



Птичий грипп

Последнее обновление 2025-07-28

Ключевые факты

- Птичий грипп — это вирусная инфекция, вызываемая вирусами гриппа типа А. Наиболее известные штаммы, которые могут вызывать тяжелые заболевания у людей, включают H5N1 и H7N9.
- Существует множество различных вирусов гриппа, и часто они циркулируют одновременно. Некоторые из них носят сезонный характер и распространяются среди людей, в то время как другие являются зоонозными и передаются от птиц или свиней. Птичий грипп — это разновидность гриппа, поражающая преимущественно птиц. Некоторые вирусы птичьего гриппа также приобрели способность заражать других животных. В редких случаях вирус может передаваться человеку при тесном контакте с инфицированной птицей.
- Обычно вирус птичьего гриппа не передается от человека к человеку. Однако существует небольшая вероятность того, что вирус адаптируется и начнет легко передаваться между людьми. Это представляет серьезную опасность, поскольку у населения отсутствует иммунитет к данному вирусу, так как они никогда не подвергались его воздействию ранее. Вирус может быстро распространиться, и всё население окажется уязвимым к заболеванию. Это делает птичий грипп потенциально опасным пандемическим заболеванием.
- Птичий грипп (особенно штаммы высокопатогенного птичьего гриппа [HPAI]) часто приводит к значительным экономическим потерям и последствиям для птицеводческой промышленности, фермеров, международной торговли и здоровья диких птиц

Передача заболевания

- Прямой контакт или обращение с инфицированной птицей (или другими зараженными животными, особенно теми, которые питаются дикими птицами)
 - Например, если человек прикоснется к зараженной птице, а затем прикоснется к своему носу, рту или глазам, вирус может распространиться на человека
- Косвенный контакт с окружающей средой, загрязненной биологическими жидкостями, перьями или яйцами инфицированной птицы (или других зараженных животных).
- В редких случаях существует вероятность того, что вирус может мутировать при инфицировании человека. В таком случае возможна передача вируса от человека к человеку (как при сезонном гриппе).
- Контакт с инфицированными дикими птицами (или другими инфицированными животными).
- Употребление в пищу инфицированных и недостаточно термически обработанных продуктов из

птицы

Наиболее уязвимые к заражению:

- Люди, которые находятся в тесном и регулярном контакте с инфицированными птицами (или другими инфицированными животными) или сильно загрязненной средой, подвержены риску заражения птичьим гриппом. К ним относятся:
 - Птицеводы и работники птицеводческих хозяйств: высокий риск заражения из-за тесного контакта с птицами.
 - Ветеринары и работники ветеринарных служб: риск заражения при обращении с птицами и их лечении.
 - Люди, проживающие рядом с птицефабриками/рынками: повышенный риск заражения из-за близости к инфицированным птицам.
 - Медицинские работники: риск при лечении инфицированных пациентов, особенно при отсутствии средств индивидуальной защиты.
- В связи с вспышками различных подтипов вируса птичьего гриппа, которые повышают риск мутации и распространения среди людей, эта болезнь по-прежнему остается глобальной проблемой общественного здравоохранения

Признаки и симптомы

У птиц:

- внезапная смерть с минимальными клиническими признаками или без них;
- выделения из носа и глаз;
- кашель;
- затрудненное дыхание или одышка;
- отек придаточных пазух носа и/или головы;
- апатия;
- уменьшение голосовых проявлений;
- значительное снижение потребления корма и воды;
- цианоз неоперенной кожи, бородки и гребня;
- нарушение координации движений, признаки поражения нервной системы и диарея.

У людей:

- проявления от легких до умеренных
 - лихорадка;
 - кашель;
 - боль в горле;
 - мышечные боли;
 - воспаление и покраснение глаз
- тяжелые проявления

- пневмония;
- острый респираторный дистресс-синдром (ОРДС) — вызывает затрудненность дыхания крайней степени;
- полиорганная недостаточность;
- смерть

Что вы можете сделать для предотвращения эпидемии и борьбы с ней

Мониторинг сообщества и выявление зараженных птиц и людей

- Выявление и изоляция больных птиц и людей до того, как они распространят заболевание.
- Расследование должно проводиться как среди животных, так и среди людей, а медицинские работники обоих секторов должны сотрудничать и обмениваться информацией.
- Люди должны избегать мест, зараженных вирусами гриппа животных, включая фермы, загрязненные территории, больных или мертвых животных, диких птиц, а также места, где происходит продажа или убой животных.
- Общественность должна избегать контакта с больными или мертвыми животными неизвестного происхождения, включая диких птиц, выявлять и сообщать о мертвых животных в местные органы по охране дикой природы или ветеринарные службы или запрашивать их утилизацию.
- Людям следует избегать мест, зараженных птичьим гриппом (включая фермы, загрязненные территории, больных или мертвых птиц, диких птиц, а также места, где происходит продажа или убой птиц)

Лечение и ведение заболевания

- Взаимодействие с соответствующими службами в серьезных случаях
 - У птиц: внезапная смерть без видимых причин – необходимо обратиться к ветеринарным специалистам.
 - У людей: например, высокая температура, затрудненное дыхание, учащенное дыхание – необходимо обратиться в медицинские учреждения

Безопасные убежища и пространства

- По возможности не допускайте переполненности и улучшите вентиляцию в жилых помещениях, на рабочих местах и в школах

Гигиена рук и дыхательных путей

- Пропаганда надлежащей гигиены в отношении чистоты рук (мытьё рук с мылом).
- Санитарно-просветительская работа в области гигиены дыхательных путей и этикета кашля (прикрывать рот при кашле или чихании рукавом или салфеткой, мыть руки после кашля или чихания, не плевать на землю или в общественных местах).
- Использование средств индивидуальной защиты (например, маски для лица)

Социальная мобилизация и изменение поведения

- Ознакомление с конкретными рекомендациями, предлагаемыми органами здравоохранения и другими соответствующими органами по охране здоровья животных
 - Продвижение рекомендуемых мер по охране здоровья (включая социальное дистанцирование)
- Соблюдение этих рекомендаций и информирование членов сообщества о текущих рекомендациях по охране здоровья.
- Обеспечение поддержки, поощрение соблюдения рекомендаций
 - Постарайтесь выяснить, соблюдаются ли рекомендации по методам охраны здоровья, и причины несоблюдения.
 - При поддержке вашего супервайзера и органов здравоохранения работайте с сообществами над преодолением препятствий, мешающих следовать рекомендациям по охране здоровья и рекомендуемым практикам

