



## Зубы не чистим, спиртное – не пьем

### ПЦР-тест на COVID-19: как подготовиться к сдаче анализа

**В условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции Роспотребнадзор напоминает, что при сдаче ПЦР-теста необходимо соблюдать определенные рекомендации.**

**- Что будет, если есть или пить перед сдачей мазков для теста ПЦР?**

По инструкции к наборам для ПЦР-исследования на SARS-CoV-2 взятие мазков рекомендуется проводить не раньше 3-4 часов после последнего приема пищи. Дело в том, что коронавирус SARS-CoV-2 живет внутри эпителиальных клеток. Для ПЦР-исследования важно получить мазок с достаточным количеством инфицированных клеток. В момент проглатывания еды эпителиальные клетки механически слущиваются пищевым комком с поверхности слизистой оболочки. Если взять мазок сразу после еды, в пробирку может попасть недостаточное количество инфицированных клеток. В этом случае, пациент может получить ложноотрицательный результат анализа. То же самое касается питья. Вода смывает с поверхности миндалин, задней стенки глотки инфицированные клетки.

**- Можно ли пользоваться лекарственными средствами в нос и горло (капли, спреи, антисептики) перед сдачей мазков?**

Перед взятием мазков ни в коем случае нельзя использовать лекарственные средства для местного применения (капли, спреи и др.). После их применения количество вируса на слизистой снижается и увеличивается вероятность получения ложноотрицательных результатов ПЦР-теста.

**- Можно ли употреблять алкоголь перед сдачей теста ПЦР и как это повлияет на результат?**

Алкоголь содержит этиловый спирт (этанол), который также входит в состав многих антисептических средств. По рекомендациям Роспотребнадзора, для эффективного антисептического действия в составе дезинфицирующего средства должно быть не менее 60-80% этилового спирта. Хотя в состав спиртных напитков (обычно) входит меньше этанола, чем необходимо для дезинфекции, но после приема алкоголя вероятность выявления коронавируса в мазке также может снизиться.

**- Почему нельзя чистить зубы перед сдачей теста ПЦР?**

Основная цель на этапе взятия мазков для ПЦР-исследования – получить биологический материал с достаточным количеством клеток, пораженных коронавирусом. Применение любых очищающих средств для полости рта снижает количе-

ство вируса в получаемом мазке. Зубная паста может содержать антисептические компоненты. Попадание ее остатков в пробирку с мазком может мешать проведению анализа. Кроме того, чистка зубов требует еще и дополнительного полоскания рта, что также не рекомендовано перед забором биоматериала.

**- Применение косметики (помады, блески и бальзамы для губ) может повлиять на результат теста?**

Материал для исследования берут не из полости рта, а из зева и носоглотки. Если соблюдать все правила взятия мазка и не прикасаться зондом к губам, то наличие декоративной косметики не должно помешать получению адекватного материала для ПЦР-теста. Но при случайном попадании в пробу косметические средства могут замедлить ПЦР-реакцию. Поэтому лучше декоративную косметику нанести уже после того, как мазок был взят.

#### ➤ Важно!

Минимум за 3 часа до взятия мазков из ротоглотки (зева) нельзя: принимать пищу, пить, чистить зубы, полоскать рот/горло, использовать спрей-освежитель для ротовой полости, жевать жевательную резинку, курить.

Минимум за 3 часа до взятия мазков из носоглотки нельзя: промывать нос, использовать спреи, капли, мази для носа.

За два дня до взятия мазка рекомендуется отказаться от употребления спиртных напитков.

**- Откуда все-таки берут мазок: из зева или носоглотки?**

И из зева, и из носоглотки. Входными воротами для вируса SARS-CoV-2 являются верхние дыхательные пути. После попадания на слизистые носо- и ротоглотки (зева) вирус начинает размножаться в эпителиальных клетках. Поэтому в конце инкубационного периода и в первые дни клинических проявлений наиболее информативными являются мазки именно из этих областей. Для исследования мазок берут с поверхности миндалин, небных дужек и задней стенки ротоглотки. При взятии мазка из носоглотки зонд вводят по наружной стенке носового хода на достаточную глубину. Мазок, взятый со слизистой преддверия носа, может не выявить РНК коронавируса SARS-CoV-2.

