Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

Способы сохранения здоровья работников промышленных предприятий в условиях неблагоприятной санитарно-эпидемиологической ситуации

Власова Елена Михайловна,
заведующий центром профпатологии
***ФБУН " ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения"*, к.м.н.**

ПЕРМЬ
30 ноября 2021 г.

В Крае происходит прогрессирующее сокращение численности трудовых резервов, за период 2015-2020 гг. количество работающих сократилась более чем на 200 тыс. человек.

Воздействие пандемии COVID-19 на промышленность и экологию 2020

Дайджест подготовлен Департаментом международного и регионального сотрудничества Счетной Палаты РФ

Промышленность оказалась особенно уязвимой перед вызванным коронавирусом кризисом в силу того, что основная часть сотрудников в секторе занята непосредственно на производстве, и работу зачастую трудно или нельзя выполнять удаленно.

Международная организация труда ведет подробный учет мер, принимаемых государствами с целью уменьшения негативного воздействия пандемии на предприятия, рабочие места и наиболее уязвимые категории населения.

К таким мерам относятся применение инструментов бюджетно-финансовой и кредитно-денежной политики, **расширение социальной защиты, усиление охраны труда,** укрепление диалога между государством, работодателями и сотрудниками.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

Работодатель в рамках охраны труда обязан дополнительно проводить противоэпидемические и профилактические мероприятия в соответствии с нормативной базой, которые включают ежедневный «входной фильтр» перед началом рабочей смены; проведение бесконтактного контроля температуры тела работника; организацию мест обработки рук кожным антисептиком; ограничение доступа на предприятие лиц, не связанных с его деятельностью; ограничение контакта между работниками различных коллективов, в том числе разобщение и разделение рабочих потоков; дезинфекцию помещений; обеспечение работников средствами профилактики с обеспечением контроля использования; выведение работников в возрасте 65+ и групп высокого риска при введении режима самоизоляции и перевод на дистанционную работу; **иммунизацию работников и их оздоровление**; **информационно-разъяснительную работу**.

Проблемы

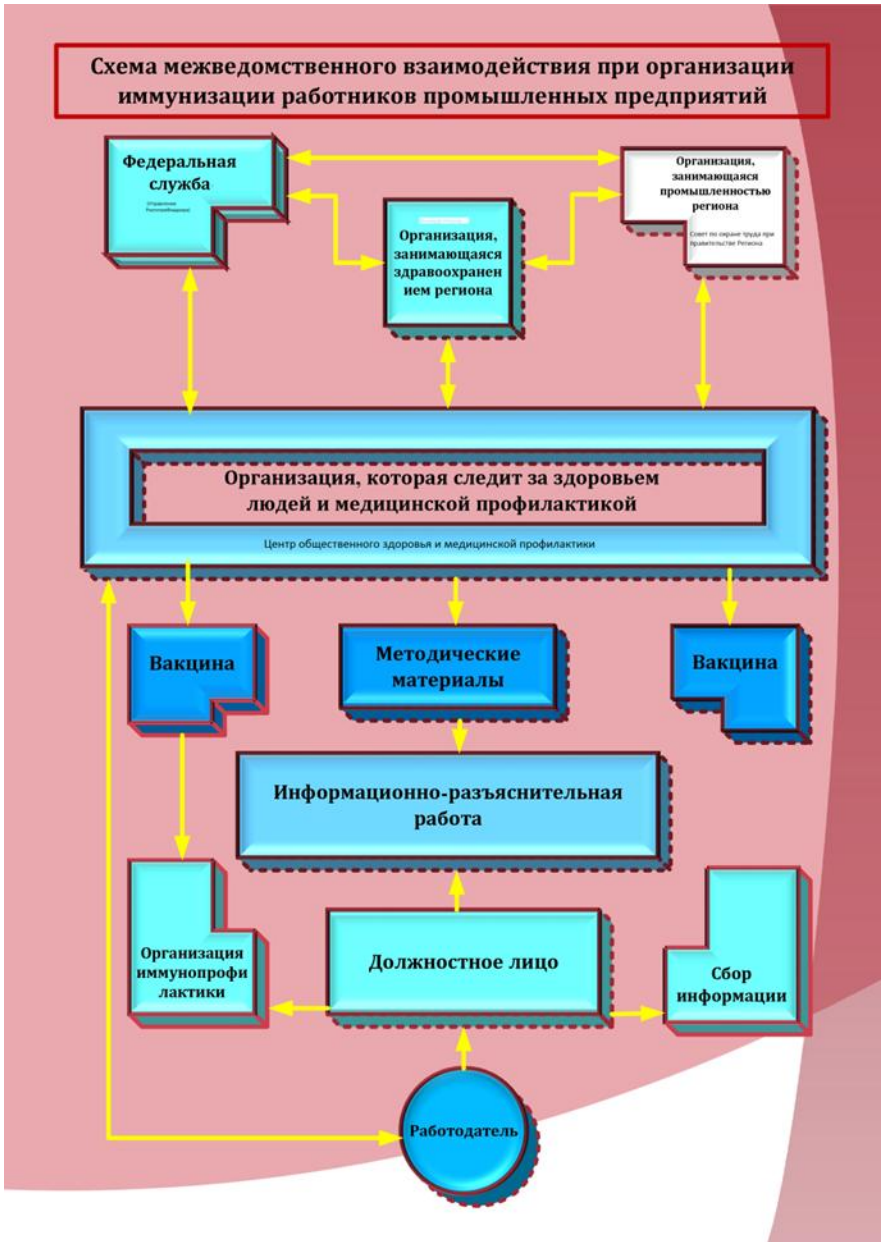
Низкая сознательность работников (введен дополнительно видеоконтроль).

