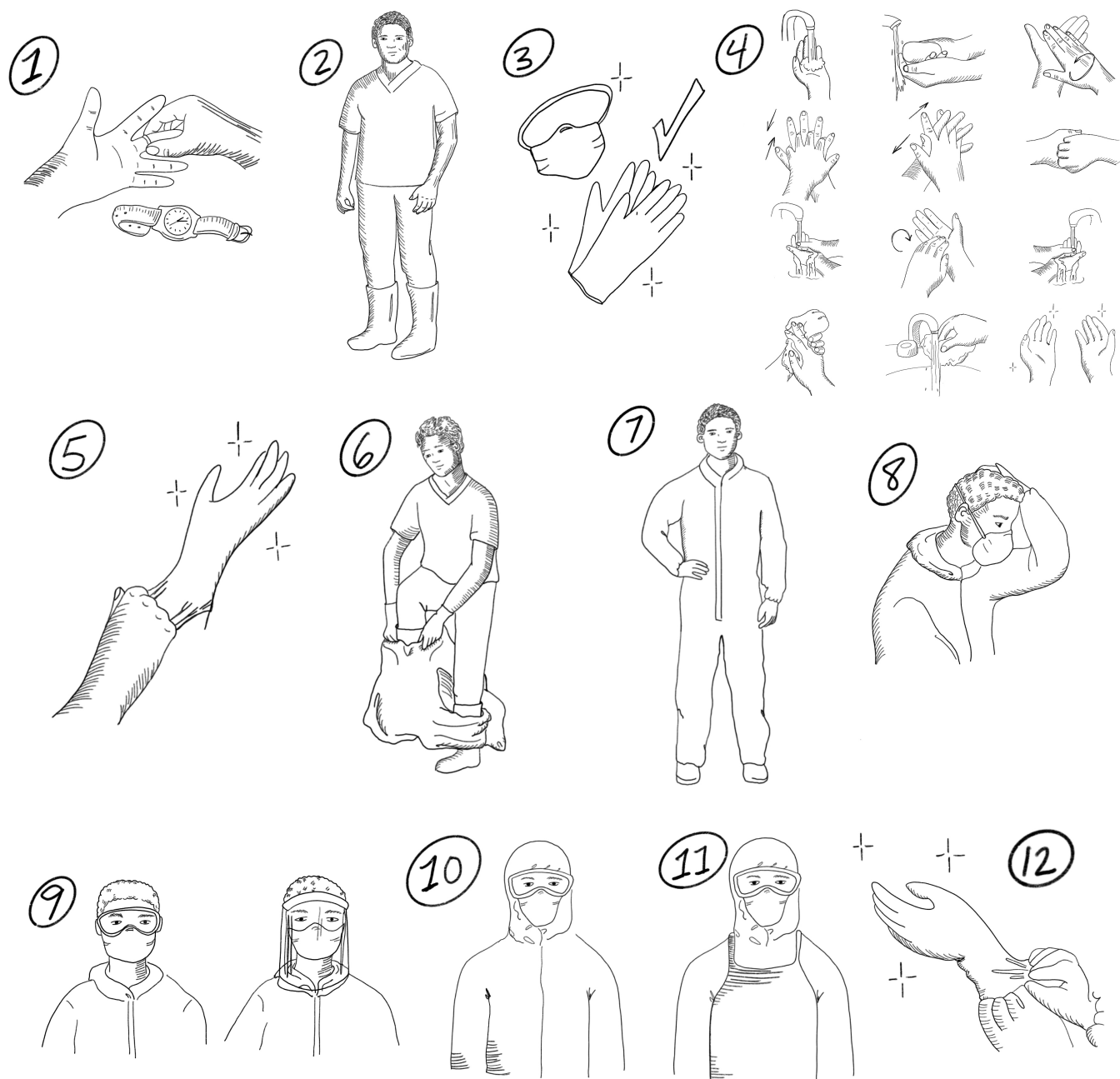
Этот инструмент показывает вам, как надевать и снимать СИЗ\*\*. Примечание: различные типы СИЗ используются в разных условиях, в зависимости от заболевания и типа требуемой защиты (например, элементы СИЗ для Эболы и для чумы могут иметь некоторые общие черты, но не совпадать). Удостоверьтесь, что вы 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».

