

Борис ОРЕХОВ

Его имя сегодня знает вся Россия. А теперь еще и следит за здоровьем. Главный врач больницы в Коммунарке, ставшей эпицентром борьбы с заразой, сам подхватил опасную инфекцию.

ОБХОД ИЗ САМОИЗОЛЯЦИИ

Только не надо патетики. Денис Проценко, человек по жизни очень скромный, этого не любит. Он не геройствовал, а просто выполнял свой долг врача и человека.

- К счастью, болезнь у него протекает не в тяжелой форме. Мы постоянно с ним созваниваемся и поддерживаем его, - говорит директор НИИ скорой помощи имени Склифосовского Сергей Петриков.

Сам Проценко, понятно, тут же самоизолировался.

- Чем занимаюсь? Да фактически тем же: консультации, обходы - только дистанционные. И, конечно, «гоняю» отечественный аппарат ИВЛ, - пишет он в соцсети.

Продолжает, короче, работать. Занимается делом, которому посвятил свою жизнь.

О ПОЛЬЗЕ КЛАССИКИ

Профессиональная судьба Проценко была заранее предначертана. Дед и отец - врачи. Значит, и ему прямой путь в медицину. Продолжать семейную традицию. Правда, окончив английскую школу, сам Денис вначале колебался. Может, в иняз поступить? Сомнения одной фразой развеял отец: «Язык - это не профессия. Мужчина должен уметь что-то делать по настоящему нужное людям». И дал почитать булгаковские «Записки юного врача». В итоге он поступил в Первый мед имени Сеченова. Там же защитил кандидатскую диссертацию. А Булгаков до сих пор остается любимым писателем.

Главврачом Коммунарки Денис Проценко стал в 2019 году.

- Как больница вам? Нравится? -

Денис ПРОЦЕНКО:

ПРОЧИТАЛ БУЛГАКОВА И СТАЛ ВРАЧОМ



Михаил ФРОЛОВ/Armedia.ru

СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ

ЧТО ДОКТОР ПОСОВЕТОВАЛ

- Обходитесь без рукопожатий. Достаточно просто улыбнуться друг другу. От чего в Италии такая вспышка? Народ там эмоциональный. Непременные обнимашки с чмоками при встрече. И получите - европейский рекорд инфицированных.
- Водка в качестве антисептика не подходит. В ней - 40 градусов. А в нормальном дезинфицирующем растворе - 70.
- Чистота и свежий воздух - залог здоровья. Сейчас - тем более.

спросил Президент России Владимир Путин, недавно побывавший здесь.

- Космос, - ответил Проценко. - На порядок выше, чем в Европе.

В его ведении - самый большой мед-комплекс в России - девять корпусов на тринадцати гектарах. Больше тысячи коек. Суперсовременное оборудование.

- Костяк врачебного коллектива сформирован из высококлассных специалистов. Многих я сам выбирал. Надеюсь, наша больница станет дружелюбной, где каждый пациент чувствует себя в центре внимания, - поясняет свое кредо 45-летний главврач.

Крупный, обаятельный мужчина, он еще совсем недавно красовался с опрятной аристократической бородой. Но с ней неудобно носить защитные респираторы, без которых сегодня никак. Бороду пришлось сбрить.

- Когда к нам по нарастающей стали поступать пациенты с COVID-19, у нас челюсть отвисла, - признался он.

Врачей поразило даже не количество больных, а то, что среди них много молодых. Предполагалось, что новый вирус в первую очередь поражает пожилых, но на больничных койках в России оказались не только пенсионеры, но и дети.

НЕ МОЙТЕ РУКИ ВОДКОЙ

Первые симптомы коронавируса - лихорадка, сухой кашель, высокая температура.

- Тяжелая форма - это сочетание лихорадки, кашля, появление одышки. Самый тревожный сигнал - снижение кислорода в крови, когда возникает компенсаторная одышка, - уточнил Проценко.

И сформулировал три главных правила безопасности. Во-первых, не паниковать. Во-вторых, следовать инструкциям официальных медицинских властей, советы разных «знаха-

рей» и самолечение добром не кончатся. Наконец, в-третьих, беречь пожилых людей. Своих родителей-пенсионеров он «самоизолировал», раз в неделю навещал их с полной сумкой продуктов, а уходя, неизменно шутил: «Увидимся в сентябре».

Даже еще раньше, можно не сомневаться. Вот одолеет доктор напасть, и первым делом - к папе с мамой. Впрочем, нет - сначала на работу. Сейчас он рулит Коммунаркой только по телефону.

- Врачи больницы - все герои. Я ими восхищаюсь. После смены не уходят, приходится их выгонять, чтобы отдохнуть, - рассказывает он.

Никто пока точно не знает, как будет развиваться ситуация и когда все закончится.

- Один вариант - китайский, с жесткой изоляцией, тогда все может закончиться в мае-июне. Другой - итальянский, способен растянуть историю до осени, - прикидывает Проценко.

Первый - предпочтительнее. Пусть даже это приведет к закрытию в Москве метро.