Информационный диссонанс.

Недостаток наглядных информационных материалов.

Самоизоляция для работников, контактных с инфицированными работниками.

Проблемы оказания медицинской помощи и вакцинации работников на территориально отдаленных участках предприятий.



Около 94% всех работающих людей планеты так или иначе столкнулись с ограничительными мерами, вызванными необходимостью противостоять распространению коронавируса (МОТ).

Главная особенность пандемии коронавируса (COVID-19) состоит в том, что с самого начала она обозначила конфликт между поколениями.
С одной стороны, специфика этого вируса такова, что люди старшего возраста оказались наиболее уязвимой группой.
С другой стороны, принятые правительствами меры социальной изоляции были адресованы всем возрастным группам, а вызванное ими ограничение экономической активности ударило, прежде всего, по трудоспособным гражданам.

1 Национальный исследовательский университет Высшая школа экономики Институт социальной политики НИУ ВШЭ

Стажированные возрастные работники обладают эксклюзивными профессиональными качествами. Каждый пятый работающий в предпенсионном и пенсионном возрастах является специалистом высшего уровня квалификации (21,0% - 22,2%) [1].

Вместе с тем, работодателям рекомендовано переводить **работников старше 65 лет** **на удаленную работу в приоритетном порядке** [2].

Одной из проблем является состояние здоровья работников – реконвалесцентов по COVID-19 **Актуально - Реабилитация после перенесенной инфекции COVID-19.**

Влияние COVID-19 на жизни людей до сих пор не имеет себе равных, а его долгосрочные симптомы могут обладать дальнейшим разрушительным эффектом [3].

[1] Journal of Economy and Business, vol.10-2 (56), 2019

[2] Постановление Правительства РФ от 1 апреля 2020 г. N 402 "Об утверждении Временных правил оформления листков нетрудоспособности, назначения и выплаты пособий по временной нетрудоспособности в случае карантина застрахованным лицам в возрасте 65 лет и старше«

[3] Barker-Davies R.M., O'Sullivan O., Senaratne K.P.P. et al. The Stanford Hall consensus statement for post-COVID-19 rehabilitation. Br J Sports Med Epub ahead of print.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

Особые сложности - вахтовые поселки.