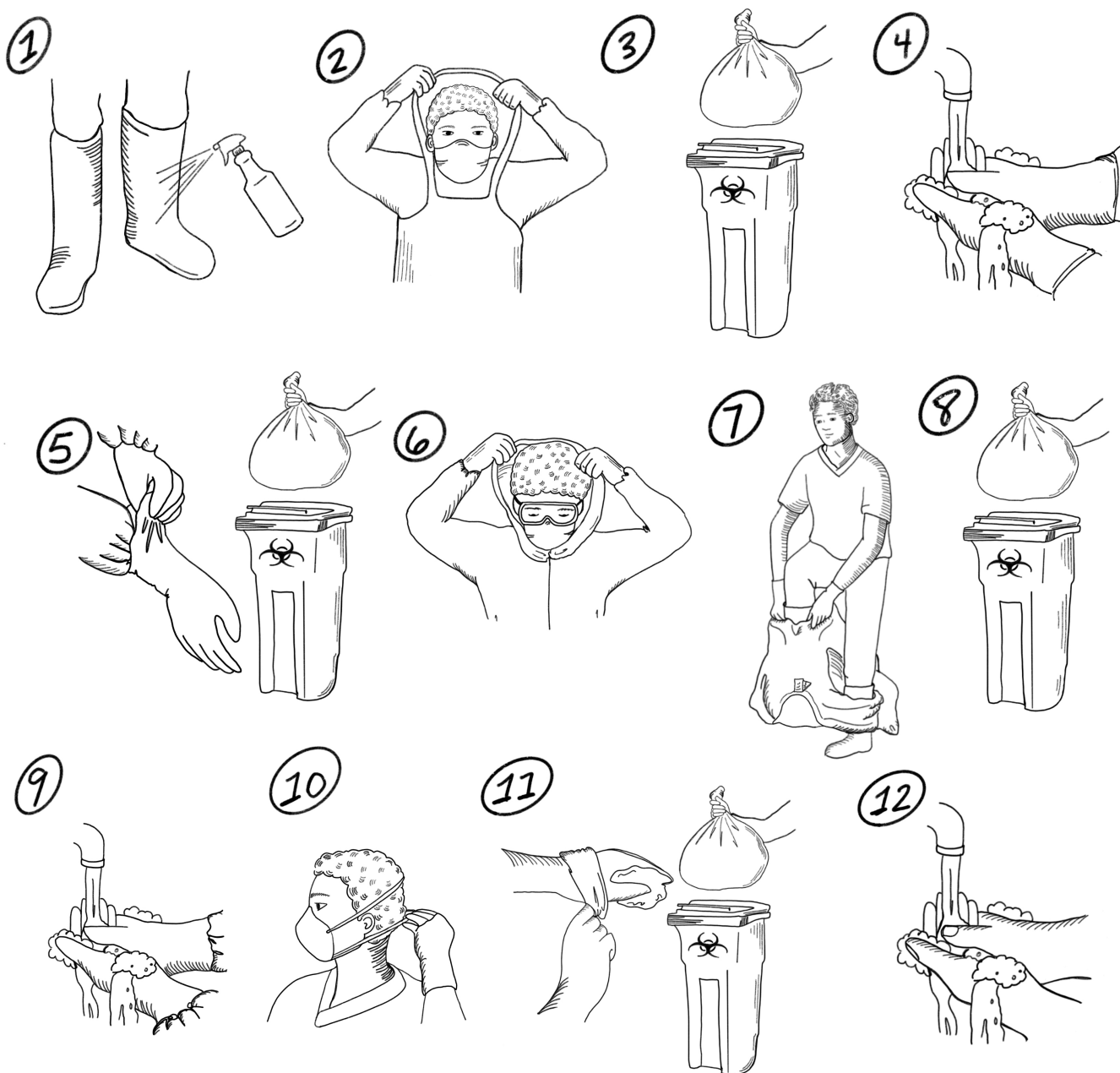
### Что делать и как действовать

- 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.