Роспотребнадзор России

ства (при наличии), при необходимости – иных данных (по соглашению сторон), в том числе:

- 1) о наличии особых профессиональных навыков;
- 2) назначить уполномоченного представителя и в письменном обращении проинформировать об этом учреждение;
- 3) обеспечить соблюдение требований в отношении конфиденциальной и персональной информации, ставшей известной в результате исполнения соглашения, в соответствии с законодательством Российской Федерации;

4) обеспечить соблюдение правовых норм, регламентирующие работу учреждения, в том числе правила внутреннего распорядка учреждения;

5) содержать предоставленные учреждением помещения, места для хранения, технические средства, оборудование в надлежащем санитарно-гигиеническом и техническом состоянии;

6) согласовывать с учреждением мероприятия, запланированные к реализации на его территории и при участии его клиентов, план проведения запланированных мероприятий;

7) представлять учреждению отчеты о выполненных работах и об итогах проведения мероприятий;

8) обеспечивать предоставление психологической помощи, психологической реабилитации;

9) обеспечивать возмещение вреда жизни и здоровью, понесенному добровольцем при осуществлении им добровольческой (волонтерской) деятельности.

3) Права учреждения:

- информировать организатора добровольческой (волонтерской) деятельности о потребности в привлечении добровольцев (волонтеров);

- обеспечить поддержку организатора добровольческой (волонтерской) деятельности, добровольцев (волонтеров).

4) Обязанности учреждения:

- обеспечить предоставление помещений, а также технических средств и оборудования для обеспечения деятельности добровольцев (волонтеров);

- обеспечить предоставление возможности и условий для осуществления добровольческой (волонтерской) деятельности круглогодично или в установленный период времени;

- информировать в письменной форме до заключения соглашения о сотрудничестве организатора добровольческой (волонтерской) деятельности об ограничениях и рисках, связанных с осуществлением добровольческой (волонтерской) деятельности, правовых нормах, регламентирующих работу учреждения, о необходимых режимных требованиях и о других правилах, соблюдение которых требуется организатором добровольческой (волонтерской) деятельности, а также своевременно уведомлять его об изменениях этих норм и правил;

5) Заключительные положения:

- обязательства организатора добровольческой (волонтерской) деятельности и учреждения своевременно информировать друг друга о проблемах и затруднениях, возникающих при исполнении соглашения, а также совместно обсуждать и оценивать результаты

деятельности организатора добровольческой (волонтерской) деятельности;

- условия вступления в силу, продления и расторжения соглашения, разрешения споров, в том числе с привлечением, при необходимости органа местного самоуправления, являющегося организатором (упредителем) учреждения.

20. В случае неполучения органом местного самоуправления, учреждением в течение 14 рабочих дней со дня получения проекта соглашения организатором добровольческой деятельности, добровольческой организацией подписанныго соглашения, отказа от подписания проекта соглашения, либо протокола разногласий к проекту соглашения, организатор добровольческой деятельности, добровольческая организация считаются отказавшимися от подписания проекта соглашения.

**РАСПОРЯЖЕНИЕ**  
Главы Арамильского городского округа

от 30.11.2020 № 128  
г. Арамиль

**О внесении изменений в распоряжение Главы Арамильского городского округа от 27.03.2020 № 22 «О принятии мер по нераспространению коронавирусной инфекции (COVID-19)»**

В целях реализации Указа Президента Российской Федерации от 02 апреля 2020 года № 239 «О мерах по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской Федерации в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», во исполнение требований Указа Губернатора Свердловской области от 27.11.2020 № 648-УГ «О внесении изменений в Указ Губернатора Свердловской области от 18.03.2020 № 100-УГ «О введении на территории Свердловской области режима повышенной готовности и принятии дополнительных мер по защите населения от новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)», на основании статьи 101 Областного закона от 10 марта 1999 года № 4-ОЗ «О правовых актах Свердловской области», в соответствии со статьей 28 Устава Арамильского городского округа:

Внести в распоряжение Главы Арамильского городского округа от 27.03.2020 № 22 «О принятии мер по нераспространению коронавирусной инфекции (COVID-19)» следующие изменения:

в частях первой – третий пункта 19-1 слова «с 21 по 28 ноября 2020 года» заменить словами «с 28 ноября по 12 декабря 2020 года», слова «6-10 классов» – словами «8-10 классов»;

в частях четвертой – шестой пункта 19-1 слова «с 21 по 28 ноября 2020 года» заменить словами «с 28 ноября по 12 декабря 2020 года».