Работники приезжают на промышленные объекты с разных территорий края и из других регионов.

Рекомендации по организации работы вахтовым методом в условиях сохранения рисков распространения COVID-19

Мероприятия до периода нахождения на объекте производства работ вахтовым методом

1.1. Работники перед отправкой на вахту должны пройти осмотр врача.

1.2. Для работ вахтовым методом не рекомендуется прием лиц старше 65 лет.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

22 апреля 2021 г. ведущий мировой научный журнал Nature опубликовал результаты глобального исследование частоты последствий COVID-19 среди пациентов медицинской системы Министерства по делам ветеранов США на протяжении полугода после окончания острой фазы.

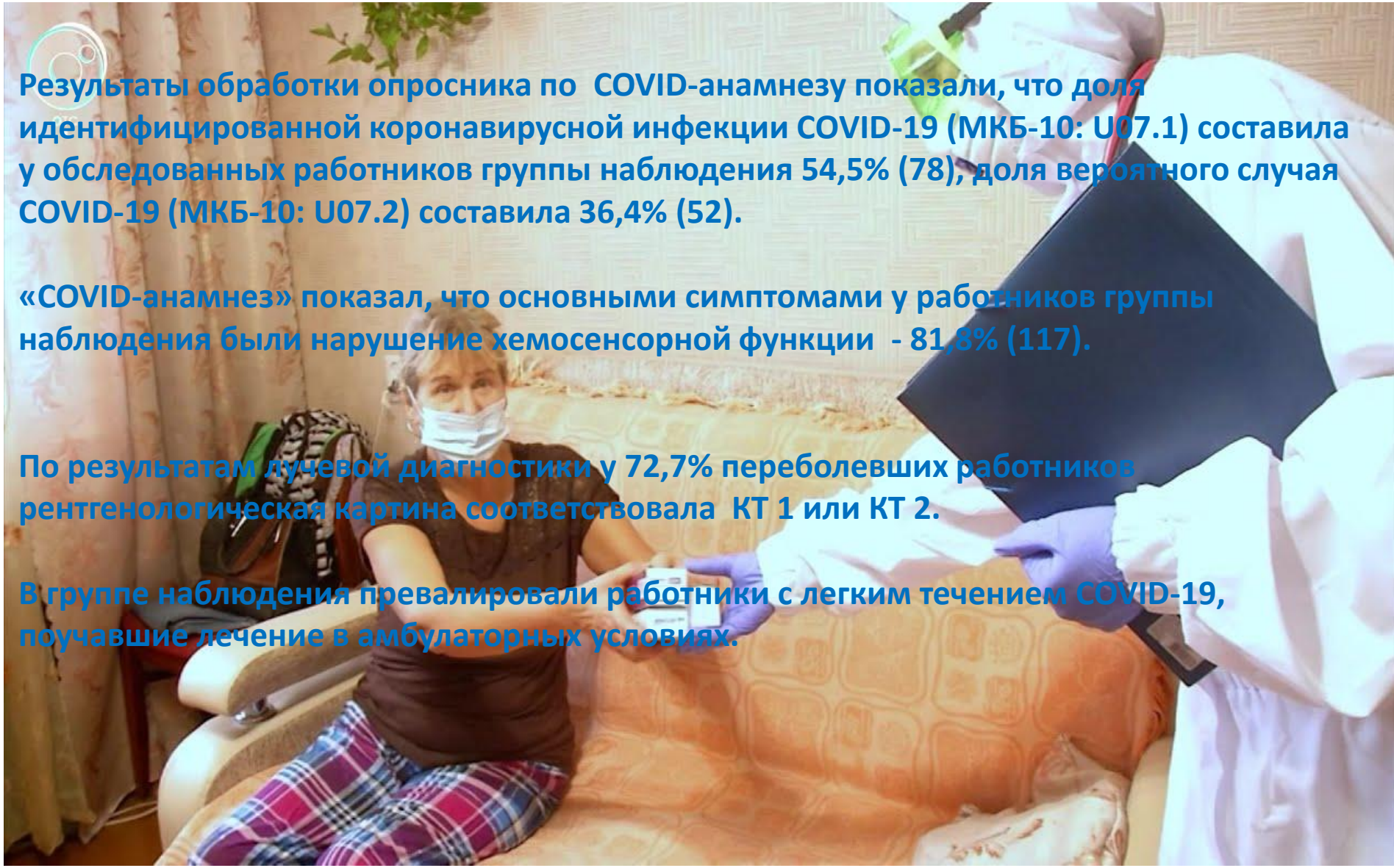
СУЩЕСТВУЮТ ГИПОТЕЗЫ
Гипотеза длительного инфекционного процесса и сохранения вируса в активном состоянии в каких-то резервуарах в организме;
Гипотеза длительного подострого течения ковида — продолжение воспалительной реакции (на что может указывать длительное повышение лабораторных показателей воспаления);
Гипотеза аутоиммунного воспаления….