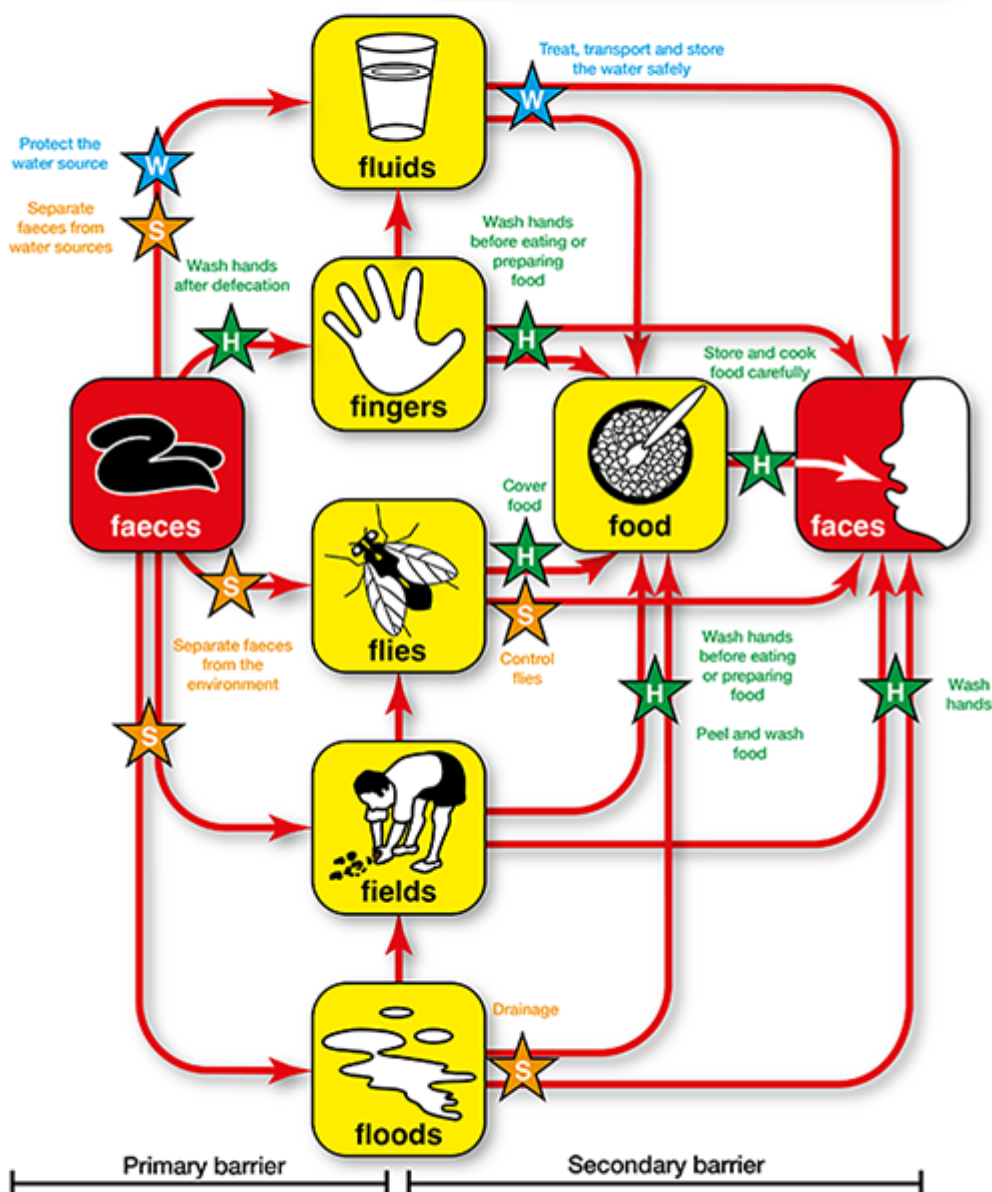
Направленность пропаганды гигиены определяется исходя из рисков для здоровья. Создавая ряд барьеров для инфекции, гигиеническое поведение оказывает решающее влияние на передачу заболеваний, связанных с водой и санитарией, как показано на диаграмме "f"[1] ниже:

# 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.

© WFP

Source: McMahon, Glenda; Davey, Kay; Shaw, Rod (2020): P004 The F Diagram. Loughborough University. Poster. <https://doi.org/10.17028/rd.lboro.12738692.v1>

## 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 болезней.
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.