- Это лишь возможный сценарий. Все будет зависеть от цены вопроса. Медики всегда готовы к самому неблагоприятному варианту, лучше быть перестраховщиками, чем повторить итальянский сценарий, - считает главврач.

ВОЗЬМИ ЗА ПРАВИЛО

НЕ СЛЕДУЕТ КАСАТЬСЯ РУКАМИ СЛИЗИСТЫХ ГЛАЗ, НОСА, РТА, ТАК КАК ВСЕ ЭТО - ГЛАВНЫЕ ВХОДНЫЕ ВОРОТА ДЛЯ ИНФЕКЦИЙ.



ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ ДОМОЙ ПРОТИРАЙТЕ ПОДОШВЫ ОБУВИ ЛЮБЫМ ДЕЗРАСТВОРОМ. ОСОБЕННО ЭТО АКТУАЛЬНО В КВАРТИРАХ, ГДЕ ЕСТЬ ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ, КОТОРЫЕ МОГУТ НА ЛАПАХ РАЗНЕСТИ ПРИНЕСЕННУЮ С УЛИЦЫ ГРЯЗЬ ПО ВСЕМУ ПОМЕЩЕНИЮ.



ТЩАТЕЛЬНО МОЙТЕ РУКИ АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫМ МЫЛОМ ПОСЛЕ КАЖДОГО ВОЗВРАЩЕНИЯ ДОМОЙ. ПЕРЕД ТЕМ КАК ЗАКРЫТЬ КРАН, ПРОТРИТЕ ЕГО ДЕЗРАСТВОРОМ. ТАК НА ТЕХНИКЕ НЕ ОСЯДЕТ ВИРУС, И ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ ЗАРАЗИТЬСЯ.



НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ ПРОТИРАЙТЕ ЛЮБЫМ ДЕЗИНФЕКТАНТОМ РУЧКИ ДВЕРЕЙ.



УТРОМ И ВЕЧЕРОМ ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ КВАРТИРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОБЕЗЗАРАЖИВАЮЩИХ СРЕДСТВ.



ЖЕЛАТЕЛЬНО ТРИ-ЧЕТЫРЕ РАЗА В ДЕНЬ ПО ОДНОМУ ЧАСУ ПРОВОДИТЬ КВАРЦЕВАНИЕ КОМНАТЫ, ИСПОЛЬЗУЯ ПРИБОРЫ ТИПА АРМЕД ИЛИ ДРУГИЕ РЕЦИРКУЛЯТОРЫ И ВОЗДУШНЫЕ ФИЛЬТРЫ С ФУНКЦИЕЙ ДЕЗИНФЕКЦИИ УЛЬТРАФИОЛЕТОМ.



УВЛАЖНЯЙТЕ ВОЗДУХ В КВАРТИРЕ И ПРОВЕТРИВАЙТЕ ЕЕ НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ ПО 20 - 30 МИНУТ.



ПРИМЕНЯЙТЕ В КВАРТИРЕ ПРИРОДНЫЕ ФИТОНЦИДЫ: МЕЛКО НАРЕЗАННЫЕ ИЛИ ДАВЛЕННЫЕ ЛУК, ЧЕСНОК, ЛИМОН, А ТАКЖЕ ЭФИРНЫЕ МАСЛА.



В ПИТАНИИ ОБЯЗАТЕЛЬНО МАКСИМАЛЬНО ИСПОЛЬЗУЙТЕ БОГАТЫЕ ВИТАМИНАМИ СВЕЖИЕ ОВОЩИ И ФРУКТЫ.



НЕ ПОСЕЩАЙТЕ БЕЗ НЕОБХОДИМОСТИ МЕСТА НЕ ТОЛЬКО МАССОВОГО, НО ЛЮБОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ. ЕСЛИ ВСЕ-ТАКИ ПРИДЕТСЯ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ. НО ПОМНИТЕ: ЕЕ ЭФФЕКТ ДЛИТСЯ НЕ БОЛЕЕ ДВУХ ТРЕХ ЧАСОВ.



ПРИ ЛЮБОЙ ИНФЕКЦИИ ВАЖНО ПОДДЕРЖИВАТЬ СОСТОЯНИЕ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ. ПОЭТОМУ В ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ ЖЕЛАТЕЛЬНО ПОСЛЕ КОНСУЛЬТАЦИИ С ВРАЧОМ СДЕЛАТЬ АНАЛИЗ КРОВИ И ИММУНОГРАММУ. В СЛУЧАЕ СНИЖЕННЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРИМЕНЯЙТЕ ПЕПТИДНЫЕ ПРИРОДНЫЕ ЛЕКАРСТВА, ПРЕПАРАТЫ ВИЛОЧКОВОЙ ЖЕЛЕЗЫ. В РОССИИ ОНИ ПРОИЗВОДЯТСЯ ЕЩЕ С СОВЕТСКИХ ВРЕМЕН И СОЗДАНЫ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИММУНИТЕТА ВОЕННЫХ.



СТАРАЙТЕСЬ ПРДДЕРЖИВАТЬСЯ САМОИЗОЛЯЦИИ. ЗДОРОВЬЕ ВАЖНЕЕ ЛЮБОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ.