Картирование и оценка сообществ

- Составьте карту сообщества.
- Отметьте на карте следующую информацию:
 - Сколько людей и птиц заболели птичьим гриппом? Где?
 - Сколько людей и птиц умерло? Где? Когда?
 - Какие категории людей наиболее уязвимы, и где они находятся?
 - Где находятся местные медицинские учреждения и службы (включая традиционных целителей)?
 - Где находятся местные птицефабрики или рынки птиц (включая рынки, где продаются живые и мертвые птицы)?
- Укажите следующую информацию на обратной стороне карты:
 - Когда люди начали заболевать птичьим гриппом?
 - Сколько человек проживает в пострадавшем сообществе?
 - Сколько человек работает непосредственно с птицами на птицефабриках, рынках и т. д.?
 - Насколько часто люди живут вместе в переполненных помещениях? Доступны ли вентиляция и свежий воздух в домах, школах и на рабочих местах?
 - Сильно ли страдают от птичьего гриппа дети? Есть ли другие группы (определенные возрастные, профессиональные, географические и т. д.), находящиеся в зоне высокого риска?
 - Работают ли в этом районе учреждения по охране здоровья животных, ветеринары или

- управления сельского хозяйства?
- 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 грудные дети болеют, продолжают ли женщины кормить их грудью?
- Существует ли программа социальной мобилизации или охраны здоровья?
- Какие источники информации люди используют или каким доверяют больше всего?
 - Существуют ли слухи или дезинформация о птичьем гриппе? Что это за слухи?

Действия волонтеров

- 01. Эпидемиологический надзор на уровне сообщества
- 02. Составление карты сообщества
- 03. Коммуникация с сообществом
- 05. Защита, безопасность и благополучие волонтеров
- 06. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) в случае остроинфекционных заболеваний
- 20. Изоляция заболевших людей
- 26. Гигиена органов дыхания и нормы поведения при кашле
- 27. Временное убежище и вентиляция
- 29. Пропаганда гигиены
- 34. Мытье рук с мылом
- 35. Мытье рук во время остроинфекционной эпидемии
- 43. Социальная мобилизация и изменение поведения
- 44. Действия в отношении слухов

Другие ресурсы

- Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC). [Профилактика и противовирусное лечение вирусов птичьего гриппа А у людей \(2024\)](#)
- Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC). [Птичий грипп у птиц: причины и как он распространяется \(2024\)](#)
- Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). [Грипп: птичий \(2024\)](#)
- Всемирная организация по охране здоровья животных (ВОЗЖ). [Птичий грипп \(н/о\)](#)
- Всемирная организация по охране здоровья животных (ВОЗЖ). [Птичий грипп \(2009\)](#)

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.¹ 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

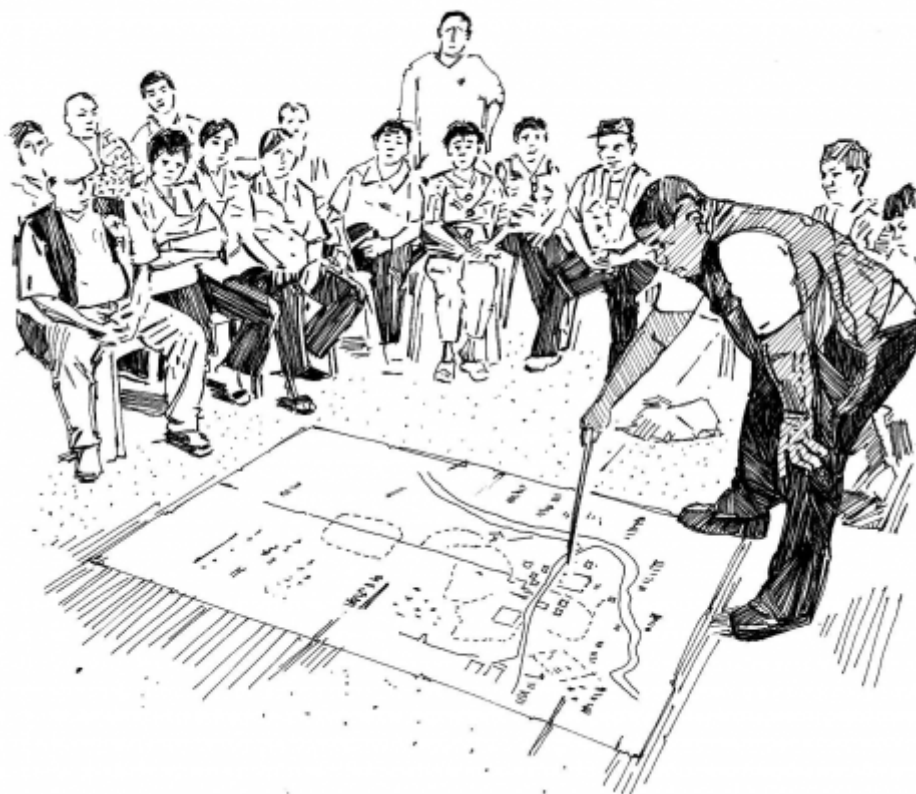
жизнеобеспечения, такие как загоны для крупного рогатого скота, рынки живой птицы, скотобойни и т. д. .

- 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.

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 поддержания 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.

