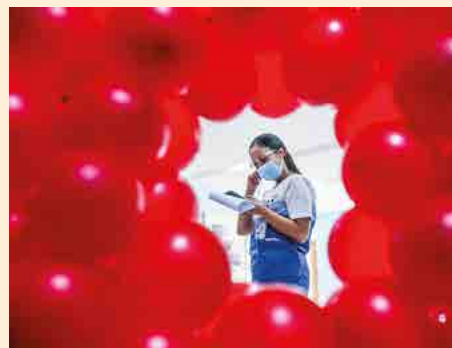


# ШЕЛКОВЫЙ ПУТЬ ЗДОРОВЬЕ

№5 (31) МАЙ 2022



**С ПРАЗДНИКОМ!**  
**Низкий вам поклон!**

# РЕВАКЦИНАЦИЯ

## Кто подлежит ревакцинации в первую очередь?

Ревакцинации против КВИ подлежат все лица, включая иностранных граждан, проживающих на территории Казахстана 3 и более месяцев, получившие полный завершённый курс первичной вакцинации против КВИ.

## Сколько доз вакцин нужно получить для ревакцинации?

Ревакцинация проводится одной дозой вакцины

## Какая вакцина применяется для ревакцинации?

Для ревакцинации применяются типы вакцин (инактивированная, векторная, м-РНК вакцины), которые не применялись при первичном курсе вакцинации. То есть если при первичном курсе вы получили инактивированную вакцину, то вам рекомендовано ревакцинироваться векторной или м-РНК вакциной. Допускается проведение ревакцинации против КВИ вакциной, использованной для первичного курса вакцинации против КВИ.

## Можно ли ревакцинироваться той же вакциной, которую получили при первичном курсе вакцинации?

Да, это возможно.

## Когда нужно проходить ревакцинацию?

Ревакцинация против КВИ проводится однократно с интервалом 6 месяцев после завершения курса первичной вакцинации против КВИ.



**STOPCOVID.KZ**

Ситуационный центр по оперативному реагированию

## СОДЕРЖАНИЕ



4

**СИ ЦЗИНЬПИН:** РАБОТАТЬ  
СООБЩА, ЗАЩИЩАЯ ЖИЗНИ  
И ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ



6

**УРОК, КОТОРЫЙ  
НЕ БЫЛ УСВОЕН**



8

**ВОССТАНОВИТЬ И  
ПРИУМНОЖИТЬ**

12

**БИОЭКОНОМИКА:**  
СОХРАНЕНИЕ ЭКОЛОГИИ,  
ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ  
ЭПИДЕМИЙ

13

**ПО СЛЕДУ МОЛЕКУЛЫ**

14

**КИТАЙ: БОЛЕЕ 2,2  
МИЛЛИАРДА ВАКЦИН  
ОТ COVID-19...**

15

**...И МИЛЛИАРДЫ  
ЛЕКАРСТВ ДЛЯ БОРЬБЫ  
С МАЛЯРИЕЙ**

16

**ВАМ КАКУЮ ВАКЦИНУ?  
МОЗАИЧНУЮ!**

17

**ДИАБЕТ & SARS-COV-2:  
НОВЫЕ ОТКРЫТИЯ**

18

**ПРОВОКАТОР НОВОГО  
ГЕПАТИТА**

20

**БЕССТРАШНАЯ ЛЮ**

21

**ЛУЧШАЯ МЕДСЕСТРА  
РЕСПУБЛИКИ**

22

**ЗАРИФА ТАШИМОВА:  
«Я РОЖДЕНА, ЧТОБЫ  
РАБОТАТЬ В МЕДИЦИНЕ»**

24

**ВЕРНУТЬ ВСЕ  
ЗВУКИ МИРА**

26

**ПОСТКОВИД: СИНДРОМ  
ДЛИНОЙ В ДВА ГОДА**

27

**ЛЕТО – ВРЕМЯ  
УКРЕПЛЯТЬ ИММУНИТЕТ!**

28

**ЧТОБЫ СЕРДЦЕ СТУЧАЛО**

29

**КУЛЬТУРА ДЛЯ ВСЕХ**

34

**СОТОВЫЕ СТАНЦИИ:  
КАК ВЛИЯЮТ НА ОРГАНИЗМ**

**№5 (31) МАЙ 2022**

**Собственник:**  
Товарищество с ограниченной ответственностью  
«Группа компаний «Бизнес Медиа»

**Председатель редакционного совета, CEO:**  
КОРЖУМБАЕВ Серик

**Главный редактор:**  
СЛИВИНСКАЯ Анастасия

**Заместитель главного редактора:**  
ДОНСКИХ Алётина

**Член редакционного совета:**  
ТЮЛЕНЕВА Марина

**Коммерческий директор:**  
РОМАЙКИНА Алена

**Дизайн, верстка:**  
ПОДКИДЫШЕВ Вадим, ПОПОВ Алексей

**Контакты редакции:**  
050000, г. Алматы,  
ул. Гоголя, 86, БЦ «Каз Жол», офис 609,  
тел.: +7 (727) 250 1803, 250 7163,  
e-mail: info@dknews.kz

**Отдел рекламы:**  
тел.: +7 (727) 250 1803,  
commercial@dknews.kz

**Периодичность:** 1 раз в месяц  
**Тираж:** 5 тысяч экземпляров

Отпечатано в типографии Print House Gerona:  
г. Алматы, ул. Сатпаева, 30а/3, офис 124  
тел.: +7 (727) 250 47 40, 398 94 59

**В журнале использованы фото:**  
Китайское информационное агентство «Синьхуа»,  
rexels.com, из личных архивов редакции журнала,  
из открытых источников, с сайта Министерства  
культуры и спорта

При перепечатке текстов и фотографий ссылка на  
журнал «Шелковый путь. Здоровье» обязательна

СВИДЕТЕЛЬСТВО о постановке на учет  
периодического печатного издания,  
информационного агентства и сетевого издания  
выдано Комитетом информации Министерства  
информации и общественного развития  
Республики Казахстан № KZ19VPY00023646. Дата  
выдачи 02.06.2020. Город Нур-Султан



# Си Цзиньпин: Работать сообща, защищая жизни и здоровье людей

По состоянию на середину мая нынешнего года число случаев заболевания COVID-19 во всем мире составило более 520 миллионов, при этом количество летальных исходов превысило 6 миллионов человек.

Поскольку мир страдает от серьезных проблем, не в последнюю очередь от невиданной за столетие пандемии, председатель Китайской Народной Республики Си Цзиньпин неоднократно призывал международное сообщество предпринять согласованные действия против вируса.

Ниже приведены некоторые основные моменты его высказываний о том, как сотрудничество может помочь миру выжить.

## 21 АПРЕЛЯ 2022 ГОДА

В своей программной речи на церемонии открытия Ежегодной конференции Беооского Азиатского форума 2022 года Си Цзиньпин подчеркнул, что нам необходимо работать сообща, чтобы защитить жизни и здоровье людей.

Для того чтобы человечество одержало окончательную победу над пандемией COVID-19, необходимы более серьезные усилия. Важно, чтобы страны поддерживали друг друга, лучше координировали меры реагирования и улучшали глобальное управление общественным здравоохранением, чтобы



Сотрудники надувной мобильной лаборатории для тестирования на COVID-19 в районе Шунь, Пекин, 12 мая 2022 г.

сформировать сильную международную синергию в борьбе с пандемией, сказал Си Цзиньпин.

## 17 ЯНВАРЯ 2022 ГОДА

На виртуальной сессии Всемирного экономического форума 2022 года Си Цзиньпин пообещал развивать сотрудничество в совместном преодолении пандемии и выступать за экономическую глобализацию.

Поскольку COVID-19 возрождается с большим количеством штаммов и распространяется быстрее, чем раньше, глава КНР подчеркнул важность использования вакцин в качестве мощного оружия и обеспечения справедливого их распределения для устранения глобального разрыва в иммунизации.

Си Цзиньпин призвал страны укреплять международное со-

трудничество в борьбе с COVID-19, осуществлять активное партнерство в области исследований и разработок лекарств, совместно создавать многочисленные линии защиты от коронавируса и активизировать усилия по созданию глобального сообщества здравоохранения для всех.

## 31 ДЕКАБРЯ 2021 ГОДА

Китай предоставил 2 миллиарда доз вакцин против COVID-19 более чем 120 странам и международным организациям для глобального реагирования на COVID, заявил Си Цзиньпин в своем Новомодном обращении к 2022 году.

«Только благодаря единству, солидарности и сотрудничеству страны всего мира могут написать новую главу в построении сообщества с общим будущим для человечества», – сказал он.

Самолет с гуманитарным противозидемическим грузом из Китая приземляется в Казахстане



## 29 НОЯБРЯ 2021 ГОДА

Китай и Африка должны солидарно бороться с COVID-19, углублять практическое сотрудничество, содействовать экологичному развитию и поддерживать равенство и справедливость, заявил Си Цзиньпин на церемонии открытия Восьмой Министерской конференции Форума по китайско-африканскому сотрудничеству по видеосвязи.

Говоря о солидарности в борьбе с COVID-19, Си Цзиньпин подчеркнул необходимость в полной мере обеспечить доступность вакцин в Африке.

## 31 ОКТЯБРЯ 2021 ГОДА

Выступая на 16-м саммите лидеров G20 по видеосвязи, Си Цзиньпин заявил, что в настоящее время распространение пандемии COVID-19 вызвало многочисленные кризисы.

Лидер КНР отметил, что достижения международного сообщества в области развития, достигнутые за эти годы, были серьезно подорваны, и развивающиеся страны сталкиваются с беспрецедентными вызовами и испытаниями.

Пандемия COVID-19 еще раз показала, что все страны, заинтересованные в дальнейшем взаимо-

выгодном партнерстве и имеющие общие интересы, образуют сообщество с общим будущим для человечества, сказал Си Цзиньпин, отметив, что содействие устойчивому развитию в развивающихся странах принесет пользу народам соответствующих стран, а также повлияет на будущее и судьбу всего человечества и нашей планеты.

24 сентября 2021 года

Выступая с речью по видеосвязи на церемонии открытия Чжунгуаньцуньского форума 2021 года, Си Цзиньпин призвал все страны укреплять открытость и сотрудничество в области науки и техники.

Он отметил, что в настоящее время в мире быстрыми темпами происходят глубокие изменения, невиданные за столетие, а последствия пандемии COVID-19 имеют далеко идущие последствия, создавая серьезные проблемы для восстановления мировой экономики.

Всем странам мира необходимо укреплять открытость и сотрудничество в области науки и техники, изучать пути и средства совместного решения важных глобальных проблем с помощью научно-технических инноваций, совместно решать вызовы времени и продвигать благородное дело мира и развития для всех, сказал Си Цзиньпин.



Ученики местной начальной школы Обай получают продукты питания, пожертвованные китайскими школьниками через Китайский фонд борьбы с бедностью (CFPA), в городе Дукем регионального штата Оромия, Эфиопия, 9 июня 2021 г.