Community messages



04. Правильное хранение воды



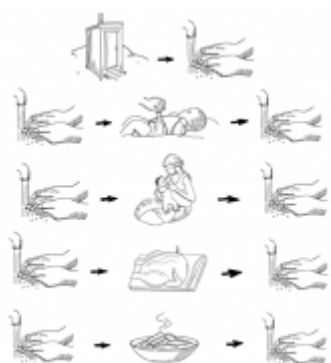
05. Использование чистой безопасной питьевой воды



06. Использование чистых туалетов



08. Мытье рук с мылом



09. Когда мыть руки



11. Уборка территорий, где могут размножаться комары



12. Надлежащая гигиена питания



13. Надлежащая личная гигиена



20. Сбор и вывоз мусора

## 30. Чистая безопасная бытовая вода

### Обзор

Многие болезни могут передаваться через воду. Вода может выглядеть чистой, хотя на самом деле ее небезопасно пить до тех пор, пока она не будет обработана. Микробы, которые вызывают болезни у людей, настолько малы, что вам нужен микроскоп, чтобы увидеть их. Чистая безопасная вода необходима для того, чтобы остановить распространение многих эпидемий. Выступая в качестве волонтера, вы можете помочь убедиться, что в вашем сообществе есть чистая безопасная вода для питья, приготовления пищи и уборки.

#### **Безопасные источники воды**

Лучшим источником безопасной чистой воды является источник подземных вод, такой как защищенный колодец или скважина. «Защищенный» означает, что он имеет бетонный бортик или кромку вокруг колодца или скважины (без трещин) и огорожен забором, чтобы животные не могли добраться до него.

Если вы обычно пользуетесь водопроводом в своем населенном пункте, наводнения или другие стихийные бедствия (например, циклоны) могут повлиять на качество воды. После затопления водопроводная вода может перестать быть безопасной или чистой. В этой ситуации вскипятите или отфильтруйте воду или обработайте ее химическими веществами.

Если безопасные грунтовые воды недоступны или если вы сомневаетесь в качестве воды, вы можете очистить и обезопасить воду другими способами:

1. Кипятите воду не менее одной минуты. Продолжительное кипячение в течение одной минуты убьет микробы.
2. Используйте таблетки для очистки воды. Это маленькие таблетки, которые вы кладете в воду, чтобы убить микробы. Каждый тип таблеток имеет конкретные инструкции по применению, поэтому внимательно прочитайте их перед использованием таблеток. Вы можете раздавать таблетки семьям в сообществе, для очистки воды.
  - Обязательно подчеркните важность использования чистой воды, когда будете объяснять, как пользоваться таблетками. Следите за использованием раздаваемых таблеток.
3. Пропагандируйте фильтрацию воды. Воду можно фильтровать с помощью керамических, биопесчаных или других типов фильтров.
  - Убедитесь, что вы следуете инструкциям по изготовлению и очистке фильтра. Регулярно очищайте фильтр.

Каждый способ обеспечения безопасности воды имеет свои преимущества и недостатки и требует оборудования и ресурсов (таблетки для очистки, емкости для воды или ведра, дрова, время и т. д.). Сообщество должно иметь возможность получать эти ресурсы и использовать их должным образом. Обратитесь за дополнительной информацией к коллегам в секторе водоснабжения, санитарии и гигиены или партнерам, имеющим опыт в области водоснабжения, санитарии и гигиены.

#### **Безопасное хранение и обращение с водой**

Грязные руки, грязная посуда и грязные контейнеры могут загрязнить воду. Загрязнение может также

произойти по вине мух, других насекомых и грызунов. Усилия по обеспечению чистоты и безопасности воды бессмысленны, если вода не хранится и не обрабатывается должным образом с соблюдением санитарно-гигиенических норм.

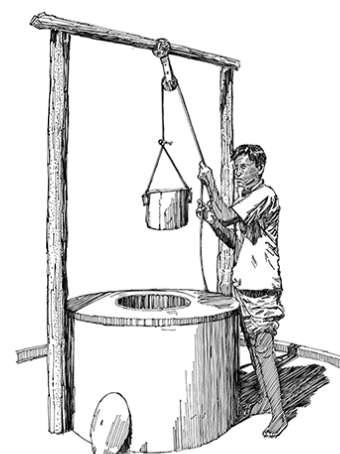
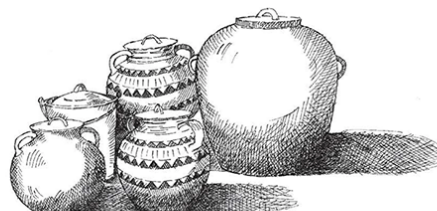
## Что делать и как действовать

### *Понимание сообщества*

1. Ознакомьтесь с культурными, социальными и традиционными практиками и верованиями сообщества в отношении воды и мытья.
2. Прислушайтесь к слухам и неверной информации. Опровергните их и сообщите о них своему руководителю-волонтеру.