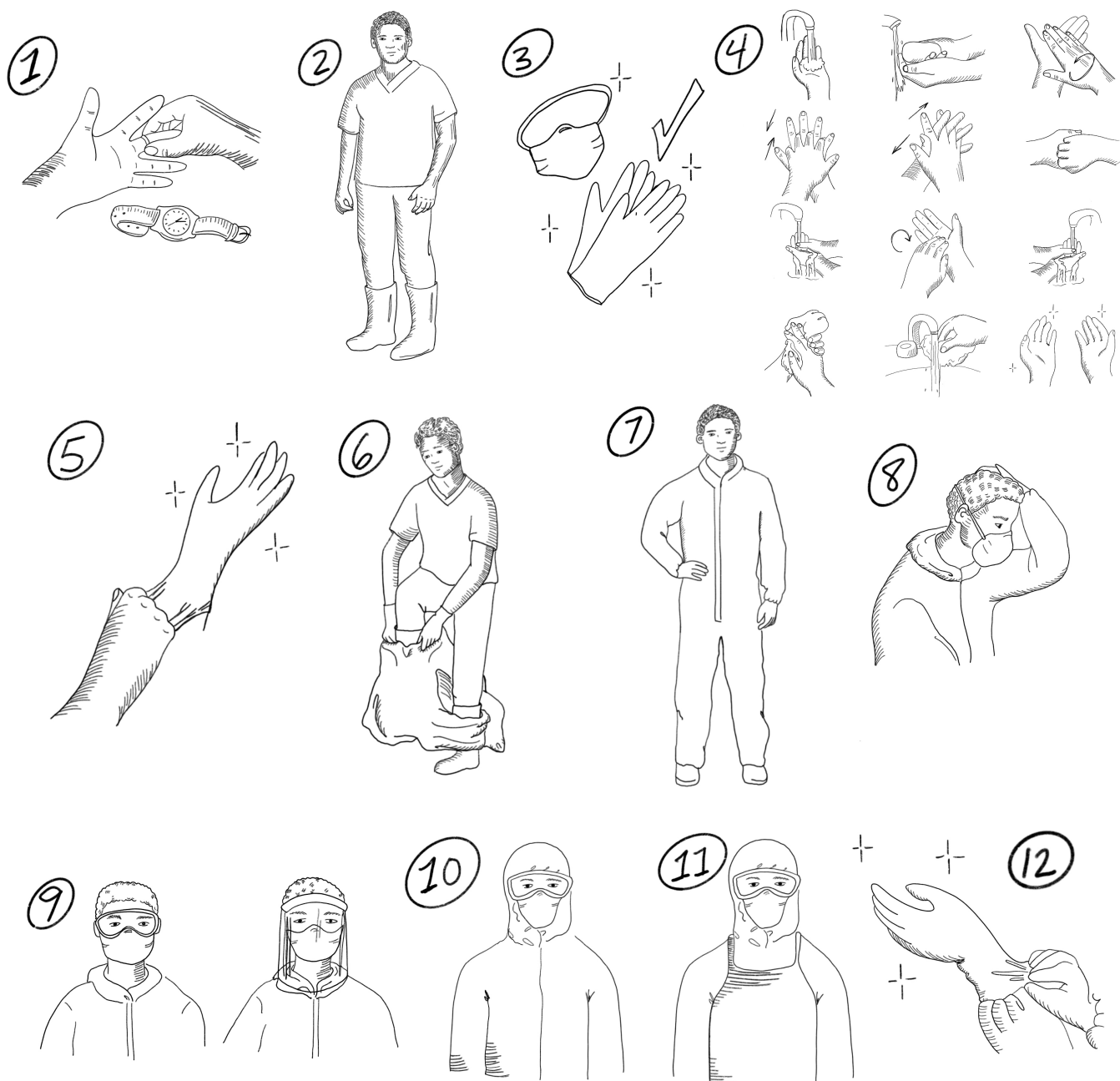
Этот инструмент показывает вам, как надевать и снимать СИЗ**. Примечание: различные типы СИЗ используются в разных условиях, в зависимости от заболевания и типа требуемой защиты (например, элементы СИЗ для Эболы и для чумы могут иметь некоторые общие черты, но не совпадать). Удостоверьтесь, что вы прошли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

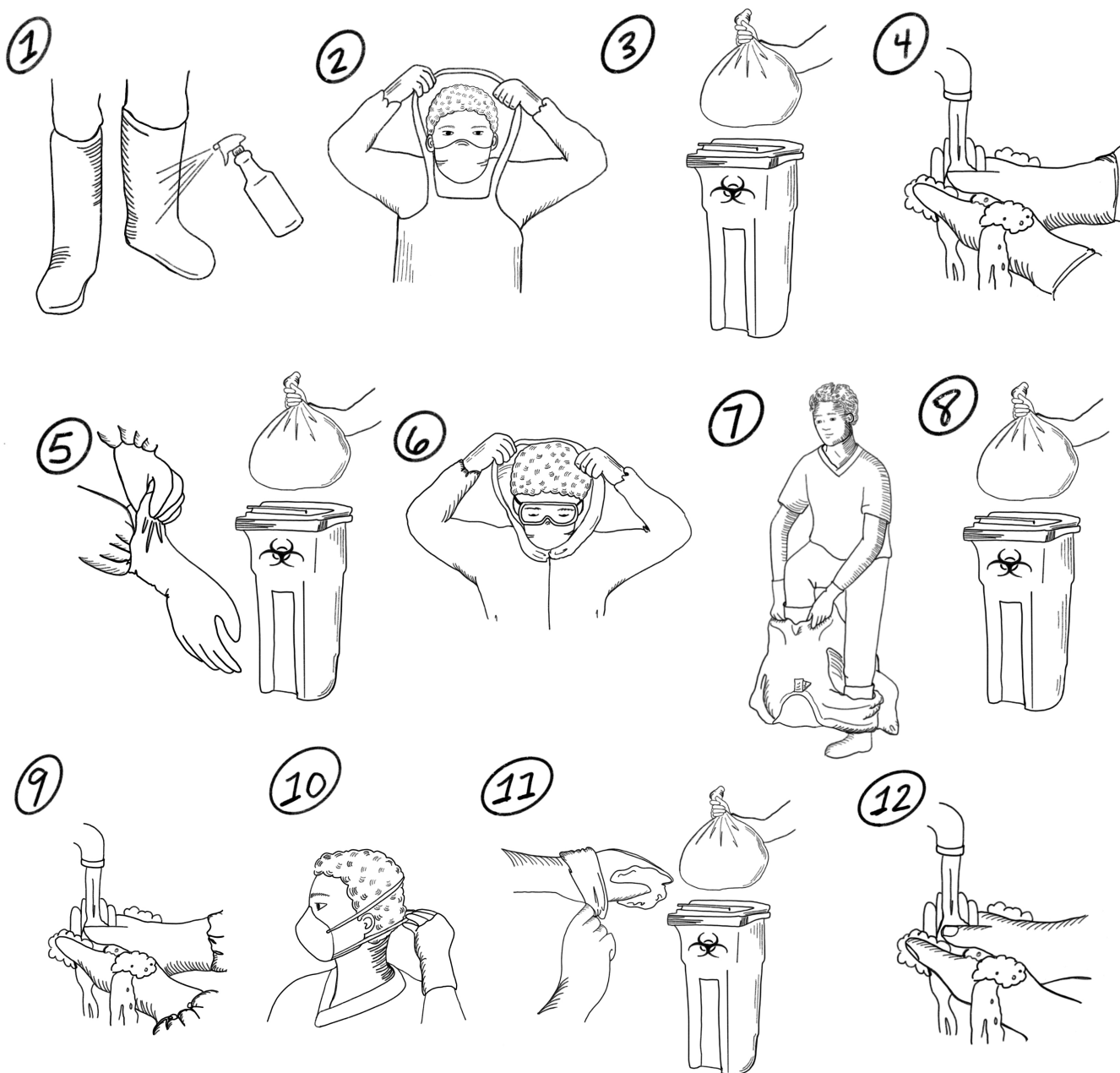
Что делать и как действовать

- 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).

