

На что провериться после «суток»: рекомендованный чек-лист

 belaruspartisan.by/life/513245

Этот список минимальный. Если после выхода на свободу есть еще какие-то жалобы на здоровье (особенно при наличии хронических заболеваний), необходимо дополнительно обратиться к профильному специалисту.

Консультации врачей

Осмотр дерматолога. В местах скопления людей выше всего риск заразиться микроспорией (лишаем) и подхватить вшей.

Главный симптом микроспории — появление характерных элементов округлой формы, красного цвета, которые шелушатся, зудят и увеличиваются в размерах. Однако на начальных этапах пятнышки могут быть не очень заметны, но при этом человек уже заразен для окружающих.

Такое заболевание, как педикулез, вызванное «соседством» вшей, очень неприятно заполучить в XXI веке. И хотя при обращении к врачу оно успешно лечится, его симптомы доставляют большой дискомфорт и сильно бьют по самооценке.

Основные симптомы педикулеза — зуд, сопровождающийся расчесами и иногда аллергией, а также огрубение кожи и меланодермия (пигментация) от массовых укусов вшей и влияния их слюны на дерму.

Врач-дерматолог сможет выявить эти заболевания на ранней стадии и назначит соответствующее лечение.

Осмотр травматолога. При наличии травм стоит обратиться за помощью в лечебное учреждение. Это может быть как ближайший травмпункт или больница, так и платная поликлиника.

Консультация психотерапевта. По большому счету, общение с психотерапевтом не повредит не только тем, кто находился в МЛС, но и тем, кто относит себя к отрядам «диванных войск». Психологические стрессы, связанные с конфликтами в обществе, являются результатом:

- насильственного или добровольного перемещения;
- потерь и горя;
- социальной изоляции;
- потери общественного статуса;
- потери общины;

— приспособления к новой в культурном отношении окружающей среде.

Среди проявлений такого стресса могут быть:

- депрессия и тревога;
- психосоматические расстройства;
- суицидальное поведение;
- семейные конфликты;
- злоупотребление алкоголем;
- антисоциальное поведение.

Доказано, что сильный длительный стресс нарушает работу почти всех систем организма, а также снижает иммунитет, то есть повышает вероятность заражения любым инфекционным заболеванием.

Поэтому работу психотерапевта в случае экстремальных для человека условий сложно переоценить. И если лишаи можно вылечить за месяц, то на восстановление психики могут уйти годы.

Анализы

Анализ на коронавирус. Рост заболеваемости коронавирусом сейчас отмечается во всех странах мира, и Беларусь не исключение. Правда, не очень понятно, то ли это вторая волна, то ли это все еще первая, но факт остается фактом: COVID-19 никуда не делся.

Сообщают о случаях нахождения в одной камере здоровых людей и людей с подтвержденным коронавирусом. Поэтому при возникновении повышенной температуры, катаральных явлений (симптомов ОРВИ) рекомендуется сдать анализ на коронавирус.

Анализы на ВИЧ и гепатит. Такими заболеваниями, как ВИЧ и гепатит, к сожалению, тоже иногда можно заразиться в местах изоляции и лишения свободы.

По данным 2019 года, в Беларуси в МЛС находится более 1000 человек с ВИЧ, и только с гепатитом С — несколько тысяч.

Для того чтобы возникла вероятность заражения ВИЧ и гепатитом, необходимо наличие такого фактора, как контакт с кровью больного человека. Если такого контакта не было, анализы сдавать не нужно.

Если были травмы, анализы на ВИЧ и гепатит рекомендуется сдать.

Чтобы результат исследований был корректным, делать их нужно не сразу после освобождения, а через 2-3 месяца.

Также если вы плохо себя чувствуете, можно обратиться к терапевту и сдать общие анализы, чтобы увидеть, где в организме есть сбой.

Берегите себя и своих близких!