### *Поощряйте использование чистой бытовой воды*

1. Поощряйте использование чистой воды. Поощряйте членов сообщества придерживаться рекомендуемых санитарно-гигиенических процедур.
  2. Поощряйте людей правильно использовать бытовое оборудование для обработки воды (например, очищающие таблетки). Если они не обрабатывают свою воду, выясните почему.
  3. Поощряйте людей всегда мыть руки перед тем, как они начнут использовать питьевую воду.
  4. Храните воду в чистых емкостях. Регулярно чистите их.
- Убедитесь, что у семей есть чистые емкости для наливания воды. Убедитесь, что контейнеры закрыты, чтобы предотвратить попадание микробов и грязи в воду, что сделает ее небезопасной.
    - Если у контейнера узкое горлышко, настоятельно рекомендуйте людям регулярно чистить его мыльным раствором, химическим дезинфицирующим средством (если таковое имеется) или камешками. Контейнеры с узким горлышком предотвращают загрязнение, но их труднее чистить.
    - Если у контейнера широкое горлышко, попросите людей держать его закрытым и разработайте систему для удаления воды, не прикасаясь к ней руками. Контейнеры с широким горлышком легко загрязняются, но их легче чистить.



**Другие ресурсы:**

Safe water prevents cholera: Clean water storage safe water (наглядное пособие Общества Красного Креста Ганы)

**Community messages**

04. Правильное хранение воды



05. Использование чистой безопасной питьевой воды

## 31. Гигиена питания

### Обзор

Загрязненная, незакрытая и недостаточно термически обработанная пища может содержать микробы, вызывающие заболевания. Члены сообщества могут не знать или не понимать, каким образом пища заражается и как через нее передаются болезни. Необходимо говорить о важности надлежащей гигиены питания, чтобы люди могли защитить себя и свои семьи от заболеваний.

### Что делать и как действовать

#### *Поддержание правил безопасного приготовления пищи*

- Продукты могут загрязняться при контакте с грязными руками, мухами, грязной посудой или загрязненной водой.
  - Мойте руки очищенной водой с мылом перед приготовлением пищи.
  - Для приготовления используйте очищенную воду. Тщательно мойте овощи и фрукты чистой водой с мылом.
  - Мойте посуду (сковородки, тарелки, чашки, вилки, ножи и т. д.) и очищайте кухонные поверхности чистой водой с мылом. Используйте решетку для сушки посуды.
- Пища может распространять микробы и болезни, если она плохо приготовлена или загрязнена.
  - Тщательно термически обрабатывайте продукты животного происхождения, включая мясо и яйца, чтобы уничтожить микробы.
  - Уничтожайте и утилизируйте любое мясо животных, субпродукты или части кожи, которые имеют признаки инфекции или паразитов, например глистов, цист или яиц, туберкулеза в легких или печени, зараженной кожи и т. д. Не мойте, не готовьте и не употребляйте в пищу ничего из перечисленного.
  - Накрывайте приготовленную пищу перед хранением. Разогревайте перед употреблением.
  - Ешьте приготовленную пищу горячей.

#### *Поддержание правил безопасного хранения пищевых продуктов*

- Продукты питания могут загрязняться при неправильном хранении
- Храните сырые продукты в герметичных контейнерах, недоступных для насекомых и животных.
- Храните приготовленную пищу в закрытых контейнерах, надежно защищённых от воздействия погодных условий, загрязнений, мух, других насекомых и животных. Не допускайте длительного хранения, пищу следует употреблять сразу после приготовления.

### ***Пропаганда гигиены среди продавцов пищевых продуктов на рынках и в киосках***

- Рекомендуйте использовать противомоскитные сетки или накрывать тарелки перевернутыми мисками, чтобы предотвратить контакт пищи с мухами и другими насекомыми.
- Для приготовления напитков и льда используйте хлорированную воду.
- Официанты должны мыть руки водой с мылом перед приготовлением и подачей пищи.
- Вся пища, особенно морепродукты, должна быть тщательно термически обработана и не должна храниться долгое время при комнатной температуре.
- Не ставьте тарелки и столовые приборы на землю, используйте только чистые поверхности.
- Продавцы продуктов питания и мяса на скотобойнях не должны продавать мясо, субпродукты или части кожи животных, имеющих явные признаки инфекционных или паразитарных поражений, например при наличии глистов, цист или яиц, туберкулеза в легких или печени, зараженной кожи и т. д. Такие продукты необходимо обязательно отбраковывать и утилизировать.