# УРОК, КОТОРЫЙ НЕ БЫЛ УСВОЕН

Сегодня, когда Китай ужесточает меры по борьбе с COVID-19 для сдерживания сверхконтагиозного варианта Омикрон, The Wall Street Journal (WSJ) воспользовалась этим моментом не для того, чтобы извлечь что-то значимое из опыта Китая, а для раздувания так называемых «политических рисков», связанных с введением карантинных ограничений.

Шанхай – крупнейший мегаполис мира и финансовый центр Китая



Вышедшая в мае этого года редакционная статья WSJ под заголовком «Уроки из карантина в Китае из-за COVID» призвала иностранные компании «свести к минимуму свою подверженность политическим капризам Китая или, в противном случае, рисковать новыми проблемами в бизнесе в будущем».

И это несмотря на то, что проницательные инвесторы прекрасно понимают, что долгосрочные перспективы Китая как главного инвестиционного направления не изменились и что ожидается, что политическое управление Китаем с научным подходом создаст еще больше условий, необходимых для дальнейшего устойчивого развития.

Когда несколько китайских городов, включая финансовый центр Шанхай, боролись с возрождением коронавирусного штамма Омикрон, динамичная политика нулевого COVID, хотя и принесла некоторые

одномоментные отрицательные последствия, вместе с тем поможет укрепить экономические основы Китая в долгосрочной перспективе.

К сожалению, с начала пандемии Издание упустило важные уроки из ценного опыта Китая в борьбе с вирусом.

Прежде всего, любая человеческая гибель невосполнима – вот почему Китай придерживается динамичной политики нулевого уровня COVID; в то время как понижающее давление и колебания, с которыми сталкивается экономика, носят временный характер и, по крайней мере, до сих пор, не представляют реальной угрозы экономическому развитию Китая, построенному за последние десятилетия.

Как одной из самых читаемых печатных газет Америки, ежедневно рекомендуется сначала внимательно следить за тем, что происходит в его собственной стране, в

частности после того, как президент США почтил память 1 миллиона американских жизней, унесенных COVID-19.

Несмотря на то, что он назвал это «трагической вехой» в Соединенных Штатах, Издание, вместо того, чтобы добиваться справедливости для 1 миллиона потерянных американских душ и более 200 000 американских детей, оставшихся сиротами или наполовину осиротевшими, похоже, больше интересуется экономическими перспективами, а не стратегиями спасения жизни в условиях пандемии.

Неудивительно, что WSJ известна как «редкость в средствах массовой информации 21-го века: газета, которая зарабатывает деньги. Много денег», – сообщает «Нью-Йорк таймс». В конце концов, она названа в честь Уолл-стрит, а не людей.

Более того, достоверный вывод должен основываться на фактах и цифрах – простое напоминание некоторым элитным западным журналистам. Прежде чем предупреждать об «экономической опасности», связанной с различными антипандемическими мерами Китая, они должны хорошо знать общественное здравоохранение и экономическую ситуацию в КНР.

Население Поднебесной составляет 1,4 миллиарда человек, в ней проживают 267 миллионов пожилых людей и более 250 миллионов несовершеннолетних, которые особенно уязвимы к вирусу. Согласно исследованию, опубликованному недавно в журнале Nature Medicine, если Китай откажется от своей ны-



Сотрудник помогает гражданину зарегистрировать информацию перед тестированием на нуклеиновые кислоты в районе Чаоян, Пекин, 13 мая 2022 г.

нешней стратегии борьбы с COVID, пиковый спрос на отделения интенсивной терапии в 15,6 раза превысит существующие мощности, что приведет к более чем 1,5 миллиона смертей. По этим причинам Китай, страна, которая всегда ставит людей на первое место, не должен оставлять вирус на свободе.

Несмотря на краткосрочное воздействие пандемии на социально-экономическое развитие, то, что делает Китай, напоминает эпизод 2020 года, когда государство в значительной степени преодолело шок от COVID-19, став единственной крупной экономикой, которая расширилась с 2,2-процентным годовым ростом. В прошлом году ВВП

Китая даже продемонстрировал значительный рост на 8,1 процента в годовом исчислении.

Учитывая высокую устойчивость китайской экономики, эксперты сходятся во мнении, что основные факторы, поддерживающие экономический рост Китая, такие как розничные продажи потребительских товаров и добавленная стоимость в промышленности, не изменились, и страна остается магнитом для иностранных инвестиций.

Например, Standard Chartered Bank в феврале объявил об инвестициях в бизнес, связанный с Китаем, на сумму 300 миллионов долларов США в ближайшие три года. «Чем больше транснациональные

Новый завод Tiexi BMW Brilliance Automotive (BBA) в Шэньяне, провинция Ляонин на северо-востоке Китая, 21 декабря 2021 г.



корпорации узнают о своих операциях и интегрируют их в экономику Китая, тем больше у них будет уверенности в долгосрочном росте и процветании Китая», – сообщил недавно агентству Синьхуа Джерри Чжан, главный исполнительный директор Standard Chartered Bank (Китай).

Тем не менее, несмотря на то, что WSJ обобщила многочисленные «уроки» о Китае, многие из них не имеют ничего общего с подлинным пониманием китайской экономики или других аспектов страны, а просто подпитывают необоснованные опасения.

Основанная на предвзятых взглядах, ошибочной логике и сфабрикованных доказательствах, такая «тактика запугивания» вряд ли может удержать инвесторов и бизнес подальше от китайского рынка.

Еще в разгар глобального финансового кризиса 2008 года газетой была опубликована статья «Общественное мнение», в которой авторы размышляли об «уроках 30-летних китайских реформ» и пытались раздуть «неопределенность» в отношении экономической ситуации в стране.

Однако же, напротив, китайская экономика с тех пор выросла в три раза. В течение последнего десятилетия Китай сохранял высокие темпы роста, достигая одной вехи за другой: в 2010 году КНР стала второй по величине экономикой в мире; в 2019 году ВВП Китая на душу населения превысил 10 000 долларов; а в 2020 году Китай обогнал Соединенные Штаты в качестве крупнейшего в мире получателя прямых иностранных инвестиций.

История доказала, что такое ежедневное очернение Китая не могло помешать его развитию, поскольку оно было основано на философии, ориентированной на людей, и именно это и является самым важным уроком.



# ВОССТАНОВИТЬ И ПРИУМНОЖИТЬ

Эпидемия коронавируса, нанеся колоссальный урон государствам по всему миру, заставляет мобилизовать правительства все силы на восстановление пострадавших экономик. В этом отношении особый интерес экспертов вызывает опыт Китая, а также вопрос – как страна, являющаяся второй по величине экономикой мира, дает отпор новым вспышкам COVID-19, попутно восстанавливая свою деловую активность.

## МЕРЫ ПОДДЕРЖКИ: СВОЕВРЕМЕННО И ОПЕРАТИВНО

В настоящий момент Китай принимает различные меры, чтобы облегчить бремя, которое COVID-19 возложил на бизнес-сектор страны.

Так, ожидается, что крупные государственные банки увеличат объем инклюзивных кредитов для микро- и малых фирм на 1,6 трлн юаней (около 237,1 млрд долларов США) в этом году, чтобы усилить финансовую поддержку бизнеса, согласно данным исполнительного заседания Государственного совета ранее в этом месяце.

Участники совещания также призвали банки продлевать кредиты, продлевать и корректировать механизмы погашения, а также при необходимости отменять проценты за просрочку для микро-, малых и средних предпри-

ятий и самозанятых домохозяйств. «В настоящее время малые и микропредприятия сталкиваются с проблемами и нуждаются в более сильной поддержке со стороны правительства и финансовых институтов», – сказал Лю Синго, исследователь Китайской Конфедерации предприятий.

Как показала официальная статистика, в первом квартале 2022 года объем непогашенных инклюзивных кредитов малым и микрофирмам вырос на 22,6 процента в годовом исчислении, в то время как общий объем новых выданных кредитов составил 8,6 трлн юаней, что на 445,5 млрд юаней больше, чем год назад.

«Мы используем все возмож-

ные средства, чтобы помочь малым и средним предприятиям (МСП) преодолеть временные трудности, повысить их доверие и стабилизировать их ожидания», – заявил недавно Сюй Сяолань, вице-министр промышленности и информационных технологий, на совещании по решению проблем МСП.

К настоящему времени в этом году центральное правительство разработало 17 стратегий поддержки МСП, в то время как местные органы власти запустили 52 меры поддержки с той же целью, отметил Синь Гобинь, вице-министр промышленности и информационных технологий.

В пострадавшем от COVID Шан-

Своевременные меры поддержки, предпринятые Китаем в сфере финансовой и фискальной политики, уже помогли многим предприятиям страны пережить трудные времена, связанные с последствиями эпидемии COVID-19



Ван Цзюньру (первая слева) помогает людям регистрировать информацию на полигоне для тестирования нуклеиновых кислот в Линьцине, провинция Шаньдун на востоке Китая, 19 апреля 2022 г.



Медицинский работник берет образец мазка у местного жителя во время массового тестирования на COVID-19 в районе Хайдянь, Пекин, 26 апреля 2022 г.

хае финансовые учреждения с марта выдали предприятиям, поставщикам товаров повседневного спроса и предлагающим логистические услуги, кредиты на сумму 33,5 млрд юаней, сообщил, в свою очередь Юй Вэньцзянь, чиновник шанхайского головного офиса Народного банка Китая.

Учреждения также выдали кредиты на сумму 72,3 миллиарда юаней более чем 10 000 компаниям в секторах общественного питания, розничной торговли, туризма и транспорта, которые пострадали от эпидемии.

По данным Народного банка Китая, ожидается, что в Пекине в 2022 году для поддержки субъектов рынка будут выпущены поли-

тические фонды на сумму не менее 150 миллиардов юаней.

Лян Тао, заместитель председателя Комиссии по регулированию банковской и страховой деятельности Китая, также ранее в этом месяце отметил, что более продуманные и доступные финансовые услуги будут предоставлены в таких пострадавших районах, как город Шанхай и провинция Цзилинь.

Многие меры финансовой и фискальной политики Китая уже помогли предприятиям пережить эти трудные времена.

Компания Fuxeon Fire-fighting Technology Co., Ltd., базирующаяся в центре частной компании Цюаньчжоу в провинции Фуц-

зянь на востоке Китая, в середине марта столкнулась с вспышкой COVID-19, что привело к нарушению логистических услуг и росту цен на сырье.

«Мы столкнулись с большим давлением при контроле затрат», – рассказал Хуан Цзяфу, генеральный менеджер компании.

Позже он узнал из местного налогового управления, что компания может подать заявку на отсроченный налог за четвертый квартал 2021 года и первый квартал этого года, в связи с чем сообщил: «Благодаря этой политике мы получили более 700 000 юаней отложенного налога, что эффективно облегчило наше финансовое положение».



Создание новых рабочих мест – залог успешного восстановления экономики



### НОВЫЕ РАБОЧИЕ МЕСТА ДЛЯ РОСТА БЛАГОСОСТОЯНИЯ

Вместе с тем Китай расширяет государственные социальные рабочие места для уязвимых групп населения в стремлении к общему благополучию.