«Нетяжелый ковид», не вызывающий в острой фазе серьезного поражения органов, не исчезает бесследно.

Проведен анализ заболеваемости COVID-19 на отдельных промышленных предприятиях Пермского края; опрос и клиническое обследование 298 работников, проходивших оздоровление в условиях стационара Центра профпатологии.
Группа наблюдения - 143 работника, переболевших COVID-19, возраст 51,7±6,4 (18-67), стаж 29,4±8,7 (5-41). Группа сравнения - 155 работников, не болевших COVID-19 возраст 49,4±5,8 (21-67), стаж 30,6±9,1 (5-39).

Основные жалобы работников при поступлении

Жалобы	Группа наблюдения, % (абс)	Группа сравнения, % (абс)	χ^2	p	RR	95%CI
Общая слабость	68,5% (98)	40,0% (62)	24,4	<0,001	1,7	1,7-2,1
Быстрая утомляемость при обычной рабочей нагрузке	76,2% (109)	30,3% (47)	62,8	<0,001	2,5	1,9-3,2
Периодические головные боли	44,0% (63)	43,8% (68)	0,01	0,9	1,0	0,7-1,5
Нарушение сна	41,2% (59)	26,5% (41)	7,3	0,007	1,6	1,1-2,2
Забывчивость	37,9% (57)	20,6% (32)	13,1	<0,001	1,9	1,3-2,8
Рассеянность	37,1% (53)	20,0% (31)	10,7	0,002	1,9	1,3-2,7



Результаты обработки опросника по COVID-анамнезу показали, что доля идентифицированной коронавирусной инфекции COVID-19 (МКБ-10: U07.1) составила у обследованных работников группы наблюдения 54,5% (78), доля вероятного случая COVID-19 (МКБ-10: U07.2) составила 36,4% (52).

«COVID-анамнез» показал, что основными симптомами у работников группы наблюдения были нарушение хемосенсорной функции - 81,8% (117).

По результатам лучевой диагностики у 72,7% переболевших работников рентгенологическая картина соответствовала КТ 1 или КТ 2.

В группе наблюдения превалировали работники с легким течением COVID-19, поучавшие лечение в амбулаторных условиях.

Результаты обследования работников промышленных предприятий края показали, что даже при легком течении COVID-19, длительное время сохраняются постинфекционные последствия.
По предварительным результатам основные изменения обусловлены дезорганизацией вегетативной нервной системы и иммунными нарушениями.

Изоляция людей старшего возраста может иметь ряд негативных последствий, среди которых ухудшение психического и общего здоровья (более высокие риски инфарктов, инсультов), в том числе по причине снижения доступности медицинских услуг для профилактики и лечения хронических неинфекционных заболеваний.
Важные последствия - когнитивные расстройства.

Свой негативный вклад в ухудшение здоровья вносят социальные и финансовые факторы: длительная нетрудоспособность, потеря работы,

В условиях пандемии как никогда выросла потребность к ЗОЖ.