Мытье рук с мылом Правильное хранение еды

Community messages



04. Правильное хранение воды



08. Мытье рук с мылом



12. Надлежащая гигиена питания

## 32. Санитария

### Обзор

Надлежащая санитария жизненно важна для предотвращения распространения многих эпидемий, таких как диарея и холера, особенно тех, которые распространяются при контакте с мусором или отходами жизнедеятельности человека.

Волонтеры могут рекомендовать сообществам улучшать санитарные условия путем безопасного обращения с экскрементами, проведения безопасных захоронений людей и животных, надлежащей утилизации мусора в домохозяйствах и сообществах, использования уборных и удаления сточных и стоячих вод.

Полное вовлечение сообщества на ранних стадиях необходимо для обеспечения устойчивости и долговременного положительного эффекта.

### Что делать и как действовать

#### *Утилизация твердых отходов*

- Утилизируйте твердые отходы и мусор безопасным способом.
  - Рекомендуйте членам сообщества сжигать или закапывать мусор.
  - Распространяйте знания о взаимосвязи между мусором и переносчиками болезней, такими как грызуны или мухи.

#### *Управление сточными водами*

- Обеспечивайте слив и удаление стоячей воды. В лагерях беженцев или вынужденных переселенцев необходимо обеспечить хорошую канализацию, особенно в районе уборных, душевых или мест для стирки одежды. В других условиях также проявляйте бдительность в отношении застоя воды вокруг такого рода сооружений. В то же время следует обращать внимание на места или вещи, например, ведра, где люди могут хранить (намеренно или нет) застоявшуюся воду. Пропагандируйте гигиену и учите людей, как содержать себя в безопасности и чистоте.
  - Мобилизуйте сообщество для удаления стоячей воды в местах, где могут размножаться комары.
  - Нанесите на карту и определите вместе с членами сообщества места, где может образовываться стоячая вода.
  - Распространяйте среди населения знания о размножении комаров, чтобы избежать таких заболеваний, как малярия. Убедитесь, что сообщество знает о взаимосвязи между комарами и

болезнями.

- Рекомендуйте использование гравия или других материалов, способствующих отводу воды, вокруг душевых, уборных и мест для стирки белья.

### **Управление канализационными водами**

- Утилизируйте экскременты (фекалии) безопасным способом (соорудив отхожие места).
  - Поощряйте строительство и использование уборных, заручившись поддержкой сообщества для реализации строительства и выбора наилучшего места с целью предотвращения загрязнения источников воды.
  - Препятствуйте открытой дефекации.
  - Убедитесь, что уборные доступны для всех пользователей, женщин, пожилых людей, детей и т. д.
  - Пропагандируйте среди матерей с младенцами безопасную утилизацию детских фекалий.
  - Убедитесь, что уборные соответствуют минимальным стандартам безопасности, социальной интеграции и уважения достоинства.
  - По возможности поощряйте наличие уборных, удобных для женщин. В таких уборных должны быть предусмотрены достаточное освещение; защелки/замки на дверях; прочные стены и двери для уединения и предотвращения входа и выхода людей/животных; мусорные баки для средств женской гигиены и других одноразовых отходов.
  - Обеспечьте надлежащее содержание и перемещение домашних животных и скота, чтобы их экскременты и моча не загрязняли окружающую среду или жилища людей. Обеспечьте надлежащее управление отходами и соблюдение стандартных мер биобезопасности на животноводческих фермах, предотвращая сброс таких отходов в окружающую среду или в водоемы.

### **Безопасная утилизация тканей человека и животных**

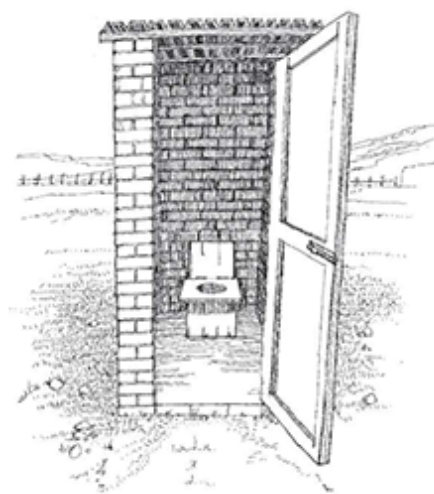
- Практикуйте безопасное захоронение или утилизацию тканей организма
  - Закапывайте трупы и уничтожайте туши животных безопасным способом.
  - Контролируйте переносчиков болезней и защищайте от них людей.