20. Изоляция заболевших людей

Обзор

- Некоторые заболевания настолько опасны или заразны, что, чтобы предотвратить распространение инфекции среди окружающих, требуется изоляция заболевших. Изоляция означает отделение заболевших лиц от здоровых.
- Изоляция — это не тюремное заключение; она не проводится принудительно, а осуществляется только с согласия заболевшего. Необходимо объяснять заболевшим и их семьям, почему необходима изоляция. Иногда может потребоваться изоляция заболевших от их спутников или домашнего скота (и наоборот), если существует риск передачи инфекции. В крайних случаях при прогрессирующих вспышках может потребоваться забой (избирательный убой) инфицированных животных, чтобы остановить распространение заболевания на других животных и людей. Изоляция, карантин или забой животных также не должны осуществляться принудительно и должны проводиться с согласия лица, осуществляющего уход.
- Когда человек изолирован, все, кто вступает с ним в непосредственный контакт (например, члены семьи и медицинские работники), должны использовать соответствующие защитные меры, такие как средства индивидуальной защиты (СИЗ). Количество лиц, контактирующих с заболевшим, должно быть сведено к минимуму. Например, только один член семьи должен обеспечивать уход, питание, воду и т. д. для заболевшего человека.

Что делать и как действовать

Наблюдение и выявление

1. Даже если заболевание требует изоляции, вы должны продолжать мониторинг, выявляя случаи заболевания (см. инструмент «*Эпидемиологический надзор на уровне сообщества*»).
 - При обнаружении случаев заболевания следует объяснить заболевшим и их семьям, почему необходима изоляция.
 - Объяснение необходимости изоляции защищает окружающих, включая членов семьи заболевшего человека. Заболевшим и их семьям будет проще принять изоляцию, если её цель разъяснена.
2. Оказывайте поддержку пострадавшему лицу, членам семьи и медицинским работникам, чтобы облегчить процесс изоляции.
 - Изоляция осуществляется только добровольно, и необходимо максимально уважать пожелания заболевшего и его семьи.
 - Лицам, обеспечивающим уход за человеком, находящимся в изоляции, нужно показать, как правильно помогать и при этом защитить себя. Они должны быть обеспечены надлежащими защитными средствами.

Содействие и уход

1. Оказывайте психосоциальную поддержку семьям (см. инструмент «*Психосоциальная поддержка*»). Изоляция близкого человека может быть очень тяжелым испытанием как для семьи, так и для

самого человека, находящегося в изоляции.

2. Убедитесь, что люди, находящиеся в изоляции, получают достаточное питание, воду и медицинское обслуживание, а также помогите справиться с потерей средств к существованию.
3. Уточните, есть ли у тех, кто нуждается в изоляции, иждивенцы (например дети, люди с ограниченными возможностями), которым может потребоваться дополнительная поддержка. Сообщите об этом своему супервайзеру, который свяжется с группой по защите иждивенцев Общества Красного Креста и Красного Полумесяца для оказания соответствующей поддержки.

Социальная мобилизация, обмен сообщениями и вовлечение сообщества

1. Ведите диалог с семьей, сообществом и старейшинами/лидерами, чтобы предотвратить возникновение предрассудков и социального неприятия.
 - Постарайтесь не допустить, чтобы изоляция вызвала предрассудки или социальное неприятие заболевших и их семей.
 - Разъясняйте членам сообщества, почему изоляция необходима.
 - Обращайтесь за помощью к старейшинам и лидерам сообществ для борьбы с предрассудками.



Поиск заболевших людей

Community messages



24. Поиск заболевших людей

26. Гигиена органов дыхания и нормы поведения при кашле

Обзор

- Многие болезни распространяются через частицы или капли, которые попадают в воздух, когда люди кашляют, чихают, сморкаются или сплевывают. Есть несколько простых способов свести к минимуму распространение этих заболеваний, соблюдая надлежащую гигиену органов дыхания и нормы поведения при кашле.
- Правильный способ кашлять или чихать, не передавая микробы, – это использовать одноразовую салфетку, носовой платок или свой рукав. Когда вы кашляете или чихаете в них, у вас меньше шансов распространить микробы. Если вы используете одноразовую салфетку, утилизируйте ее как можно скорее. Если вы пользуетесь носовым платком, обязательно часто стирайте его. Всегда мойте руки как можно скорее, если вы пользуетесь носовым платком или салфеткой при кашле или чихании.
- Многие люди кашляют или чихают в ладони, чтобы остановить распространение микробов. Это не самая лучшая практика. Впоследствии вы можете передать микробы, прикасаясь к вещам или пожимая руки другим людям. Лучше всего избегать кашля или чихания в ладонь. Если вам необходимо воспользоваться руками, как можно скорее вымойте руки с мылом и водой, ни к чему не прикасаясь.
- Также важно высмаркиваться и/или сплевывать безопасным способом. Всегда следует использовать салфетки или носовые платки, когда вы сморкаетесь или сплевываете. Не практикуйте открытое сплевывание (например, на землю или в плевательницы), всегда используйте салфетку или носовой платок (салфетки предпочтительнее, и их следует безопасно утилизировать сразу после их использования).

Что делать и как действовать

Пропаганда гигиены

Пропагандируйте гигиену органов дыхания и нормы поведения при кашле среди людей в вашем сообществе.