Поскольку постковидный синдром — не однородное состояние, его лечение также включает в себя множество различных аспектов. Многие из них находятся в стадии изучения, и каких-либо высокоэффективных методов, применимых в большинстве случаев, просто нет.
Важно признавать право работников, перенесших **COVID-19**, на различные болезненные состояния и обеспечить их реабилитацию всеми доступными методами медицинской помощи.
Главная цель реабилитации — это профилактика и снижение инвалидности, восстановление утраченных функций.

Только сейчас начинают появляться работы об эффективности или бесполезности тех или иных методов восстановления после коронавирусной инфекции.

Восстановление должно проходить постепенно.

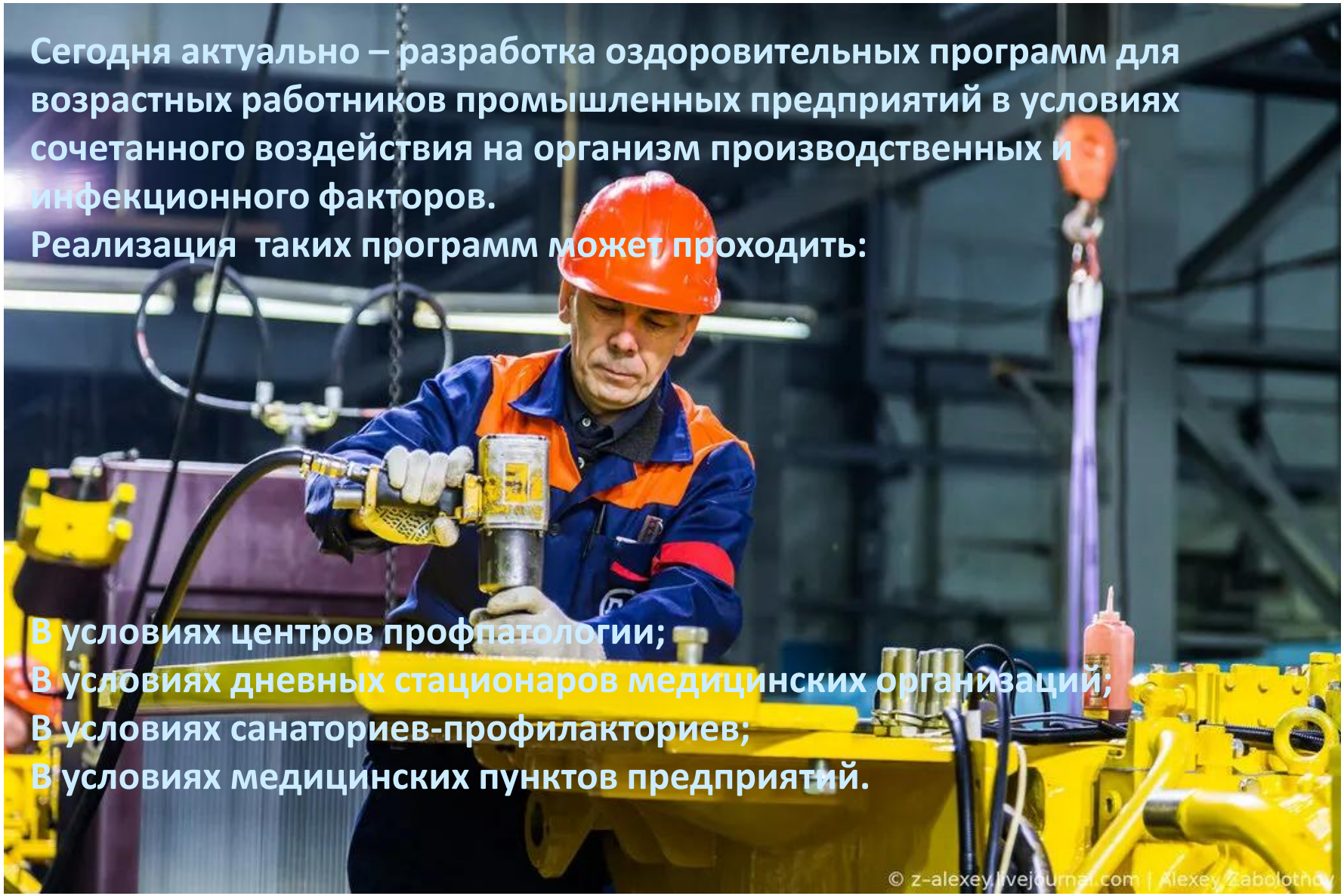
Мероприятия по медицинской реабилитации пациентов с коронавирусной пневмонией или респираторную реабилитацию следует проводить команде специалистов по медицинской реабилитации (мультидисциплинарная реабилитационная команда – МДРК)