...После четырех лет жизни без стабильного дохода 43-летняя Ван Цзюньру из провинции Шаньдун в Восточном Китае теперь работает на местном полигоне для тестирования на коронавирус.

«Пожалуйста, используйте свой мобильный телефон, чтобы отсканировать QR-код и ввести свою информацию», – в который раз повторяет Ван, одетая в белый защитный костюм, людям, стоявшим в очереди на испытательном полигоне в городе Линьцин.

Женщина получила работу после подачи заявления в местную государственную программу со-

циального обеспечения в марте. Сейчас она зарабатывает около 2000 юаней (около 297 долларов США) в месяц, чего достаточно, чтобы покрыть свои основные расходы на проживание.

Созданные и финансируемые правительством рабочие места в сфере общественного благосостояния относятся к руководящим и служебным должностям, которые служат общественным интересам. Эта политика, которая проводится в Китае на протяжении десятилетий, эффективно помогает длительно безработным людям найти работу, а также поглощать излишки рабочей силы в сельской местности и улучшать условия жизни малообеспеченного населения страны.

В 2020 году Министерство людских ресурсов и социального обеспечения Китая и шесть других

ведомств совместно выпустили уведомление о более эффективном использовании рабочих мест общественного благосостояния для повышения безопасности занятости. В прошлом месяце министерство еще раз отметило эту политику на пресс-конференции, заявив, что в рамках усилий по улучшению ситуации с занятостью уязвимых групп будет создано больше рабочих мест для социального обеспечения.

В Линьцине, городе с населением около 800 000 человек, в этом году более 3000 человек воспользовались услугами социального обеспечения, большинство из них из малообеспеченных сельских домохозяйств или так называемых «семей с нулевой занятостью», все члены которых являются безработными.

Эта политика также помогает

тем, кто сталкивается с риском впасть в крайнюю нищету из-за болезней или инвалидности. Ма Сючжун, 31-летний житель восточной деревни Чжаогуаньин провинции Линьцин, страдает хроническим заболеванием и не способен ни к какому тяжелому труду. Благодаря программе занятости общественного благосостояния в марте он получил работу «речного охранника», отвечающего за патрулирование реки в своей деревне и уборку плавающего мусора из воды.

«Эта работа не требует тяжелого труда и хорошо мне подходит», – рассказывает Ма, добавив, что эта работа много значит для него и его семьи, в частности в экономическом плане.

Некоторые рабочие места в сфере общественного благосостояния появились в результате новых, неотложных потребностей общества, таких как работа Ван Цзюньру на полигоне для тестирования граждан во время вспышки COVID-19.

В другом месте Шаньдуна, городе Линьни, где уровень лесистости составляет более 23 процентов, около 3000 человек были привлечены для патрулирования лесов и предотвращения пожаров, в то время как местные власти района Ичэн города Цзаочжуан предложили семь видов общественных работ, связанных с защитой окружающей среды, таких как облесение гор и восстановление водноболотных угодий.

На сегодняшний день в провин-

ции Шаньдун создано в общей сложности 409 700 таких рабочих мест, 80 процентов из которых расположены в сельской местности, где возможности трудоустройства ограничены, а государственные услуги часто находятся в дефиците.

«Должности общественного благосостояния привлекают больше людей к участию в управлении на уровне сельских общин и важных общественных делах, таких как профилактика эпидемий и защита сельскохозяйственной инфраструктуры», – констатирует И Цзюньцян, директор государственного центра занятости и обслуживания талантов провинции Шаньдун.

В декабре 2021 года Шаньдун выдвинул новый план по созданию около 1,2 миллиона рабочих мест в сфере общественного благосостояния в период с 2021 по 2025 год, в основном для уязвимых социальных групп и пожилых людей.

«Активное продвижение Китаем рабочих мест общественного благосостояния не только поможет компенсировать негативное влияние COVID-19 на сектор занятости, но и даст надежду большому количеству людей с низким доходом и низкой квалификацией в их стремлении к лучшей жизни», – сказал Сунь Тао, профессор экономики Шаньдунского университета.

По его словам, поскольку Китай поставил амбициозную цель достижения «общего процветания» для своих 1,4 миллиарда граждан, ожидается, что в будущем государственные расходы на госуслуги и трансфертные платежи правительства начального уровня будут еще больше увеличиваться, чтобы улучшить как количество, так и качество рабочих мест в сфере общественного благосостояния.

Поддержка малых и микропредприятий – одна из важных на сегодня задач правительства КНР





# БИОЭКОНОМИКА: Сохранение экологии, предотвращение эпидемий

Китай будет способствовать низкоуглеродному росту и наращивать свой потенциал биобезопасности против эпидемий по мере развития биоэкономики, сказано в государственном плане, рассчитанном на период с 2021 по 2025 год.



Согласно документу, опубликованному Национальной комиссией по развитию и реформам (NDRC), в стране будет продолжено изучение биомассы, чтобы способствовать устойчивому развитию и сохранению ресурсов. Это усилит профилактику, контроль и лечение рисков биобезопасности, таких как эпидемии, а также болезни животных и растений.

Помимо этого, были определены две другие ключевые области биоэкономики, которые получат активное развитие до 2025 года. Так, будут поощряться инновации в медицине и улучшена цепочка поставок высококачественных медицинских продуктов для лучшей защиты здоровья людей, в то время как в сельском хозяйстве будут использоваться биологические методы селекции, удобрения и пестициды для обеспечения безопасности зерна и более здорового питания.

Как заявил на специально созванной пресс-конференции официальный представитель NDRC Ван Сян, ожидается, что здравоохранение, биосель-

скохозяйственное производство, биотопливо, биоинформация станут четырьмя основными отраслями биоэкономики.

По словам спикера, страна будет использовать генетическое тестирование и другие передовые технологии, чтобы помочь предотвратить заболевания и ускорить исследования и разработку вакцин.

В обнародованном документе также содержится призыв к увеличению финансовой поддержки биотехнологических компаний, что включает возможность включения самых активных из них в списки главных советов директоров Китая и совета по научно-техническим инновациям.

Биоэкономика – экономика, основанная на применении биотехнологий, которые используют возобновляемое биологическое сырье, в последние годы получила мощный толчок развития и была признана фактором, обещающим в обозримом будущем стать фундаментом для сохранения экологического баланса окружающего мира.

# ПО СЛЕДУ МОЛЕКУЛЫ

Международная группа под руководством китайских исследователей определила молекулярный путь, который усиливает тяжесть критических случаев COVID-19, что дает ключ к потенциальному лечению таких случаев.

Исследование, опубликованное в середине апреля нынешнего года в журнале Science Signaling, показало, что слияние инфицированных коронавирусом клеток легких может усилить воспалительные реакции, тем самым вызывая каскады иммунной сигнализации в легких, которые являются основной причиной повреждения легких у пациентов с тяжелым заболеванием.

Ученые из Китайской академии медицинских наук и Медицинского колледжа Пекинского союза вместе со своими сотрудниками проанализировали посмертные образцы пациентов. Они обнаружили корреляцию между критическими случаями COVID-19 и сли-

янием эпителиальных клеток легких, называемых пневмоцитами, что также наблюдалось у макак и культивируемых клеток, инфицированных вирусом.

Затем ученые исследовали эмбриональные клетки почек человека, которые либо экспрессировали спайковый белок SARS-CoV-2, вызывающий COVID-19, либо были инфицированы вирусом везикулярного стоматита, несущим спайковый белок.

Клетки почек в конечном итоге слились и образовали новые клетки с множеством ядер и крошечных микроядер, которые активировали датчик ДНК в клеточных жидкостях, а датчик, в свою очередь, рекрутировал белок, кото-

рый активирует экспрессию генов, кодирующих интерфероны типа I, которые, как ожидается, будут дополнительно поддерживать передачу сигналов воспаления, согласно исследованию.

«Наши данные указывают на механизм, с помощью которого слитые пневмоциты в легких пациентов с COVID-19 могут усиливать выработку интерферонов и других цитокинов, тем самым усугубляя тяжесть заболевания», – пояснил соавтор статьи Лю Сяомань.

Работа ученых дает еще один ключ к пониманию механизмов нового коронавирусного заболевания, приоткрывая очередную завесу многочисленных тайн опасного патогена.



С начала эпидемии COVID-19 ученые бьются над разгадкой природы коварного вируса



# Китай: Более 2,2 миллиарда вакцин от COVID-19...

Согласно новым официальным данным, к середине нынешнего месяца Китай предоставил более 2,2 миллиарда доз вакцины против COVID-19 более чем 120 государствам и международным организациям, большинство из которых являются развивающимися странами.

Китай первым поддержал отказ от прав интеллектуальной собственности на вакцины против COVID-19 и наладил сотрудничество по производству вакцин с другими развивающимися странами. На сегодняшний день Китай сотрудничает в производстве вакцин с 13 странами и подписал документы о сотрудничестве с восемью странами.

С момента вспышки COVID-19 Китай провел глобальную чрезвычайную гуманитарную акцию самого большого масштаба с самым широким охватом в истории Китайской Народной Республики.

Согласно данным, полученным агентством Синьхуа, к началу мая Китай в общей сложности поставил средства защиты от COVID-19 153 странам и 15 международным организациям, в том числе 4,6 млрд защитных халатов и более 430 млрд масок для лица.

Китай также направил 37 групп медицинских экспертов в 34 страны и поделился опытом профилактики и борьбы с COVID-19 с более чем 180 странами и международными организациями.

Китай первым из государств поддержал отказ от прав интеллектуальной собственности на вакцины против COVID-19



Поскольку КНР принимает активное участие в COVAX и ACT-A в рамках Всемирной организации здравоохранения, государство уже пожертвовало COVAX 100 миллионов долларов США на распространение вакцин в развивающихся странах.

Отметим, что с начала пандемии коронавируса в Казахстане Китай на постоянной основе оказывал помощь нашей стране, отправляя гуманитарные грузы с необходимыми медицинскими средствами. Сегодня при проведении вакцинации любой казахстанец по жела-

нию может выбрать, в том числе, препараты китайских биофармацевтических компаний, зарекомендовавшие себя во всем мире как одни из самых надежных и безопасных в период продолжающейся эпидемии коронавируса. Также напомним, что медицинские эксперты Поднебесной сразу предупреждали, что вакцина не дает 100-процентной гарантии от инфицирования, однако главная ее цель – избежать тяжелой степени заболевания, вызванного опасным и пока еще недостаточно изученным вирусом.

# ...и миллиарды лекарств для борьбы с малярией

К концу 2021 года Китай предоставил миллиарды доз препаратов на основе артемизинина и подготовил десятки тысяч специалистов для оказания международной противомаларийной помощи развивающимся странам, сообщил член Госсовета Китая и министр иностранных дел Ван И.

Китай также оказал помощь в строительстве центров профилактики и борьбы с малярией для 30 стран и направил 28 000 членов медицинской бригады в 72 развивающиеся страны, отметил г-н Ван на Международном форуме, посвященном 50-летию открытия артемизинина и созданию глобального сообщества здоровья для всех в Пекине.

По данным Всемирной организации здравоохранения, только в странах Африки к югу от Сахары около 240 миллионов человек получили пользу от комбинированной терапии на основе артемизинина, добавил Ван И.