- Уточните в своих школах и других местах, где люди собираются группами, не хотят ли они, чтобы вы пришли и рассказали о гигиене дыхательных путей и нормах поведения при кашле.
- Объясните, что нормы поведения при кашле важны, потому что они помогают предотвратить передачу болезней, распространяющихся воздушно-капельным путем.
- Покажите людям, как правильно кашлять, и попросите их научить такому же поведению других.
 - Говоря о нормах поведения при кашле, также расскажите людям о надлежащей гигиене и социальном дистанцировании (см. инструменты действий «Социальное дистанцирование» и «Мытье рук с мылом»).
 - Сделайте плакаты, показывающие, что можно и чего нельзя делать в рамках норм поведения при кашле, и развесьте их по всему вашему сообществу. (Дополнительную информацию о методах

социальной мобилизации см. в инструменте действий «Социальная мобилизация и изменение поведения»).

- В некоторых странах широко практикуется жевание ката или жевательного табака. В этих местах волонтеры должны объяснить, что собираться в закрытых и плохо проветриваемых помещениях, чтобы жевать и сплевывать (кат или табак) в течение длительных периодов времени, может увеличить распространение микробов и увеличить риск передачи респираторных инфекций.



Community messages



14. Вакцинация детей



18. Как правильно кашлять

27. Временное убежище и вентиляция

Обзор

- Окружающая среда и пространства, в которых люди проводят время, оказывают большое влияние на их здоровье и благополучие. Многие болезни могут распространяться по воздуху или благодаря водоснабжению и санитарным условиям.
- Некоторые болезни передаются воздушно-капельным путем (часто при кашле и чихании). Концентрации микробов могут существенно увеличиться в плохо проветриваемых помещениях или домах, в которых заболевший человек кашляет или чихает. В душных и плохо проветриваемых помещениях (с небольшим потоком воздуха) заболевший человек может заразить любого другого человека, находящегося в том же помещении. Чтобы снизить риск распространения болезни на других, рекомендуется проветривать помещения. Людей следует проинструктировать открывать окна или двери, чтобы впускать свежий воздух и выводить затхлый воздух.
- Когда много людей живут вместе в одном помещении (перенаселенность), они также могут подхватить инфекции друг от друга. По возможности, у людей должно быть достаточно места, чтобы свободно передвигаться и дышать. По возможности, рекомендуйте людям жить или собираться в местах, где есть достаточное пространство.
- В дополнение к риску неконтролируемых пожаров и ожогов приготовление пищи на древесном угле или дровах в замкнутом пространстве (комнате или укрытии без окон) может нанести вред людям, которые страдают от болезней, передающихся воздушно-капельным путем. Дым может затруднить дыхание, особенно при наличии других респираторных заболеваний. Важно обеспечить достаточный поток воздуха для отвода дыма и испарений.
- Другие болезни распространяются через загрязненную воду, несоответствующие санитарные условия или отсутствие жилья. Болезни, которые распространяются через загрязненную воду или несоответствующие санитарные условия (например, острые кишечные заболевания, холера, брюшной тиф, гепатит E), будут распространяться легче, если не хватает чистой воды, или рядом с местами, где проживают люди, нет подходящих чистых туалетов. Надлежащее жилье с чистой водой и санитарными условиями, которые защищают людей от дождя, ветра, солнца и холода, помогают предотвратить распространение болезней и помогают заболевшим людям выздороветь.

Что делать и как действовать

Профилактика заболеваний во временных убежищах

- Когда люди переезжают после конфликта или стихийного бедствия, жилье, в которое они переезжают, обычно не так хорошо, как то, к которому они привыкли. Помогите людям найти наилучшее из возможных убежищ, хорошо вентилируемое и имеющее хорошее водоснабжение, с уборными и объектами для удаления отходов поблизости.
- Всегда проветривайте общие убежища и помещения для чрезвычайных ситуаций.
- Посоветуйте людям держать окна открытыми, если позволяет погода, особенно если они ухаживают за заболевшим человеком.
- Настоятельно рекомендуйте людям мыть руки после посещения туалета, после мытья ребенка и перед приготовлением или употреблением пищи.

- Настоятельно рекомендуем людям регулярно мыть емкости для хранения воды с мылом и содержать территорию вокруг убежища чистой от мусора и отходов жизнедеятельности животных.

Борьба с болезнями во временных убежищах

- Когда происходит вспышка заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем, важно рассказать вашему сообществу о важности хорошей вентиляции и призвать их регулярно открывать окна и двери.
- Когда происходит вспышка заболеваний, передающихся через пищу или воду, важно рассказать своему сообществу о важности соблюдения норм гигиены и безопасности пищевых продуктов, а также о важности доступа к чистой воде и надлежащим санитарным средствам и утилизации отходов.

Социальная мобилизация, обмен сообщениями и вовлечение сообщества

- Поговорите с населением о важности обеспечения чистой водой, поддержания надлежащих санитарных условий, мытья рук и надлежащей гигиены питания. (См. инструменты действий «Чистая безопасная вода для домашних хозяйств», «Надлежащая гигиена пищевых продуктов», «Санитария», «Строительство и содержание уборных», «Мытье рук с мылом» и «Мытье рук в условиях эпидемии с высокой степенью заражения»).



Community messages



22. Надлежащее проветривание

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.