Медицинская реабилитация при новой коронавирусной инфекции (COVID-19)
Версия: Клинические рекомендации РФ 2018-2020 (Россия)

Медицинскую помощь по медицинской реабилитации в специализированном отделении медицинской реабилитации для пациентов с соматическими заболеваниями (нарушениями структур, функций, активности и участия вследствие новой коронавирусной инфекции COVID-19) рекомендовано оказывать как непосредственно в отделении, так и дистанционно с использованием телемедицинских технологий, используя аудио и видеоматериалы.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

Схема алгоритма выбора оздоравления работников вредных производств в период санитарно-эпидемиологического неблагополучия

Работник перенесший COVID 19

КИГ

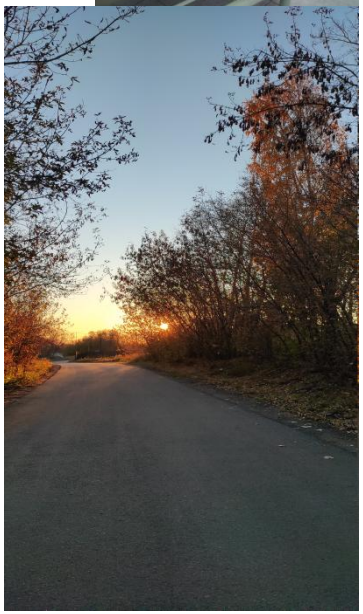
ФР снижены

ФР в норме

Немедикаментозная терапия

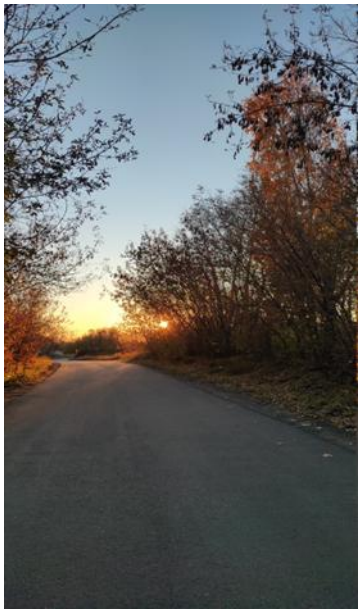
Медикаментозная терапия

Немедикаментозная терапия



Как успешно восстановиться **после COVID-19**
Восстановление — это совместная работа.
Требуется не только восстановление физических и качественных характеристик организма, но и психологическая поддержка, восстановление иммунитета.

При легкой степени заболевания и амбулаторном лечении к физическим нагрузкам можно приступать не раньше чем через четыре недели после выздоровления. И не ранее чем через шесть месяцев при тяжелом течении с пневмонией и ИВЛ или наличии осложнений.



Повседневная физическая активность, прогулки.
Соблюдение режима дня, полноценный восьмичасовой сон.

Нет единой картины, как и единых универсальных рекомендаций

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»

Как успешно восстановиться **после COVID-19**, и чем здесь поможет **питание**?