Артемизинин, эффективное лекарство от малярии, был впервые обнаружен и успешно выделен в Китае и сыграл важную роль в ликвидации этой болезни в Китае с момента ее открытия 50 лет назад.

Спикер призвал все страны мира отложить в сторону свои разногласия, объединиться и взяться за руки, чтобы построить сообщество здоровья для всего человечества и взять на себя обязательство по



Дети в возрасте до пяти лет особенно уязвимы к заболеванию малярией

искоренению основных инфекционных заболеваний, таких как малярия. Также необходимо сконцентрировать усилия по совместной борьбе с пандемией COVID-19 и совершенствованию международной системы управления здравоохранением.

Малярия – это опасное для жизни заболевание, вызываемое паразитами, которые передаются людям в результате укусов инфицированных самок комаров вида Anopheles («малярийный комар»). Малярия поддается профилактике и лечению, однако проблема заключается в доступности лекарств и количестве квалифицированных специалистов-медиков в регионах, наиболее подверженных распространению данной болезни.

Так, непропорционально высокая доля инфицирования прихо-

дится на Африканский регион. В 2020 г. на континенте произошло 95% всех случаев заболевания малярией и 96% случаев смерти от нее. При этом, согласно статистическим данным, на долю детей в возрасте до пяти лет пришлось 80% всех случаев смерти от малярии в регионе. В том же 2020 году в мире произошел 241 миллион случаев заболевания малярией, количество летальных исходов составило 627 000 человек.

По разным оценкам, малярией человечество болеет уже в течение от нескольких десятков тысяч до более 100 тысяч лет. И именно китайским древним врачевателям и ученым принадлежит открытие первых лекарств от тяжелого заболевания, о чем свидетельствуют найденные археологами трактаты тех времен.



# ВАМ КАКУЮ ВАКЦИНУ? МОЗАИЧНУЮ!

Ученые-эксперты из КНР разработали кандидатную вакцину против COVID-19 из мозаичных наночастиц, которая может защитить от инфекций, вызванных различными штаммами COVID-19.

Медицинский работник вводит вакцину против COVID-19 пожилому гражданину в районе Дунчэн, Пекин, 18 апреля 2022 г.



Ученые из Университета Сунь Ятсена, Первой дочерней больницы Медицинского университета Гуанчжоу и Центра по контролю и профилактике заболеваний провинции Гуандун разработали вакцину из четырехвалентных мозаичных наночастиц, содержащую спайковые белки из прототипа SARS-CoV-2 и три основных варианта, включая Альфа-, Бета- и Гамма-варианты.

Известно, что вирусный спайковый белок играет решающую роль в прикреплении вируса и слиянии с клеткой-хозяином, и поэтому большинство антител, нейтрализующих вирусную инфекцию, нацелены на этот самый белок.

Однако мутации от вариантов

вируса, расположенных на спайковом белке, в значительной степени приводят к широкой резистентности к антителам и иммунному выходу из сыворотки, вызванной вакцинацией, что создает дополнительную неопределенность в отношении эффективности существующих вакцин.

Согласно исследованию, опубликованному недавно в журнале Nature Communications, показано, что наночастица вызывает эквивалентные или превосходные нейтрализующие антитела против различных штаммов у мышей и нечеловеческих приматов с лишь небольшим снижением титров нейтрализации против наследственного штамма.

Ученые также протестировали вакцину против Омикрон- и Лямбда-вариантов коронавируса. Согласно исследованию, два штамма лишь незначительно снижали эффективность нейтрализации сывороток, индуцированных вакциной, что позволяет предположить, что индуцированные сыворотки могут вызывать широкие защитные реакции антител к циркулирующим вариантам.

По словам исследователей, полученные результаты являются доказательством принципа разработки поливалентных вакцин против пандемии и потенциальных вариантов SARS-CoV-2, предшествующих возникновению эпидемии.

# ДИАБЕТ & SARS-CoV-2: Новые открытия

Китайские ученые сделали выдающееся открытие, выявив, что имеющийся в крови человека связанный с диабетом глюкозоподобный метаболит обладает эффективной противовирусной активностью против SARS-CoV-2 – патогена, вызывающего заболевание COVID-19.

Результаты исследования, проведенного экспертами из Университета Цинхуа, были опубликованы в мае текущего года в журнале Nature Metabolism.

Предыдущие наблюдения показали, что тяжесть и смертность от COVID-19 связаны с имеющимися у человека сопутствующими заболеваниями, в частности, такими как диабет. Однако глубинные причины, лежащие в основе этого явления, до сих пор точно не установлены.

В своем новом исследовании ученые отобрали более 200 низкомолекулярных метаболитов и обнаружили, что 1,5-ангидро-D-

ПРОВОДИМЫЕ НАБЛЮДЕНИЯ ПОКАЗАЛИ, ЧТО ТЯЖЕСТЬ И СМЕРТНОСТЬ ОТ COVID-19 СВЯЗАНЫ С ИМЕЮЩИМИСЯ У ЧЕЛОВЕКА СОПУТСТВУЮЩИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ, В ЧАСТНОСТИ, ТАКИМИ КАК ДИАБЕТ, ОДНАКО ГЛУБИННЫЕ ПРИЧИНЫ, ЛЕЖАЩИЕ В ОСНОВЕ ЭТОГО ЯВЛЕНИЯ, ДО СИХ ПОР ТОЧНО НЕ УСТАНОВЛЕНЫ

глюцитол (1,5-AG), дефицит которого наблюдается у пациентов с диабетом, может ингибировать проникновение SARS-CoV-2 на клеточном уровне.

Они обнаружили, что уровень репликации SARS-CoV-2 выше в присутствии сыворотки от пациентов с диабетом, чем у здоровых

людей, но этому можно противодействовать добавлением 1,5-AG в сыворотку от пациентов.

Согласно анализу молекулярного механизма, 1,5-AG проявлял эффективную активность против SARS-CoV-2, связываясь с S2-субъединицей шиповидного белка SARS-CoV-2, тем самым прерывая процесс слияния мембраны вируса и клетки.

В экспериментах, проведенных на мышах, исследователи обнаружили, что мыши с диабетом, перенесшие инфекцию SARS-CoV-2, показали гораздо более высокую вирусную нагрузку и более серьезное повреждение дыхательных тканей по сравнению со своими собратьями, не страдающими этой болезнью. Продолжительное добавление 1,5-AG у мышей с диабетом снижало нагрузку SARS-CoV-2 и тяжесть заболевания до аналогичных уровней у животных без такового.

Согласно опубликованному исследованию, результаты показывают, что добавки 1,5-AG могут помочь предотвратить тяжелую форму COVID-19 у диабетиков.

Медицинский работник вводит вакцину против COVID-19 жителю района Дунчэн в Пекине, 18 апреля 2022 г.





# Провокатор нового гепатита: COVID-19, аденовирус или... ?

С тех пор как в апреле нынешнего года в Великобритании впервые был зарегистрирован случай заболевания острым гепатитом неизвестного происхождения среди детей, в более чем 20 странах было сообщено примерно о трехстах аналогичных обращениях, что вызвало большую озабоченность как со стороны медицинских работников, так и родителей.

Мужчина получает прививку от COVID в Центре вакцинации против COVID NHS (Национальная служба здравоохранения) на стадионе «Уэмбли» в Лондоне, Великобритания, 19 декабря 2021 г.



Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) предупредила врачей во всем мире, чтобы они обратили пристальное внимание на подобные необычные случаи гепатита и тесно сотрудничали с Европейским центром по профилактике и контролю заболеваний, а также с пострадавшими странами, чтобы поддержать текущие расследования, включая обязательное проведение лабораторных тестов.

«С учетом продолжающихся новых сообщений о недавно выявленных фактах заражения, а также более тщательного их поиска в других странах, весьма вероятно, что будет выявлено еще больше случаев, прежде чем будет подтверждена причина и могут быть приняты более конкретные меры

контроля и профилактики», – заявили в ВОЗ.

## ТЕКУЩАЯ СИТУАЦИЯ И СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

15 апреля 2022 года ВОЗ опубликовала предупреждение о выявленных тяжелых случаях острого гепатита неизвестного происхождения в Великобритании, который поражает детей в возрасте от одного месяца до 16 лет. С тех пор продолжают поступать дополнительные сообщения о все новых случаях заболевания.

По данным ВОЗ, на данный момент о прецедентах сообщили такие государства, как Великобритания, Испания, Израиль, Соединенные Штаты, Дания, Ирландия, Нидерланды, Италия, Норвегия, Франция, Румыния, Бельгия, Ин-

донезия, Панама, Португалия и Бруней и др.

Данное заболевание включает такие симптомы, как боли в животе, диарея, рвота, желтуха, тяжелый острый гепатит и повышенный уровень печеночных ферментов, говорится в распространенном сообщении. При этом специалисты указывают, что вирусы, которые обычно вызывают острый вирусный гепатит, не были обнаружены ни в одном из проведенных лабораторных анализов.

Гепатит – это воспаление печени, вызывающее ухудшение функций этого жизненно важного органа. Существуют различные этиологии или причины, которые могут привести к этой болезни, такие как инфекция, а также интоксикация лекарствами или отравляющими веществами. Наиболее часто вовлеченными инфекционными агентами являются вирусы, ответственные за гепатиты А, В, С, D и E.

Пока лабораторные тесты исключают наличие следов какого-либо из известных вирусных гепатитов. Вместе с тем во многих случаях у пострадавших детей была обнаружена аденовирусная инфекция, и связь между ними исследуется в качестве одной из гипотез основной причины.

Джей Батлер, заместитель директора Центра по контролю и профилактике заболеваний США (CDC) по инфекционным заболеваниям, сообщил, что некоторые из рас-

Маленькая пациентка получает свою первую дозу китайской вакцины Sinovac от COVID-19 на прививочном пункте в Пномпене, Камбоджа, 23 февраля 2022 г.



пространенных причин вирусного гепатита были рассмотрены, но не были обнаружены ни в одном из исследованных образцов.

По данным CDC, аденовирус был обнаружен у более чем 50 процентов заболевших, хотя его фактическая причина не была подтверждена.

## СВЯЗЬ С COVID-19 И ВОЗМОЖНАЯ ПРИЧИНА

Что касается опасений по поводу того, может ли острый гепатит быть связан с COVID-19 или вакцинами против COVID-19, у ВОЗ и некоторых стран есть предварительное заключение, и на данный момент ответ отрицательный.

«Основываясь на текущей информации, большинство зарегистрированных детей не получали вакцину против COVID-19, что исключает связь между случаями заболевания и вакцинацией в настоящее время», – отметили в ВОЗ.

«В нескольких случаях было обнаружено присутствие вируса SARS-CoV-2, и это одно из направлений расследования наряду с другими, такими как аденовирус», – добавлено в заявлении.

По данным министерства здравоохранения Брунея, острый гепатит не является одним из распро-

страненных признаков инфекции COVID-19 у детей или осложнением после вакцинации против COVID-19 у детей, в то время как CDC также исключил новый коронавирус как фактор в указанных случаях.