- Сжигайте медицинские отходы.

**Поговорите с вашим сообществом о надлежащих методах санитарии.**



**Утилизируйте отходы безопасно.**



**Community messages**



06. Использование чистых туалетов



07. Защита себя от комаров



08. Мытье рук с мылом



11. Уборка территорий, где могут размножаться комары



23. Поощрение здорового образа жизни в обществе



27. Защита от грызунов

## 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

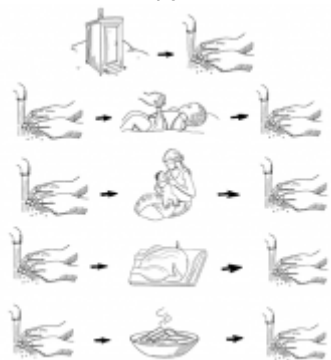
- поверхности, включая тыльную сторону ладоней и места между пальцами.
4. Хорошо промойте руки, чтобы на них не было мыла.
  5. Вытрите руки бумажным полотенцем. Если нет полотенца, помашите ими в воздухе, пока они не высохнут



## Community messages



08. Мытье рук с мылом



09. Когда мыть руки

## 36. Контроль переносчиков и резервуаров

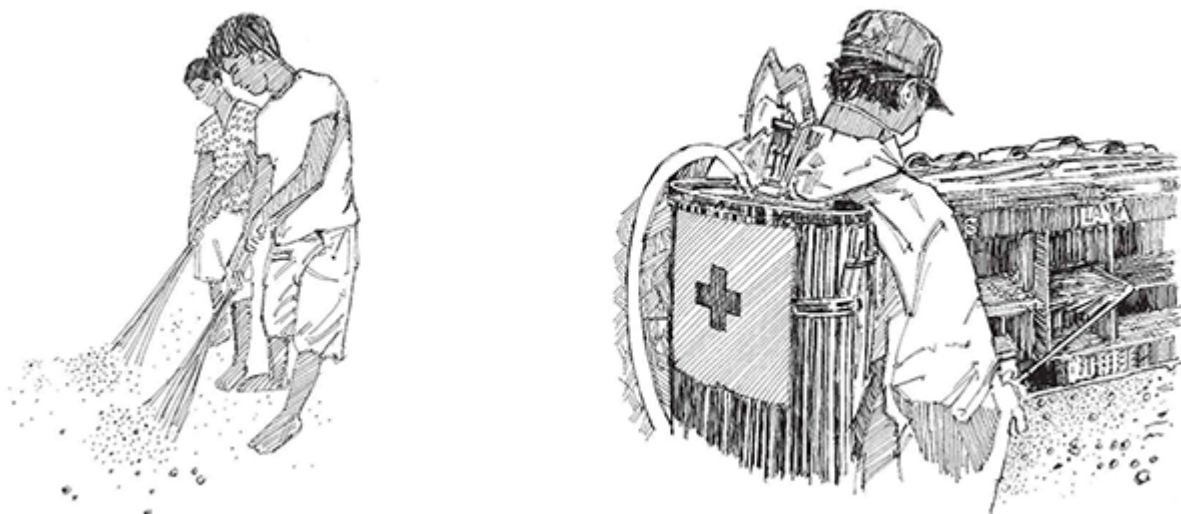
### Обзор

Переносчики — это насекомые или животные, которые распространяют инфекционные заболевания через укусы или контакт с их мочой, фекалиями, кровью и т. д. Многие заболевания распространяются переносчиками, включая малярию, лихорадку денге, вирус Зика, вирус чикунгунья, желтую лихорадку, лихорадку Ласса, лихорадку долины Рифт (Рифт-Валли) и чуму. Переносчики иногда живут и размножаются на других животных-хозяевах, называемых резервуарами, после чего попадают к людям. Для защиты людей от заболеваний важно контролировать как переносчиков, так и резервуары. Переносчиками и резервуарами могут быть животные и насекомые, такие как комары, клещи, грызуны, блохи и т. д.