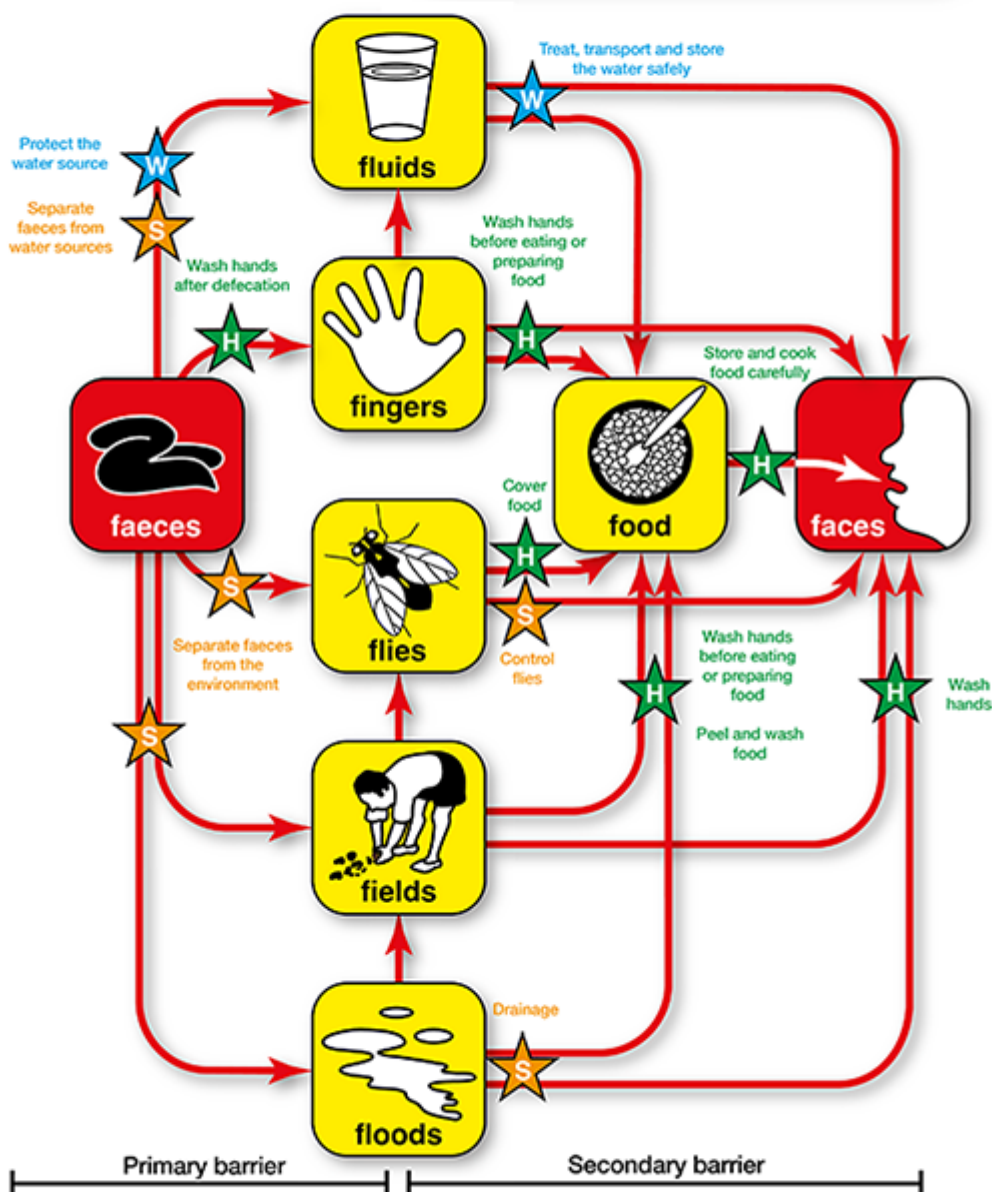
Направленность пропаганды гигиены определяется исходя из рисков для здоровья. Создавая ряд барьеров для инфекции, гигиеническое поведение оказывает решающее влияние на передачу заболеваний, связанных с водой и санитарией, как показано на диаграмме "f"[1] ниже:

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), **floods**, **fingers** and **faces** (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

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 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.

Community messages



04. Правильное хранение воды



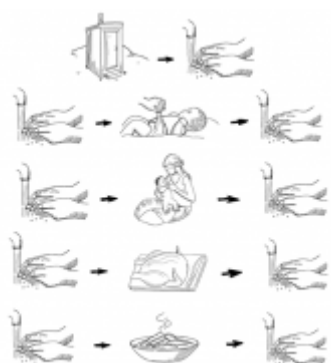
05. Использование чистой безопасной питьевой воды



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

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

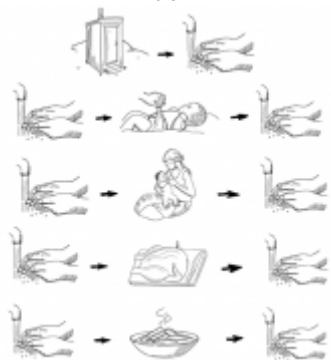
- поверхности, включая тыльную сторону ладоней и места между пальцами.
4. Хорошо промойте руки, чтобы на них не было мыла.
 5. Вытрите руки бумажным полотенцем. Если нет полотенца, помашите ими в воздухе, пока они не высохнут



Community messages



08. Мытье рук с мылом



09. Когда мыть руки

35. Мытье рук во время остроинфекционной эпидемии

Обзор

- Мытье рук является жизненно важным инструментом защиты при эпидемиях остроинфекционных заболеваний, таких как Эбола, Марбургская лихорадка, лихорадка Ласса, чума, БВРС и оспа обезьян. Существует большая вероятность заразиться этими заболеваниями, пытаясь помочь людям. Остроинфекционные микробы очень легко распространяются через жидкости организма, а некоторые болезни могут передаваться даже через тела умерших людей.
- Чтобы защитить себя, необходимо очень тщательное мытье рук. (Информацию об остроинфекционных заболеваниях см. в инструментах действий: «Защита и безопасность волонтеров» и «Средства индивидуальной защиты (СИЗ)»).

Что делать и как действовать

Когда мыть руки в ситуации распространения остроинфекционной эпидемии

Руки следует мыть с мылом и/или дезинфицирующим средством:

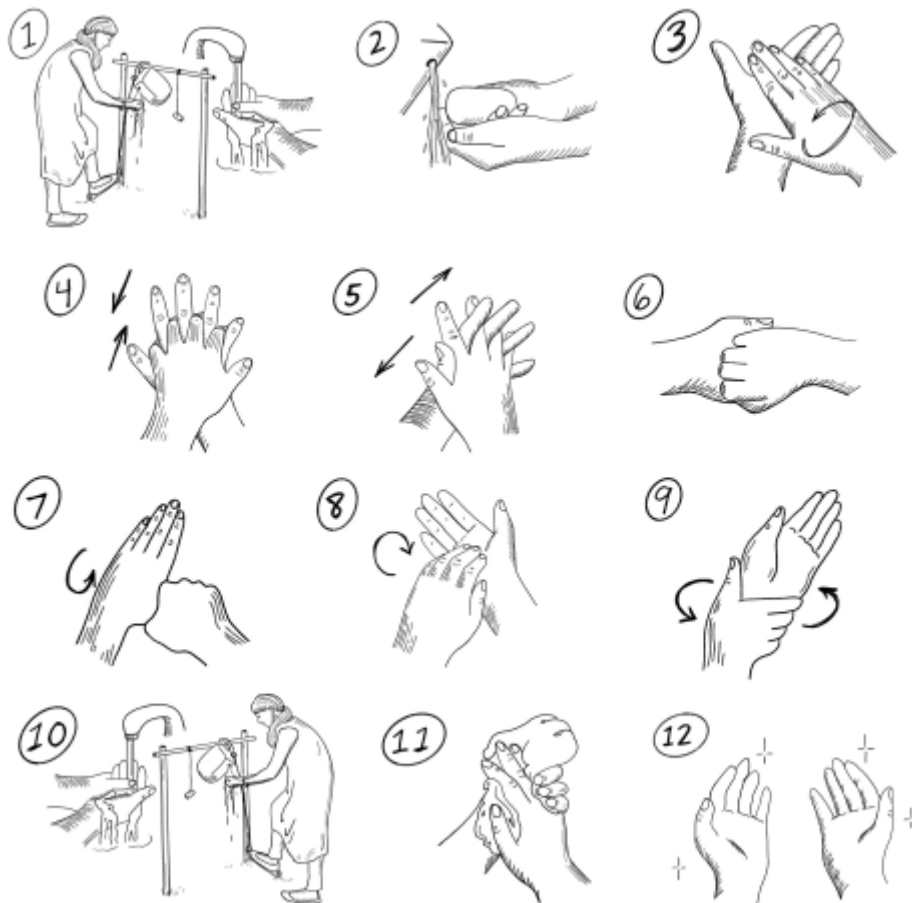
- ДО: приготовления пищи, приема пищи, кормления ребенка, грудного вскармливания, ухода за больным человеком, обработки раны (вашей или чьей-либо еще).
- ПОСЛЕ: посещения туалета или мытья ребенка; прикосновения к мусору или отходам; прикосновения к животным или их кормления; обращения с сырым мясом; сморкания, кашля или чихания; обработки ран или ухода за больными людьми; контакта с заболевшим человеком во время эпидемии.
- ДОПОЛНИТЕЛЬНО: во время эпидемии (остроинфекционного заболевания или другого заболевания, такого как диарея, холера или респираторная инфекция) рекомендуется использовать этот метод мытья рук каждый раз, когда вы прикасаетесь к чему-то, через что может передаваться инфекция.

Как мыть руки во время остроинфекционных эпидемий

При работе в условиях остроинфекционных эпидемий крайне важно использовать все доступные методы защиты. Одним из них является мытье рук. Чтобы правильно мыть руки во время остроинфекционной эпидемии, вы должны:

- Использовать мыло или дезинфицирующее средство на спиртовой основе.
- Вымыть руки, как обычно.

- Затем тщательно промыть между пальцами.
- Потереть кончики пальцев обеих рук друг о друга.
- Вымыть каждый из ваших больших пальцев другой рукой.
- Потереть кончики пальцев каждой руки о ладонь другой руки.



Community messages



10. Этапы мытья рук во время эпидемий

43. Социальная мобилизация и изменение поведения

Обзор

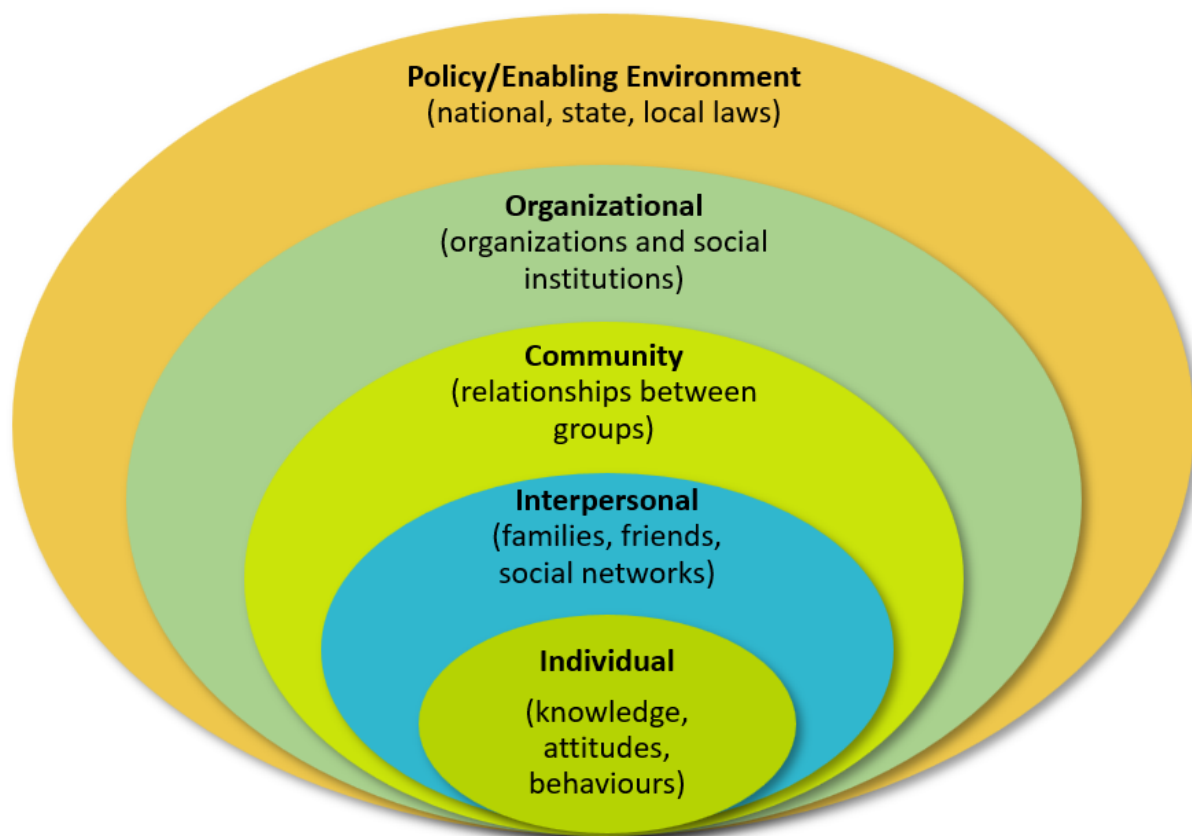


В любой культуре и при любых условиях изменение поведения включает в себя три элемента. Прежде чем люди изменят свое поведение:

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

44. Действия в отношении слухов

Обзор

- Слухи – это истории, содержащие недостоверную информацию. Они часто распространяются в сообществах во время эпидемий, когда люди испытывают страх или тревогу по поводу болезни. Слухи часто дают объяснение тому, что неизвестно об этой болезни, даже если это объяснение не соответствует действительности.
- Слухи включают в себя *недостоверную* или *ложную* информацию. Недостоверная информация – распространение неверной информации без намерения ввести в заблуждение, по недоразумению или ошибке. Примером недостоверной информации является слух о том, что вирус Эболы вызван колдовством. По правде говоря, Эбола распространяется вирусом, но люди часто принимают это за колдовство, потому что они не могут видеть вирус или никогда раньше не слышали о вирусе Эболы.
- Ложная информация (дезинформация) – это распространение неверной информации намеренно с целью обмана или манипулирования, например, «фейковые новости», которые представляют собой дезинформационное сообщение, замаскированное под новости и часто распространяемое для получения политической или экономической выгоды. Примером ложной информации является, например, то, что рекламируемые поливитамины «излечивают» ВИЧ, даже если те, кто это делает, знают, что это неправда.

Во время эпидемий мы часто сталкиваемся с двумя видами слухов:

- Слухи о возможных случаях
 - Эти слухи могут нарушать неприкосновенность частной жизни членов сообщества и право на конфиденциальность и могут подвергать их риску
 - Слухи часто могут отражать ранее существовавшие страхи и предрассудки внутри сообщества. Это может привести к возложению вины на различные группы или людей. Этот тип ложных убеждений может дать членам сообщества «разрешение» на дискриминацию кого-либо без чувства вины из-за ложных убеждений
 - Они также могут привести к ненужному использованию/растрате ресурсов на здравоохранение, когда необходимо отслеживать случаями, вызванные слухами
- Слухи о причинах или лечении заболевания
 - Могут отвлечь от сообщений органов общественного здравоохранения.
 - Могут противоречить поведению и практикам, рекомендованным для борьбы с эпидемией.
 - Могут создать опасную ситуацию для волонтеров и медицинских работников, если они вызывают недоверие.

Внимание к слухам может помочь нам понять убеждения и восприятия, которые оказывают влияние на людей. Используя эту информацию, мы можем скорректировать наши сообщения, сделав их специфичными для сообщества, условий и убеждений. Слухи также могут служить предупреждающим знаком об опасностях, таких как насилие или рискованное поведение, что позволяет с ними быстро справиться

Что делать и как действовать

Прислушивайтесь к слухам и собирайте информацию

- Создайте систему для сбора слухов: Прислушиваться к слухам – это нечто большее, чем просто слышать слова, которые используют люди. Чтобы эффективно прислушиваться к слухам, вам необходимо:
 - Выявить слухи не так просто, как расспросить людей о каких-либо слухах, которые они слышали. Это не обязательно приведет к раскрытию слухов, потому что люди могут поверить в правдивость слухов и, следовательно, не считать их таковыми. Кроме того, люди могут не доверять вам как человеку, с которым можно обсуждать свои убеждения таким образом.
 - Слушайте язык, на котором сообществу удобнее всего говорить.
- Настройтесь на социальные и традиционные медиа, чтобы понимать, что люди слышат и что они говорят.
- Участвуйте в открытых и неструктурированных беседах с различными группами людей, чтобы понять, каких убеждений они придерживаются, и почему они их придерживаются.
- Организуйте групповые дискуссии с членами сообщества и членами общественных групп (таких как женские или молодежные группы).
- Обращайте внимание на то, что вы слышите при выполнении своей работы в качестве волонтера, а также в свое личное время.
- Разработайте метод сбора информации о слухах. Используйте журнал слухов, где вы можете записывать:
 - Подробности – что это за слухи?
 - Дата – когда вы узнали о слухе?
 - Местоположение – где узнали о слухе?
 - Канал – как распространяется слух?

Сообщайте и помогайте проверять слухи

- Поделитесь информацией из вашего журнала слухов со своим руководителем: АПопросите его проверить, правдивы ли слухи или ложны
 - Иногда часть слухов оказываются правдивыми, а другие ложными. Важно понимать факты.
 - Следуйте указаниям вашего руководителя, чтобы раскрыть, по возможности, больше информации о слухе.
 - Вас могут попросить выяснить больше информации о слухе у членов сообщества.
 - Вас также могут попросить поговорить с источником слухов, чтобы лучше понять, о чем идет речь и причины возникновения слуха.
 - Объясните, что вы проверяете слух, который может оказаться или не оказаться правдой, и повторите слух, который вы слышали.
 - Спросите их, что является правдой/неправдой в слухах, которые вы слышали, и изложите в простых выражениях факты и то, как они их знают.
 - Повторите то, что вы услышали, чтобы проверить, правильно ли вы их поняли. В итоге вы должны четко понять то, что они описывают – если вы не уверены, спросите еще раз.
 - Попытайтесь выяснить, что вызвало этот слух. Например, начался ли слух из-за плохо сформулированного сообщения? Правительственного заявления? И т. д.

Подготовьте ответ на слухи

- Совместно со своим руководителем разработайте план устранения и предотвращения слухов. Не игнорируйте и не опровергайте слухи
 - Слухи обычно не исчезают сами по себе и могут вызвать большие проблемы, если на них не обратить внимания
 - Замените слухи точной информацией
 - Уважайте местные обычаи и верования и корректируйте сообщения в соответствии с ранее существовавшими верованиями и обычаями.
 - Например, распространенным слухом может быть то, что Эбола вызвана колдовством; общепринятый ответ заключается в том, чтобы называть Эболу вирусом. Однако, вместо того, чтобы отрицать это ранее существовавшее убеждение, может оказаться более полезным признать, что это то, во что верят люди, и создать соответствующие рекомендации и сообщения, такие как: не прикасайтесь к этому человеку без защиты, но не бойтесь предоставлять ему пищу [и молиться за него] в знак сочувствия.
 - Используйте каналы связи/людей, которым доверяют члены сообщества.
 - Используйте язык, который люди понимают и с которым им комфортно.
 - Продолжайте вступать в диалог с сообществами, чтобы убедиться, что вас понимают