ВОЗ работает со странами и партнерами над изучением ряда возможных объясняющих факторов. Одной из ведущих гипотез является аденовирус, который представляет собой группу распространенных вирусов, передаваемых от человека к человеку, вызывающих респираторные симптомы, рвоту и диарею у детей.

Филиппа Истербрук, представитель глобальной программы ВОЗ по борьбе с гепатитом, заявила на пресс-конференции в Женеве, что в настоящее время ведущими гипотезами остаются те из них, которые связаны с аденовирусом, в то время как роль COVID-19 также находится в поле зрения ученых-экспертов.

Аденовирус в настоящее время не в полной мере объясняет тяжесть клинической картины. Были сообщения о случаях гепатита у детей с ослабленным иммунитетом с аденовирусной инфекцией, однако сомнительно, чтобы это стало причиной тяжелого гепатита у здоровых в остальном детей.

По мнению ВОЗ, такие факторы, как повышенная восприимчивость среди детей младшего возраста после снижения уровня циркуляции аденовируса во время пандемии COVID-19, потенциальное появление нового аденовируса, а также сопутствующая инфекция SARS-CoV-2, нуждаются в дальнейшем изучении.

## СОВЕТЫ ВРАЧАМ И РОДИТЕЛЯМ

По утверждению ВОЗ, самое важное для защиты детей – «обращать внимание на симптомы, такие как диарея или рвота, и изменение цвета кожного покрова: при появлении признаков желтухи – когда кожа и белки глаз становятся желтыми – следует немедленно обратиться за медицинской помощью».

«Мы рекомендуем соблюдение основных гигиенических мер, таких как мытье рук и прикрывание рта при кашле или чихании, чтобы предотвратить дальнейшее распространение инфекции. Кроме того, такие меры также могут помочь защититься и от передачи аденовирусов», – заявили в организации.

Что касается государств, на которые возложена задача по предотвращению распространения заболевания, то на сегодняшний момент основные рекомендации ВОЗ заключаются в том, чтобы оставаться в курсе текущих событий и следить за случаями инфицирования.

По словам представителей организации, требуется дальнейшая работа по выявлению пострадавших пациентов как в затронутых в настоящее время странах, так и в других местах. Приоритетной задачей является определение причины заболевания, чтобы иметь возможность в дальнейшем совершенствовать меры по контролю и профилактике.



# Бесстрашная Лю

Лю Цзяи, молодая медсестра из Поднебесной, оказалась в центре внимания всего мира, когда председатель КНР Си Цзиньпин упомянул ее имя, выступая на международной платформе.



Медицинские работники проводят операцию пациенту в больнице в Синтай, провинция Хэбэй на севере Китая, 1 января 2022 г.

Во время выступления на заседании Организации Объединенных Наций (ООН) в 2020 году, китайский лидер выразил свое восхищение медицинскими работниками, особо отметив неоценимый вклад медсестер.

Лю была в числе более 40 000 медицинских работников со всей страны, которые в 2020 году устремились в центральную провинцию Хубэй, когда там шла ожесточенная борьба с эпидемией COVID-19.

«В тот момент, когда я надеваю защитный костюм, я больше не ребенок», – процитировал тогда Си Цзиньпин слова девушки из ее телевизионного интервью, когда журналист заметил, что она еще очень молода и сама нуждается в заботе.

«Эти слова тронули всю нацию», – сказал председатель КНР, расска-

зывая историю Лю на мероприятии, посвященном 25-й годовщине Четвертой Всемирной конференции по положению женщин.

Родом из города Хуэйчжоу, провинция Гуандун, примерно в 1000 км к югу от столицы провинции Хубэй Уханя, Лю была самым молодым членом медицинской бригады, направленной для оказания помощи Уханю в борьбе с новым коронавирусом.

Она вызвалась присоединиться к команде в феврале 2020 года. Это было самое большое расстояние, которое она когда-либо преодолевала, а месяц, который она провела там, стал самым долгим временем, которое она когда-либо проводила вдали от своих родителей.

На заседании ООН Си Цзиньпин высоко отозвался о Лю и таких ме-

дицинских работников, как она, сказав, что «их мужество и упорный труд показали самое лучшее в медицинской профессии» и «их преданность и самопожертвование сохранили нацию нетронутой в трудные времена».

В то время, как сегодня многие китайские города борются с возобновлением эпидемии COVID-19, большое количество медсестер снова без колебаний бросилось в бой.

«Они оказались достойны оказанного им большого доверия», – справедливо отметил Си Цзиньпин в своем приветствии медсестрам в 2020 году в преддверии Международного дня медицинской сестры, который отмечается во всем мире 12 мая.

Число зарегистрированных медсестер в Китае на конец 2021 года достигло 5,02 миллиона, и, согласно официальной статистике, на каждые 1000 человек приходится около 3,56 медсестер.

Си Цзиньпин отметил, что они являются примером благородного духа уважения и защиты жизни, исцеления раненых и спасения умирающих, а также преданности делу, и попросил правительства на всех уровнях заботиться о медсестрах, уделять больше внимания укреплению сестринского персонала и совершенствованию механизмов стимулирования.

Сестринское дело является важной частью здравоохранения, подчеркнул китайский лидер, призвав всех членов общества выразить свою признательность и поддержку медсестрам.

По итогам республиканского конкурса в сфере здравоохранения «100 лучших специалистов по РК» мангистауская медсестра Маржан Нурлыбаева получила звание «Лучший специалист-2022».

## Лучшая медсестра республики



Наталья БУТЫРИНА, Мангистауская область

Цель конкурса – выявить лучших специалистов, поощрить лучших работников различных отраслей РК на основе изучения

методов и приемов труда победителей. В числе конкурсантов была и Маржан Нурлыбаева, которая работает в сфере здравоохранения области с 1987 года. Сегодня Маржан работает фельдшером Жанаозенской город-



ской станции скорой медицинской помощи.

– В начале апреля текущего года было объявлено о проведении творческого конкурса «100 лучших специалистов Республики Казахстан». И я решила поучаствовать в нем, – делится Маржан. – Не прерывая трудовую деятельность, я написала эссе на тему «Ерен еңбеккер, духовный мир – это искусство». Через день пришло сообщение, что я прошла на второй этап конкурса, где я предложила статью на тему: «Давайте будем здоровой нацией, успешной страной». А 20 апреля из столицы Казахстана пришел диплом и благодарственное письмо, согласно которым я стала победителем конкурса в сфере здравоохранения «100 лучших специалистов по РК».

Маржан Нурлыбаева отличилась не в первый раз. Ранее она выиграла Гран-при конкурса в сфере здравоохранения Мангистауской области в номинации «Художественное слово». В 2021 году – награждена нагрудным знаком «Үздік маман» («Лучший специалист»).

– Фельдшер – это сложная и интересная профессия. А филология была моей мечтой в детстве. В свободное время люблю заниматься творчеством, в частности писать стихи, – рассказывает Маржан Нурлыбаева, несколько стихотворений которой вошли в книгу «Ғасыр жыры».



# Зарифа ТАШИМОВА: «Я рождена, чтобы работать в медицине»



Здоровье и жизнь человека – это не только правильно назначенное лечение, но и помощь, которую оказывают пациентам медсестры. Поэтому 12 мая – Международный день медицинской сестры – день, когда весь мир благодарит людей этой профессии от всего сердца. Эта дата была назначена в честь дня рождения английской медсестры Флоренс Найтингейл, которая во время Крымской войны организовала первую в мире службу сестер милосердия.

Айдана МАМАЕВА

Мы попросили рассказать о своей работе медицинскую сестру высшей категории Городской поликлиники №4 города Алматы Зарифу Абдировну ТАШИМОВУ, чей общий стаж работы – 37 лет!

**– Расскажите, пожалуйста, о себе: кем и как долго вы работаете в этой профессии?**

– Я работаю в дневном стационаре Городской поликлиники №4 города Алматы уже более 16 лет, общий стаж составляет 37 лет. В день принимаю около 30 пациентов.

**– Почему вы выбрали эту профессию? Как вы пришли в медицину?**

– Я рождена, чтобы работать в медицине. У меня на этот счет не было сомнений с самого детства. Будучи ребенком при помощи спички и ваты делала уколы отцу и обязательно спрашивала: «Больно, да? Ничего, потерпи, сейчас пройдет». Была таким домашним детским доктором. По семейным обстоятельствам не получилось сразу после школы отучиться на медицинскую сестру, но я не отказалась от своей мечты и позже окончила меди-



цинское училище в Туркестане. Главная причина моего выбора – это желание помогать людям. Это благородная профессия. Людям, которые болеют, нужна забота, внимание, а медсестра может утешить больного, когда никого нет рядом. Бывает так, что даже на улице кому-то необходима медицинская помощь. Я знаю, как оказать первую помощь. Быть медсестрой – значит уметь находить общий язык с пациентом, быть

вежливой, тактичной. Важно еще быть психологом, находить слова для поддержки, воодушевлять и настраивать на позитив. Успех лечения наполовину зависит от настроения пациента. Мы не только ставим системы, делаем уколы, но и морально поддерживаем. Быстрее восстанавливается тот, кто верит в скорейшее выздоровление.

**– Чем в основном занимается медсестра? С чего сегодня начинается ваш рабочий день?**

– Свое рабочее утро я начинаю с приготовления кабинета к приему, провожу кварцевание, подготавливаю пациентов, спрашиваю о самочувствии. В течение дня консультируюсь с врачом о назначении препаратов, веду журнал учета выполненных манипуляций. В нашей работе важно строго соблюдать правила асептики и антисептики в кабинетах при проведении процедур. Слежу за тем, чтобы в кабинете всегда были необходимые инструменты, перевязочные материалы. И, конечно, моей основной задачей является выполнение внутривенных и внутримышечных инъекций. Кроме того, я могу оказать первую доврачебную помощь при анафилактическом шоке.

Зарифа Ташимова уверена, что позитивный настрой медработника передается пациентам, помогая их скорейшему выздоровлению



**– Что вам нравится в вашей работе больше всего?**

– Больше всего радуюсь, когда вижу результаты – плоды своей работы, когда пациенты выздоравливают от проводимого нами лечения. Бывает, что поговоришь с пожилыми по душам, скажешь им доброе слово, обнимешь, а на следующий день они приходят с сияющими глазами, улыбаются. Говорят, что и слово лечит, так и у нас происходит. Медицинская сестра – одна из самых благородных профессий. Благодаря своей профессии я помогаю людям, а значит – я живу не зря.

**– А с какими трудностями сталкиваетесь в работе?**

– Да, конечно, трудности возникают, без этого никак. Но таких больших проблем и препятствий нет. Все решаемое, а если ты любишь свою работу, дорожишь людьми, то все получается гладко.

**– Какие особые качества и навыки нужны человеку, чтобы успешно работать по этой профессии?**

– Для профессии медицинской сестры важно иметь доброе сердце, с любовью и милосердием относиться к людям. Ведь любовь к людям необходима всегда. Поэтому медсестра – нужная и важная профессия.