Группа продуктов	Список продуктов, снижающих свертываемость
Фрукты	Яблоки, лимоны, апельсины, гранаты, мандарины.
Ягоды	Практически все, особенно калина, черника, клюква, смородина
Овощи	Капуста, свекла, помидоры, огурцы, перец.
Растительные масла	Оливковое, льняное, облепиховое. Важно употреблять их в свежем виде, избегая нагревания и кипения.
Соки	Особенно эффективны комбинации из нескольких видов. Магазинные консервированные менее эффективны, поскольку содержат сахар. Намного полезнее делать фруктово-овощные фреши.
Приправы	Корица, имбирь, мята, чеснок. Можно добавлять в основные блюда или в чай.

Как успешно восстановиться **после COVID-19**, и чем здесь поможет **питание**?

Природа заложила в живом организме собственные средства защиты от избытка свободных радикалов и природная система достаточно хорошо работает. Однако через нее все же постоянно «проскальзывают» отдельные радикалы, которые не успели вступить во взаимодействие с антиокислительными ферментами. Если лавину окисления не остановить, то может погибнуть весь организм.

АНТИОКСИДАНТЫ — это биологически активные вещества, блокирующие реакции свободно-радикального окисления и восстанавливающие окисленные соединения.

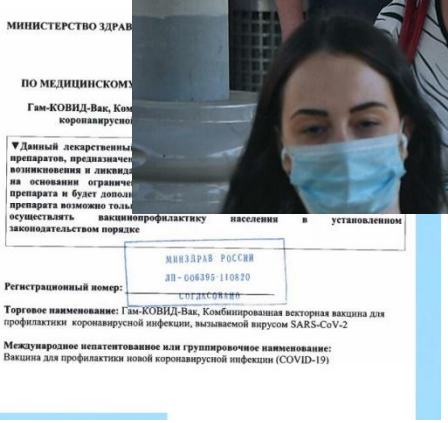
Продукты, богатые антиоксидантами

Биологические антиоксиданты	Наиболее богатые пищевые источники антиоксидантов	Количество нужное для обеспечения дневной нормы
Витамин А	Печень, рыбий жир	25 г печени
β - каротин	Морковь, тыква, петрушка	60 г моркови
Витамин Е	Растительное масло	25 г постного масла
Витамин С	Овощи, фрукты, ягоды	до 1 кг яблок
Цинк	Печень, раки (крабы)	300 г раков (крабов)
Медь	Печень, раки (крабы), орехи	500 г орехов
Селен	Креветки, треска, чеддер	80 г креветок
Ферменты	Петрушка, салат, укроп	500 г зелени

Большие концентрации вдыхаемых аэроионов кислорода оказывают адаптогенное действие, то есть повышают его приспособительные и защитные возможности, оказывают выраженное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы, причем оно всегда направлено в сторону улучшения их функционирования

Лазеромагнитотерапия запускает внутренние резервы организма, пробуждая его природные жизненные силы на искоренение недугов. В результате активизируется иммунитет, запускается тканевое восстановление, улучшается кровоток, снимаются боли и воспаления.

Не заботиться о своем здоровье - это не просто поступать неразумно по отношению к себе, но и проявлять эгоизм по отношению к другим.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВ

ПО МЕДИЦИНСКОМУ

Гам-КОВИД-Вак, Ком
коронавирусно

▼Данный лекарственны
препаратов, предназначен
возникновения и ликвида
на основании ограниче
препарата и будет дополн
препарата возможно толь
осуществлять вакцинопрофилактику населения в установленном законодательством порядке

МИНЗДРАВ РОССИИ
ЛП-006395-110820
СОГЛАСОВАНО

Регистрационный номер:

Торговое наименование: Гам-КОВИД-Вак, Комбинированная векторная вакцина для профилактики коронавирусной инфекции, вызываемой вирусом SARS-CoV-2

Международное непатентованное или группировочное наименование:
Вакцина для профилактики новой коронавирусной инфекции (COVID-19)

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ФБУН «ФНЦ медико-профилактических технологий управления рисками здоровью населения»