2. Опубликовать настоящее распоряжение в газете «Арамильские вести» и разместить на официальном сайте Арамильского городского

Глава Арамильского городского округа В.Ю. Никитенко

## Опробуем первыми

**Выборы депутатов Молодежного парламента Свердловской области V созыва на основе специальной технологии.**

В начале следующего года в нашем регионе состоятся выборы депутатов Молодежного парламента Свердловской области V созыва – МПСО. Впервые они будут проходить три дня – с 26 по 28 февраля 2021 года, и впервые в абсолютно новом формате.

Весь процесс – от выдвижения кандидатов и их регистрации, всей агитации, самого голосования и наблюдения за ним, подсчета голосов и подведения итогов – на одной онлайн-площадке. Наша молодежь, а избирать и быть избранными смогут молодые жители области до 35 лет, первой опробует голосование на основе технологии блокчейн. Технология блокчейн – это абсолютная открытость и защищенность. Она не только обеспечивает тайну голосования, но и позволяет избирателю проверить, верно ли учтен его голос.

Для этого уже разработана и запущена в тестовом режиме специальная интернет-платформа миксо.рф. Все, что нужно сделать для участия в формировании Молодежного парламента региона – это стать зарегистрированным пользователем единого портала выборов МПСО. Всего пять кликов, не выходя из дома, и вы – избиратель, наблюдатель или даже кандидат. Краткие

алгоритмы, как это сделать, уже доступны на сайте.

Регистрация избирателей на едином портале выборов МПСО стартует уже 1 декабря – стать ими могут жители области в возрасте от 14 до 35 лет. А вот баллотироваться в депутаты можно лишь с 16 лет – все правила участия в выборах парламента в деталях размещены на миксо.рф. Наблюдать же за процессом первых полноценных выборов в интернет-пространстве смогут все желающие без ограничений по возрасту или месту жительства.

В нашем регионе Молодежный парламент работает уже 8 лет и является совещательным органом при Законодательном Собрании Свердловской области. Он состоит из 50 депутатов: 25 из них избираются от молодежных общественных объединений, еще 25 – путем самовыдвижения по одному из одномандатных избирательных округов. Срок полномочий созыва – 2 года. Проводит и организует выборы Молодежная избирательная комиссия Свердловской области.

МПСО сегодня – это уникальная площадка для молодых людей. Здесь они знакомятся с законотворчеством изнутри, пробуют себя в качестве помощников «взрослых»



**Основные этапы избирательной кампании по выборам депутатов Молодежного парламента Свердловской области V созыва:**

1. Регистрация избирателей на едином портале выборов – с 1 декабря 2020 года по 28 февраля 2021 года.

2. Назначение выборов – с 18 декабря 2020 года по 2 января 2021 года.

3. Выдвижение кандидатов и сбор голосов поддержки избирателей (лайков) – по 5 февраля 2021 года.

4. Регистрация кандидатов – по 8 февраля 2021 года.

5. Агитация – с момента выдвижения по 28 февраля 2021 года.

6. Голосование с 26 по 28 февраля 2021 года

депутатов, придумывают, разрабатывают и реализовывают значимые и полезные социальные проекты для своих городов. В V созыве молодые депутаты будут еще и учиться – к практическому блоку планируется добавить образовательный. Уже разработаны специальные модули по обучению политической и электоральной культуре.

Старт избирательной кампании уже близко. Присоединяйтесь к молодежной команде Свердловской области.

### Участники избирательной кампании

Избиратель: гражданин РФ в возрасте от 14 до 35 лет постоянно или временно проживающий на территории Свердловской области

Кандидат: гражданин РФ в возрасте от 16 до 35 лет постоянно или временно проживающий на территории Свердловской области

Наблюдатель: любой гражданин РФ без ограничений по возрасту и месту жительства