**– Что вы думаете о новом поколении медиков? Что бы вы посоветовали студентам, пришедшим к вам на практику, или тем, кто хочет стать медработником?**

– Новое поколение медиков – это профессионалы, у них большой потенциал и возможности. Медицина развивается, расширяется, появляются новые знания, новые подходы и технологии. Это здорово, что есть такие люди, которые выбирают медицину, становятся врачами и служат самой гуманной и благородной миссии на земле. Желаю студентам, чтобы никогда не жалели о выбранной профессии, развивались, получали знания, стремились к новым высотам и открытиям. Ведь миссия медиков – это сохранять

здоровье и жизнь людей. Это призвание, которому они будут служить всю жизнь.

**– Говорят, что медики не умеют отдыхать. Как вы проводите свободное время? Какие у вас есть увлечения? Собираетесь ли с коллегами вне работы?**

– Я люблю природу, горы, леса – все, что связано с природой. Это моя стихия, где я «растворяюсь», расслабляюсь, восстанавливаю, получаю позитивную энергию, отдыхаю душой. Природа – это самый лучший и красивый дар, данный человеку. Нам надо ее беречь и сохранить. Люблю проводить время с коллегами. Мы – друзья, как одна семья, ведь большую часть времени проводим на работе. Я очень люблю людей, мне нравится дарить им радость.

**– Во многих профессиях есть свои приметы. У вас есть примета?**

– Особых примет у меня нет. Я верю в хорошее и позитивное. Мое правило: с утра я настраиваюсь на позитив, на хороший день и стараюсь сделать так, чтобы именно так все и прошло. По-другому просто нельзя, ведь на меня смотрят пациенты, я должна быть в бодром расположении духа, чтобы поддержать их, настроить на успешное лечение. И мои вибрации добра, надеюсь, передаются пациентам. Это и есть моя примета.

**– Что бы вы хотели пожелать коллегам?**

– Своим дорогим коллегам, прежде всего, желаю здоровья, счастья и пусть задуманное исполнится. Желаю, чтобы как можно чаще они слышали от пациентов слова благодарности за их труд и, конечно, чтобы работа приносила только положительные эмоции.



# ВЕРНУТЬ ВСЕ ЗВУКИ МИРА

В больнице медицинского университета Караганды работает врач-отоларинголог Диас ЕСНИЯЗОВ. На протяжении восьми лет он успел сделать более трех тысяч успешных хирургических операций по восстановлению слуха и носового дыхания.

Николай КРАВЕЦ, Караганда

– Диас Кайратович, с какими проблемами к вам чаще всего обращаются пациенты?

– Если смотреть статистику, то, наверное, каждый пятый человек в мире страдает патологией носа. Это всем известный гайморит, травмы и искривление перегородок носа, аллергические риниты. Такие пациенты встречаются очень часто и в нашем регионе. И большинство из них лечится хирургическим путем.

Ни для кого не секрет, что, едва простыв, человек начинает шмыгать носом. Далее насморк может перейти в гайморит. Это одна половина людей. Другая же часть пациентов после того, как простудилась, может заболеть ангиной. Это тоже очень часто встречаемая патология. Заболевание может при-



вести к хроническим тонзиллитам, которые подвергаются хирургическому лечению – удалению небных миндалин. В детской практике тоже очень часто встречаем такое заболевание.

К сожалению, в нашем регионе слабо развивается такой сложный

раздел медицины, как отохирургия. Очень часто мы сталкиваемся с тем, что после гриппа или простудных заболеваний наблюдаются осложнения на уши. Что приводит к определенным гнойным процессам, а впоследствии может затронуть слуховой проход, привести к перфорации барабанной перепонки.

– Как изменилась в последнее время отоларингология?

– Современная медицина сделала большой шаг вперед. Если говорить о носовых операциях, то появилась эндоскопия, которая внедрилась в лор-практику России в начале двухтысячных годов. В Казахстане такие операции ста-



Если человек плохо дышит, постоянно пользуется каплями, вероятно, у него есть костный дефект в перегородке носа, что значительно ухудшает его жизнь

ли проводиться с 2010 года, теперь мы активно оперируем и в Карагандинской области.

Во время проведения эндоскопических операций на всех пазухах и полостях носа мы не делаем больших разрезов. Мы просто заходим с камерой через ноздрю и можем войти как до гайморовой, так и до лобной пазух. Мы все видим и можем полностью рассмотреть полость носа и носоглотки. Это открывает очень широкие горизонты для лечения.

Что касается слухулучшающих операций, то микроскопы здесь

появились намного раньше. Вообще микрохирургия во всей медицине зародилась от лор-врачей. Они первыми стали проводить микрохирургические операции в начале двадцатых годов прошлого столетия. И в современной практике мы активно используем эти проверенные методы операций.

– Всегда ли проведенные операции дают положительный эффект?

– Лор-врачам повезло: в большинстве случаев мы существенно улучшаем качество жизни людей, поскольку после наших операций им становится легче жить. Если человек постоянно страдает ангиной, не может безбоязненно выпить даже стакан холодной воды или съесть мороженое, то жить с этим сложно. И мы можем помочь ему: убрать миндалины, просонировать горло... В итоге пациент может вновь наслаждаться полной жизнью.

То же касается и носа: если человек плохо дышит, постоянно пользуется каплями, у него есть костный дефект в перегородке носа – все это тоже ухудшает жизнь. После операции пациент начинает дышать

полной грудью, что опять улучшает качество жизни. Конечно, есть у нас травматические случаи, разные осложнения, но они крайне редки. Что касается слухулучшающих операций, то уши – это очень тяжелый орган. Но после их проведения в основном положительных результатов больше, чем отрицательных. Хотя, конечно, бывают и рецидивы.

– Какие планы на будущее?

– У нас очень много слабослышащих детей, которые буквально с рождения не слышат. Поэтому я хочу начать заниматься развитием слухулучшающих операций. Есть такая уникальная операция, как кохлеарная имплантация. Она в нашей стране делается в больших медицинских центрах – Алматы и Нур-Султане, но не в таком количестве, как нужно. В перспективе хотелось бы внедрить эту операцию и в наш регион. Для этого нужно специальное оборудование, которое при нашем медицинском университете есть. Теперь нужно разрешение на проведение таких операций. Но для этого нужно больше практики, надо выезжать на курсы и обучение. Думаю, в итоге у меня все получится.

НИ ДЛЯ КОГО НЕ СЕКРЕТ, ЧТО, ЕДВА ПРОСТЫВ, ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ ШМЫГАТЬ НОСОМ. ДАЛЕЕ НАСМОРК МОЖЕТ ПЕРЕЙТИ В ГАЙМОРИТ. ЭТО ОДНА ПОЛОВИНА ЛЮДЕЙ. ДРУГАЯ ЖЕ ЧАСТЬ ПАЦИЕНТОВ ПОСЛЕ ТОГО, КАК ПРОСТУДИЛАСЬ, МОЖЕТ ЗАБОЛЕТЬ АНГИНОЙ. ЭТО ТОЖЕ ОЧЕНЬ ЧАСТО ВСТРЕЧАЕМАЯ ПАТОЛОГИЯ. ЗАБОЛЕВАНИЕ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ХРОНИЧЕСКИМ ТОНЗИЛЛИТАМ, КОТОРЫЕ ПОДВЕРГАЮТСЯ ХИРУРГИЧЕСКОМУ ЛЕЧЕНИЮ – УДАЛЕНИЮ НЕБНЫХ МИНДАЛИН

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПОСТОЯННО СТРАДАЕТ АНГИНОЙ, НЕ МОЖЕТ БЕЗБОЯЗНЕННО ВЫПИТЬ ДАЖЕ СТАКАН ХОЛОДНОЙ ВОДЫ ИЛИ СЪЕСТЬ МОРОЖЕНОЕ, ТО ЖИТЬ С ЭТИМ СЛОЖНО. И МЫ МОЖЕМ ПОМОЧЬ ЕМУ: УБРАТЬ МИНДАЛИНЫ, ПРОСОНИРОВАТЬ ГОРЛО. В ИТОГЕ ПАЦИЕНТ МОЖЕТ ВНОВЬ НАСЛАЖДАТЬСЯ ПОЛНОЙ ЖИЗНЬЮ



# ПОСТКОВИД: Синдром длиной в два года

Самое продолжительное на сегодняшний день исследование пациентов, перенесших COVID-19, показало, что даже через два года после заражения у половины из них все еще сохраняется, по крайней мере, один симптом перенесенного заболевания.

Исследование, опубликованное в начале нынешнего месяца в журнале Lancet Respiratory Medicine, показало, что почти 1200 участников эксперимента в Китае, инфицированных коронавирусом, вызвавшим COVID-19, как правило, имеют более слабое здоровье и более низкое качество жизни, чем население в целом.

Исследователи из Больницы Китайско-японской дружбы, Китайской Академии медицинских наук, Медицинского колледжа Пекинского союза и Медицинской школы Университета Цинхуа оценили состояние здоровья 1192 участников с острым COVID-19, проходивших лечение в больнице Цзиньинтань в Ухане в период с 7 января по 29 мая 2020 года, в течение шести месяцев, 12 месяцев и двух лет.

Группа, средний возраст которой на момент выписки составлял 57 лет, оценивается с помощью шестиминутного теста на ходьбу, лабораторных тестов и анкет о симптомах, психическом здоровье, качестве жизни, связанном со здоровьем, если они вернулись к работе, и обращении за медицинскими услугами после выписки.



Медицинский работник делает инфузию пациенту в отделении неотложной помощи больницы Минхан при Университете Фудань в Шанхае, Восточный Китай, 20 апреля 2022 г.

Исследование показало, что через шесть месяцев после первоначального заболевания 68 процентов из них сообщили, по крайней мере, об одном длительном симптоме COVID, а через два года после заражения 55 процентов из них сообщили о симптомах, среди которых были такие, как усталость, мышечная слабость и проблемы со сном.

Кроме того, согласно исследованию, они жаловались на боли в суставах, учащенное сердцебиение, головокружение, головные боли и беспокойство или депрессию.

«Наши результаты показывают, что для определенной части госпитализированных выживших после COVID-19, хотя они, возмож-

но, избавились от первоначальной инфекции, для полного выздоровления от COVID-19 требуется более двух лет», – сказал автор статьи Цао Бин из Китайско-японской больницы дружбы.

Эксперты признали возможность некоторых погрешностей в выводах, включая тот факт, что у тех, кто не участвовал в исследовании, могло быть меньше симптомов, чем у тех, кто принимал участие, что может привести к переоценке распространенности длительных симптомов COVID.

Тем не менее существует «очевидная необходимость в оказании постоянной поддержки значительной части людей, переболевших COVID-19», – уверен г-н Цао.

# Лето – время укреплять иммунитет!

Чтобы защитить организм от сезонных заболеваний, нужно сбалансировано питаться, употреблять достаточное количество жидкости и, конечно, заниматься спортом. По словам врача ЗОЖ Городской поликлиники №4 города Алматы Улбосын Амиркеновой, наступающее лето – это та самая пора для укрепления иммунитета.

Айдана МАМАЕВА

Как отметила врач, наиболее частой проблемой, встречающейся у многих людей после зимы, являются весенний гиповитаминоз и снижение иммунитета. Проявляются такие состояния слабостью, повышенной утомляемостью, раздражительностью, головными болями и головокружением, частыми респираторными заболеваниями.