### Контроль переносчиков и резервуаров в обществе

- Активно пропагандируйте методы гигиены, санитарии и защиты (\*\*конкретные методы зависят от типа переносчика или резервуара, вызывающего озабоченность\*\*)
  - Расскажите людям в сообществе о методах защиты окружающей среды от комаров:
  - Заделывать и закрывать любые щели в окнах, стенах и крышах.
  - По возможности использовать обработанные инсектицидом сетки на окнах и дверях.
  - Удалять стоячую воду и плотно закрывать все емкости с водой.
  - Привлекать профессионалов для проведения опрыскивания или обработки ларвицидами против переносчиков, так как распылять химические вещества без соответствующего оборудования, материалов и знаний о безопасных методах может быть опасно. (Оказывайте помощь 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:
  - Хранить продукты питания и воду надлежащим образом, в защищенных от грызунов емкостях.
  - Содержать убежища и дома в чистоте.
  - Ремонтировать и закрывать любые отверстия в окнах, стенах, крышах.

- Очищать окружающую среду от мусора и отходов.
- Держать домашний скот вне домашнего хозяйства (чтобы люди и животные не находились в одном месте обитания).
- Привлекать специалистов по охране окружающей среды для проведения мероприятий по дератизации в общинах и домах, где есть грызуны.
- Расскажите людям в сообществе о методах индивидуальной защиты от комаров:
  - Использовать обработанные инсектицидом противомоскитные сетки для профилактики таких заболеваний, как малярия (не для общего применения при заболеваниях, передаваемых комарами *Aedes*).
  - Носить защитную одежду (например, с длинными рукавами).
  - Получать прививки.
  - Использовать химиопрофилактику (профилактическое лечение).
- Расскажите людям в сообществе о методах индивидуальной защиты от грызунов, других мелких животных и живущих на них клещах или блох:
  - Носить защитную одежду (например, с длинными рукавами).
  - Использовать химиопрофилактику (профилактическое лечение).
  - Спать на приподнятых платформах или кроватях.



Community messages



04. Правильное хранение воды



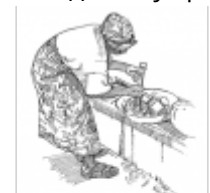
06. Использование чистых туалетов



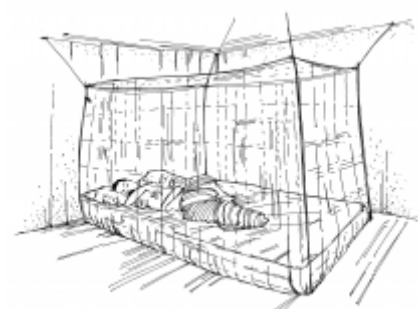
07. Защита себя от комаров



11. Уборка территорий, где могут размножаться комары



12. Надлежащая гигиена питания



17. Использование москитных сеток во время сна



20. Сбор и вывоз мусора



27. Защита от грызунов

## 38. Кампании по утилизации отходов и уборке территории

### Обзор

Заболевания быстро распространяются в среде, где присутствуют отходы и отсутствуют санитарные условия. Мусор привлекает грызунов и создает благоприятные условия для размножения и кормления различных домашних и диких животных, падальщиков и насекомых (включая комаров и мух). Фекалии человека или животных также могут привлекать мух и других насекомых, которые переносят микробы, распространяют заболевания и заражают источники воды. Отходы жизнедеятельности человека и животных, зараженные определенными болезнями (включая туши животных, медицинские 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, региональным комитетом здравоохранения и другими партнерами сообщества, чтобы определить территорию и способы 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 стремление членов сообщества к совместной работе по:
  - Утилизации фекалий и мочи животных.
  - Устранению луж и других мест размножения комаров.
  - Утилизации мусора (путем сжигания или закапывания).
  - Избавлению от растительности вокруг берегов рек и прудов рядом с сообществом.
  - Очистке участков вокруг источников воды (таких как насосы и колодцы).
  - Созданию и поддержанию в рабочем состоянии ямы для заполнения водой вокруг источников воды.



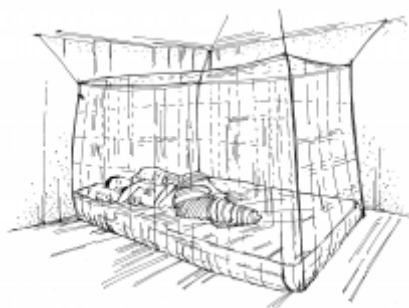
**Расскажите членам общины о том, как важно поддерживать чистоту в своем районе. Организуйте регулярные акции по наведению чистоты. Включите в них дома, уборные и т. д.**



Community messages



07. Защита себя от комаров



17. Использование москитных сеток во время сна



20. Сбор и вывоз мусора

## 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. Поощрение здорового образа жизни в обществе