«Длительный гиповитаминоз может вызвать снижение зрения, ухудшение состояния кожи (шелушение, сухость), ломкость волос и ногтей. Особенно часто гиповитаминозы и снижение защитных функций организма наблюдаются у жителей мегаполиса, которым приходится мобилизовать все внутренние ресурсы своего организма, чтобы противостоять таким негативным факторам, как вредная экология, хаотичное, неправильное питание, несоблюдение режима труда и отдыха, стрессы, недостаток сна», – пояснила эксперт.

Помочь противостоять инфекциям может сбалансированное и разнообразное питание, наполненное питательными веществами, витаминами, минералами и растительными волокнами. Такое питание поддерживает нормальную микробиоту кишечника, а соответственно иммунитет и настроение.

«Не менее важно употреблять достаточное количество жидкости, преимущественно чистой негазированной воды, которая обеспечит нормальную работу кишечника и естественную детоксикацию организма. Также не забывайте заниматься физической активностью исходя из ваших предпочтений», – добавила Улбосын Амиркенова.

Чтобы улучшить самочувствие весной, следует также проверить состояние всего организма. Если в организме присутствуют дефициты витаминов, то нуж-



но скорректировать свой рацион питания, отметила врач.

«Для восполнения разнообразия аминокислот, составляющих компонентов белка, добавляйте в пищу больше рыбы и нежирных сортов мяса. Ведь также нам необходимы омега-3-полиненасыщенные жирные кислоты. Не забывайте про бобовые (маш, чечевица, горох), так как они содержат белок, калий, магний, клетчатку, витамины B5 и B6», – уточнила она.

Доктор отметила, что в летнее время стоит вспомнить о салатах, которых многие позабыли зимой.

«Добавляйте в блюда кунжут, семечки и орехи, восполняйте уровень витамина E, незаменимых аминокислот, марганца, меди и других микроэлементов», – добавила эксперт.

Врач рекомендует помнить про физические упражнения, которые помогут чувствовать себя лучше, а также про здоровый сон и уменьшение стресса.



# ЧТОБЫ СЕРДЦЕ СТУЧАЛО

Мангистауские и алматинские врачи совместно провели первую в регионе имплантацию кардиовертера-дефибриллятора.

Наталья БУТЫРИНА, Актау

В последние годы нарушения ритма сердца, являющиеся фатальными, могут развиваться даже у молодых пациентов. Как правило, в группе риска люди с выраженной сердечной недостаточностью, перенесшие инфаркт миокарда. Такие осложнения, как пароксизмальная желудочковая тахикардия и фибрилляция желудочков, в 80% случаев способны привести к смертельному исходу, если медицинская помощь не будет оказана в первые несколько минут. В таких случаях пациенту жизненно необходимо экстренное восстановление нормального сердечного ритма, и это может сделать миниатюрный персональный «умный» дефибриллятор.

Аритмологи Мангистауской областной больницы прооперировали 62-летнего пациента с диагнозом «хроническая сердечная недостаточность». Благодаря слаженной и профессиональной работе врачей пациенту был успешно имплантирован ультрасовременный трехкамерный кардиовертер-дефибриллятор.

Операцию провели врач-аритмолог Мангистауской областной многопрофильной больницы Курбанали Сабдинов и врач-аритмолог клинической больницы №7 Алматы Канат Ергешов.

По словам врачей, мужчина задыхался, ему было тяжело и боль-



В Мангистауской области впервые была проведена имплантация кардиовертера-дефибриллятора

но дышать. В ходе обследования выявили снижение кровотока на 16%, аритмию, ранее пациенту было проведено аортокоронарное шунтирование.

«Пациенту имплантировали трехкамерный кардиовертер-дефибриллятор. Основная функция этого устройства – усиление кровотока. В случае угрозы остановки сердца дефибриллятор активируется вне зависимости от времени приезда скорой помощи. Проще говоря, перезапускается работа сердца. Операция прошла успешно», – рассказал врач-аритмолог Курбанали Сабдинов.

Кардиовертер-дефибриллятор – это устройство, представляющее собой небольшой электронный блок, имплантируемый в область груди. Оно имеет не-

большой размер и будет служить долгие годы.

«В последнее время подобные операции проводятся часто. Это связано с распространением сердечной недостаточности среди населения. Пациент находился под местной анестезией, болевые ощущения исключены, поэтому восстановление будет ускоренным», – рассказал врач-аритмолог клинической больницы №7 г. Алматы Канат Ергешов.

По словам Курбанали Сабдинова, в областной больнице каждый месяц выполняют не менее 15 операций по устранению аритмии сердца. До конца года с использованием аппарата Rivacor-5 запланировано еще 18 операций, которые в рамках ОСМС проводят бесплатно.

# Культура для всех

В алматинском Государственном музее искусств РК им. Кастеева состоялся круглый стол на тему: «Обеспечение доступной музейной среды и равноправного участия всех людей в культурной жизни». Обсуждались темы доступности музеев для людей с особыми потребностями.

Вадим КРАВЦОВ, фото автора

В круглом столе приняли участие сотрудники ГМИ РК им. Кастеева, представители НПО, художники, преподаватели, общественные деятели, педагоги алматинской школы № 4 им. Островского.

В ГМИ РК с 2017 года проводится работа по продвижению социально-инклюзивных проектов, позволяющих адаптировать музейную информацию для незрячих и слабовидящих людей. Некоторые экспонаты в постоянной музейной экспозиции оснащены рельефными тактильными моделями с пояснениями рельефно-точечным шрифтом Брайля. Над созданием тактильных моделей совместно с незрячими специалистами безвозмездно работали известные скульпторы и студенты Алматинского колледжа декоративно-прикладного искусства им. Тансыкбаева.

Наталья Баженова, старший научный сотрудник ГМИ РК, основываясь на опыте ведущих музеев мира, высказала идею о необходимости создания в музее отдела по социально-инклюзивным проектам. Поднимался вопрос об обучении экскурсоводов, имеющих необходимые знания для работы с аудиторией с особыми потребностями. На него ответила Касиет Омарова, руководитель ОФ «Аржан»: «Мы с Фондом Дара и компанией «Гала групп транслейшн» разрабатывали такие обучающие программы. Можем провести занятия для экскурсоводов».

Свои пожелания высказала педагог Индира Медикова: «Надо помочь музею в запуске социальных программ для детей с нарушением функций зрения, например, лектории-дискуссии. Даже для незрячих актуальны уроки рисования, скульптуры, гончарного дела. Я сама с удовольствием бы занялась творчеством. Важно, чтобы такие инициативы были поддержаны на государственном уровне».

Участниками круглого стола намечены планы для дальнейшего сотрудничества, родились новые идеи и предложения. «Мы открыты к сотрудничеству и благодарны всем, кто помогает нам в реализации социальных проектов. Нам очень важна обратная связь, чтобы сделать программы «Доступный музей» более эффективными и жизненными», – сказала Гулаим Жумабекова, директор ГМИ РК.



Над созданием тактильных моделей совместно с незрячими специалистами безвозмездно работали известные скульпторы и студенты Алматинского колледжа декоративно-прикладного искусства им. Тансыкбаева







ФМС: ДОСТУПНАЯ МЕДИЦИНА - ДЛЯ ВСЕХ



8 7172 67-41-79 | 1406 БАЙЛАНЫС ОТРАЛЫҒЫ



QOLDAU 24/7 МОБИЛЬДІК ҚОСЫМШАСЫ



@FMS.KZ



PR@FMS.KZ



@SAQTANDYRYBOT TELEGRAM-БОТЫ



FMS.KZ РЕСМИ САЙТЫ

## МӘМС ЖҮЙЕСІНДЕГІ МӘРТЕБЕҢІЗДІ ҚАЛАЙ БІЛУГЕ БОЛАДЫ?

**Медициналық сақтандыруға 15,5 млн адам қатысады. Егер сіз сақтандырылған мәртебеңізді және өзіңіз үшін жарналардың түсетінін не түспейтінін білмесеңіз, оны бірнеше жолмен тексеруге болады. Әлеуметтік медициналық сақтандыру қоры сақтандырылғандарға МӘМС бойынша қажетті медициналық қызметтерді қалай алуға болатынын айтып берді.**

Көптеген адамдар міндетті әлеуметтік медициналық сақтандыру шеңберінде медициналық көмекті қалай алуға болады деп ойлайды, өйткені МӘМС бойынша тар бейінді дәрігерлердің консультациялары, гормондарға талдаулар, КТ/МРТ және басқа да қажетті диагностикалық қызметтер қолжетімді болып келеді.

Бірінші қадам - өзіңіздің сақтандыру мәртебеңізді тексеру.

Міндетті медициналық сақтандыру жүйесіндегі мәртебеңізді бірнеше жолмен тексеруге болады.

**1. Egov.kz. электрондық үкімет порталы**

Ол үшін «Денсаулық сақтау» бөлімінде «Медициналық қызметтерді тұтынушы ретінде қатысу туралы және міндетті әлеуметтік медициналық сақтандыру жүйесінде аударылған аударымдар және (немесе) жарналар сомасы туралы ақпарат беру» қызметін табу, «Қызметке тапсырыс беру» батырмасын басу, ЖСН-ді енгізу қажет. Нәтиже 10 минут ішінде пайда болады.

**2. Әлеуметтік медициналық сақтандыру қорының fms.kz ресми сайты**

«Мәртебені анықтау» қалқымалы терезесі сайт бетінің оң жақ бұрышында орналасқан. Оны басу және ЖСН-ді енгізу жеткілікті.

**3. Goldau 24/7 мобильді қосымшасы.**

PlayMarket немесе AppStore-да қосымшаны жүктеп алыңыз. Мәзірде «Сақтандырылу мәртебесін тексеру» бөлімін таңдап, ЖСН-ді енгізу қажет. Терезеде мәртебе және алдыңғы 12 айға төлемдердің болуы туралы ақпарат пайда болады.

**4. Telegram-дағы @SaqtandyrýBot.**

Ботты іске қосу үшін келесі сілтемені ашу керек: <https://t.me/SaqtandyrýBot> немесе іздеу жолына оның атын енгізіңіз, содан кейін «Сақтандыру мәртебесін анықтау» бөлімін таңдаңыз, ЖСН-ді енгізіңіз. Алдыңғы 12 айдағы төлемдердің жағдайы мен бар - жоғы туралы ақпарат көрсетіледі.

Сақтандырылған мәртебеңіздің бар екенін тексергеннен кейін, сіздің МӘМС тізбесі бойынша сақтандырылған азаматтарға көрсетілетін медициналық қызметтерді пайдалануға құқығыңыз бар. Ол үшін Әлеуметтік медициналық сақтандыру қорының жеткізушісі болып табылатын алғашқы медициналық-санитарлық көмек көрсететін медициналық ұйымдардың біріне

бекітілгеніңізді тексеру қажет. Бекітілмеген жағдайда, egov.kz. сайты арқылы бекітілуге өтінім беріңіз.

Енді сіз өзіңіздің учаскелік дәрігеріңіздің қабылдауына жазыла аласыз. Көрсетілімдер болған кезде дәрігер базалық немесе кеңейтілген талдаулар тізбесіне жолдама жазады, қажет болған жағдайда сіздің денсаулығыңыздың жай-күйін бағалау және емдеуді тағайындау үшін диагностикалық тексеруге немесе тар бейінді маманның консультациясына жібереді. Бұл қызметтердің барлығын МӘМС аясында Әлеуметтік медициналық сақтандыру қоры төлейді, пациент олар үшін ақы төлемейді керек.

Егер сізде медициналық көмектің сапасы мен уақтылығы туралы сұрақтар туындаса, сіз емхананың Пациенттерді қолдау және ішкі аудит қызметіне хабарласа аласыз. Егер жағдайды шешу мүмкін болмаса, Әлеуметтік медициналық сақтандыру қорына келесі кері байланыс арналары арқылы өтініш жіберуге болады: fms.kz ресми сайты, 1406 байланыс орталығы, Qoldau 24/7 мобильді қосымшасы және Telegram-дағы SaqtandyrýBot.





ФМС: ДОСТУПНАЯ МЕДИЦИНА - ДЛЯ ВСЕХ



8 7172 67-41-79 | 1406 БАЙЛАНЫС ОТРАЛЫҒЫ



QOLDAU 24/7 МОБИЛЬДІК ҚОСЫМШАСЫ



@FMS.KZ



PR@FMS.KZ



@SAQTANDYRYBOT TELEGRAM-БОТЫ



FMS.KZ РЕСМИ САЙТЫ

## КАК УЗНАТЬ СВОЙ СТАТУС В ОСМС?

Участниками медицинского страхования являются 15,5 млн человек. Если вы не знаете, застрахованы ли вы и поступают ли за вас взносы, проверить это можно несколькими способами. В Фонде социального медицинского страхования рассказали, как застрахованным получать необходимые медицинские услуги по ОСМС.

Многие задаются вопросом, как получить медицинскую помощь в рамках обязательного социального медицинского страхования, ведь по ОСМС доступны и консультации врачей узкого профиля, и анализы на гормоны, и КТ/МРТ, и другие необходимые диагностические услуги.

Первым делом нужно проверить свой статус застрахованности.

Проверить свой статус в системе обязательного медицинского страхования можно несколькими способами.

### 1. Портал электронного правительства Egov.kz.

Для этого в разделе «Здравоохране-

ние» необходимо найти услугу «Выдача информации об участии в качестве потребителя медицинских услуг и о перечисленных суммах отчислений и (или) взносов в системе обязательного социального медицинского страхования», кликнуть на кнопку «Заказать услугу», ввести ИИН. Результат появится в течение 10 минут.

### 2. Официальный сайт Фонда социального медицинского страхования fms.kz.

Всплывающее окно «Определить статус» расположено в правом углу на странице сайта. Достаточно кликнуть на него и ввести ИИН.

### 3. Мобильное приложение Qoldau 24/7.

Скачать приложение в PlayMarket или AppStore. В меню необходимо выбрать раздел «Проверить статус застрахованности», далее ввести ИИН. В окне появится статус и информация о наличии платежей за предшествующие 12 месяцев.

### 4. @SaqtandyrýBot в Telegram.

Чтобы запустить бота, необходимо открыть ссылку: <https://t.me/SaqtandyrýBot> или ввести его название в поисковой строке, далее выбрать раздел «Определить статус застрахованности», ввести ИИН. Отобразится информация о статусе и наличии платежей за предшествующие 12 месяцев.

Убедившись, что застрахованы, вы имеете право пользоваться медицинскими услугами, которые предоставляются застрахованным пациентам в перечне ОСМС. Для этого нужно проверить свое прикрепление к одной из медорганизаций, оказывающих первичную медико-санитарную помощь в качестве поставщика Фонда социаль-

ного медицинского страхования. При отсутствии прикрепления подать заявку на прикрепление через сайт egov.kz.

Теперь можно записаться на прием к своему участковому врачу. При наличии показаний врач выпишет направление на базовый или расширенный перечень анализов, при необходимости направит на диагностическое обследование или консультацию узкого специалиста, чтобы оценить состояние вашего здоровья и назначить лечение. Все эти услуги будут оплачены Фондом социального медицинского страхования в рамках ОСМС, пациент за них платить не должен.

Если у вас возникают вопросы по качеству и своевременности получения медицинской помощи, вы можете обратиться в Службу поддержки пациентов и внутреннего аудита поликлиники. Если разрешить ситуацию не удалось, можно направить обращение в Фонд социального медицинского страхования удобным для вас каналом обратной связи: официальный сайт fms.kz, контакт-центр 1406, мобильное приложение Qoldau 24/7 и SaqtandyrýBot в Telegram.



# Сотовые станции: Как влияют на организм человека и могут ли навредить

Сегодня все больше и больше людей волнует влияние электромагнитного излучения от базовой станции сотовой связи на организм человека. Причина этому – резкое увеличение таких станций за последние годы в нашей области и в целом по стране. Сегодня антеннами базовых станций сотовой связи утыканы крыши домов по всему городу, во всех районах области, они размещаются в селах, по дорогам и в промышленных зонах. Действительно ли электромагнитные излучения от объектов сотовой связи оказывают влияние на здоровье человека, попытаемся разобраться в этом материале.

Айдана МАМАЕВА

Базовые станции – один из основных элементов системы сотовой радиосвязи, который поддерживает связь с находящимися в зоне действия мобильными телефонами и работают в режиме приема и передачи сигнала



Электромагнитные излучения – это электромагнитные волны, создаваемые от антенн базовой станции. Базовые станции (БС) – один из основных элементов системы сотовой радиосвязи. Они поддерживают связь с находящимися в зоне действия мобильными телефонами и работают в режиме приема и передачи сигнала.

## ЗАЧЕМ НУЖНЫ БАЗОВЫЕ СТАНЦИИ

Установка и ввод базовой станции сотовой связи в эксплуатацию – длительный и подконтрольный процесс, который регулируется жесткими правилами на законодательном уровне Республики Казахстан. Установка базовой станции разрешается только после получения санитарно-эпидемиологического заключения на проектные материалы, в котором отражены результаты расчетов ЭМИ, указаны границы санитарно-защитной зоны и зоны ограничения застройки.

Санитарно-эпидемиологическое заключение выдается органами санитарно-эпидемиологи-

ческой службы. Основным требованием к размещению базовых станций на любых зданиях и сооружениях, является обеспечение предельно допустимых уровней электромагнитного поля как в помещении, так и на территории (не более 10 МкВт/см<sup>2</sup>).

Согласно Санитарным правилам, утвержденным приказом министра здравоохранения Казахстана от 23 апреля 2018 года № 188 «Об утверждении Санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к радиотехническим объектам» № 188, антенны БС размещаются на уже существующих постройках любого типа и специально сооружаемых мачтах. Для обеспечения качественной мобильной связи антенны базовых станций направляются таким образом, чтобы основная электромагнитная энергия от них была собрана в тонком луче и не пересекалась с близлежащими домами.

Кроме того, согласно закону о жилищных отношениях, на собрании жильцов путем голосования принимается решение за установку базовой станции.

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ ВЫДАЕТСЯ ОРГАНАМИ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ. ОСНОВНЫМ ТРЕБОВАНИЕМ К РАЗМЕЩЕНИЮ БАЗОВЫХ СТАНЦИЙ НА ЛЮБЫХ ЗДАНИЯХ И СООРУЖЕНИЯХ, ЯВЛЯЕТСЯ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРЕДЕЛЬНО ДОПУСТИМЫХ УРОВНЕЙ ЭЛЕКТРОМАГНИТНОГО ПОЛЯ КАК В ПОМЕЩЕНИИ, ТАК И НА ТЕРРИТОРИИ (НЕ БОЛЕЕ 10 МКВТ/СМ<sup>2</sup>)

## КАКОВ РАДИУС ДЕЙСТВИЯ БАЗОВОЙ СТАНЦИИ

Чем ниже диапазон базовой станции, тем больше радиус покрытия. Например, в стандарте GSM низкий диапазон – 900 МГц (2G). То есть при помощи мачты высотой 75 метров голосовой трафик может распространяться максимум на 32 км. Радиус максимального покрытия базовой станции 3G и 4G, уже в высоком диапазоне, сокращается до 5 км.

В целом радиус покрытия зависит от типа и мощности антенны, высоты ее подвеса, рельефа местности и плотности застройки. Для уверенного приема в городе с плотной застройкой, такого, например, как Алматы, располагать базовые станции оптимально в 200-300 метрах друг от друга



Специальные приборы помогут измерить уровень электромагнитного излучения, в случае если есть какие-либо сомнения в нарушении правил эксплуатации базовых станций

## ОПАСНЫ ЛИ БАЗОВЫЕ СТАНЦИИ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

Электромагнитную энергию излучает не вся базовая станция сотовой связи, а только ее антенны. И они не излучают постоянную мощность 24 часа в сутки. Мощность базовых станций зависит от одновременно разговаривающих или пользующихся мобильным интернетом людей в зоне действия этой базовой станции. Следовательно, ночью уровень электромагнитного излучения практически равен нулю.

В общем фоне радиоизлучения мегаполиса – а это одновременная работа мобильных телефонов, теле- и радиостанций, бытовых электрических приборов, СВЧ-печей, Wi-Fi-роутеров и высоковольтных линий – доля излучения от базовых станций сотовой связи составляет менее одного процента.

Более того, когда базовая станция находится слишком далеко от мобильного телефона, тот работает на пределе мощности в поисках сигнала, что в разы увеличивает его радиоизлучение.

Как рассказала врач-терапевт городской поликлиники №36 города Алматы Гаухар Арипова, существуют разные мнения касательно влияния антенн на здоровье человека, вплоть до того, что они могут быть смертельно опасны. Так ли это?

«Во-первых, радиоволны излучает не вся конструкция, а только антенны, расположенные на ней. Во-вторых, радиоволна подобна тонкому лучу фонарика, она не рассеивается, а имеет направленную траекторию. В-третьих, вышки специально расположены выше, чем жилые дома, следовательно, это значит, что люди находятся вне зоны досягаемости радиоволн. Сотовые операторы проводят замеры уровня излучения, тем самым обеспечивают его безопасность», – отметила врач.

О безопасности излучения базовых станций говорится и в заключении Всемирной организации здравоохранения.

«Все фактические данные, имеющиеся на сегодняшний день, свидетельствуют о том, что воздействие радиочастотных сигналов, испускаемых базовыми станциями, не приводит к каким-либо неблагоприятным краткосрочным или долгосрочным последствиям для здоровья», – заключили в ВОЗ.

Однако необходимо подчеркнуть, что только в том случае, когда базовые станции сотовой связи установлены в соответствии санитарно-эпидемиологического заключения, а также при эксплуатации не нарушают требования санитарных правил, электромагнитные излучения от антенн не опасны для здоровья жителей.



**Ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде**  
**Чем исцеление от болезни искать, лучше дорогу,**  
**чтобы не болеть, найди**

(Казахская пословица)

