Китайский коронавирус – это не зомби-апокалипсис!

Пора сделать глубокий вдох и успокоиться

Мы ни в коем случае не преуменьшаем серьезности нового коронавируса, который распространяется по всему миру. Люди умирают, и каждая смерть - это трагедия. Но это не конец цивилизации, хотя многие средства массовой информации делают всё, чтобы вызвать неоправданную тревогу и панику. Заголовки зловеще пестрят: «Ухань - эпицентр смертельного коронавируса.» «Ситуация в Китае критическая.»

На обложке одной из газет было изображено, как уханьский медик расплакался. Другое фото на обложке изображает груду трупов, что в последствии оказалось фальшивкой. Издание Daily Mail цитирует одного из исследователей: «На этот раз я боюсь», - жалуется эксперт, помогавший бороться с ТОРС. Другой ученый смоделировал подобную эпидемию и, по его прогнозам, она якобы унесет жизни 65 миллионов человек. В заголовке не было сказано, что это был худший сценарий для вируса, более смертоносного, чем атипичная пневмония, которым легче заразиться, чем гриппом. И не было указано, что это очень маловероятный сценарий.

Важно рассмотреть риски в перспективе. Коронавирус проявляется не тяжелее, чем ежегодный грипп. Главное отличие состоит в том, что нет вакцины, и на ее разработку, скорее всего, уйдут месяцы. Это звучит еще более пугающе и зловеще, потому что это нечто новое, таинственное и родом из другой страны. Загадочность ситуации усугубляется еще и ее предполагаемым происхождением: змея на рынке экзотических животных в городе Ухань, где продавалось все - от коровьих голов до верблюдов, лисиц, барсуков, а также множество крыс и рептилий.

Страшно смотреть репортажи о том, как чиновники здравоохранения Китая в резиновых перчатках, хирургических масках, защитных очках и защитных костюмах обращаются с пациентами. Но эти образы должны быть уравновешены с реальностью. Ежегодно десятки тысяч людей по всему миру умирают от вируса гриппа. По оценкам Центра по контролю и профилактике заболеваний, только в прошлом году в США от гриппа умерло около 40 000 человек. Два года назад уровень смертности был самым низким за последние десять лет - 61 000 человек. Большинство интернет-источников скажут вам, что эта цифра была ближе к 80 000, но Центр по контролю за заболеваниями позже пересмотрел эту цифру в сторону уменьшения.

Во время сезонной эпидемии гриппа в 2018-2019 годах в США около 75% всех смертей были в возрасте 65 лет и старше. Примерно 17% были в возрасте от 50 до 64 лет. Эти две категории составляют 91% всех смертей. Но присмотритесь внимательнее, и вы увидите, что у многих из них был целый ряд ранее существовавших заболеваний, которые ослабили их иммунитет. Первые сообщения из Китая подтверждают это. Ведь большинство из скончавшихся, уже имели плохое здоровье. В одном предварительном докладе средний возраст смерти был определен как 75 лет. Как отмечает Майкл Фументо, вирус почти наверняка поразит Китай сильнее, чем развитые западные страны. Не потому, что у нас лучше лекарства, а потому, что жертвы гриппа в этих странах часто умирают от вторичных инфекций из-за плохого медицинского обслуживания. Тогда как в таких странах, как США, люди редко умирают от таких инфекций. Заражение коронавирусом не является смертным приговором, но если вы пожилой человек или у вас есть основное медицинское

заболевание, вы должны принять меры предосторожности. Но это всё тот же совет, который врачи дают каждый год при гриппе.

Все указывает на то, что этот коронавирус гораздо мягче, чем два его родственника: ТОРС и БВРС. Когда ТОРС (тяжелый острый респираторный синдром) вспыхнул в Китае в 2002 году, он пришел от кошек циветты и имел смертность около 10%. В 17 странах было зарегистрировано чуть более 8000 случаев заболевания. ТОРС - это разновидность нового коронавируса. В 2012 году другая разновидность вируса вспыхнула на Ближнем Востоке и была названа ближневосточным респираторным синдромом или БВРС. Этот вирус имел гораздо более высокий уровень смертности - около 35%, но он затронул только 2500 человек и им было гораздо труднее заразиться, чем ТОРС. Передача вируса была связана с верблюжьим мясом. Хорошая новость о новом вирусе заключается в том, что, хотя он, по-видимому, распространяется легче, чем два его предшественника, он гораздо менее опасен. Это согласуется с общим правилом: чем более смертоносен вирус, тем труднее им заразиться.

Возможно, самая большая проблема, с которой сталкиваются власти, заключается в том, что новый коронавирус является относительно мягким. При ОРВИ и БВРС люди имели ярко выраженные признаки, и их легко было идентифицировать. С новым же вирусом, вы можете им заразиться и даже не знать об этом. Исходя из первых статистических данных, смертность от коронавируса составляет примерно 3%, но истинное число, вероятно, намного ниже, учитывая вероятность того, что многие люди уже были инфицированы, но не были достаточно больны, чтобы даже обратиться за лечением. Распространится ли вирус по всему миру? Да, потому что это уже произошло. Но распространится ли он массово? Это еще предстоит выяснить. Но если это случится, ожидайте, что это будет не страшнее, чем грипп.

Остерегайтесь социальных сетей

В 1597 году Фрэнсис Бэкон писал, что «знание само по себе есть сила». Чем больше мы узнаем о коронавирусе, тем лучше. В 2020 году у нас больше информации, чем Бэкон мог бы себе представить. Проблема в том, что большая часть этой информации в интернете остается непроверенной. Хотя Бэкон жил в Средневековье, когда медицина была в зачаточном состоянии, у него были некоторые преимущества, которых нет у нас. У него не было мобильного телефона, Facebook, YouTube и Twitter. У него также не было современных средств массовой информации, создающих массовое безумие. Эпидемии хорошо продают. В то время как некоторые новостные каналы были очень ответственны в своих репортажах, другие были совершенно апокалиптическими. Заголовки газет часто ссылаются на «смертельный» коронавирус. «Молния! Вирусы убивают людей!» Ключевой вопрос: «Чем это отличается от предыдущих вспышек?»

Опасность в том, что социальные сети распространяют страх и смятение. Их щупальца могут достичь любого уголка земного шара в одно мгновение ока. Мы живем в том, что Маршалл Маклюэн назвал «глобальной деревней». «К сожалению, новый информационный век изобилует дезинформацией, слухами, фальшивыми новостями, теориями заговора, фейками и фотошопами, которые могут распространять панику быстрее, чем любой вирус. Вирусные СМИ могут подорвать доверие к органам здравоохранения и привести ко всему - от массовых беспорядков в карантинных зонах до панических накоплений и покупок, банковских операций и распродаж на фондовом рынке.

Во время эпидемии кори во Вьетнаме в 2014 году интернет-слухи и заявления о том, что правительство лгало народу о серьезности вспышки, вызвали панику и тем самым эпидемию стало намного сложнее контролировать.

Как подавить панику? Противоядием от страха и неопределенности является прозрачность и своевременная, точная информация из надежных источников. Проблема этой стратегии заключается в том, что мы живем в эпоху недоверия к правительству и средствам массовой информации. Недоверие процветает во многих частях мира, о чем свидетельствует недавняя волна антиправительственных протестов и беспорядков, прокатившаяся по всему миру в 2019 году от Южной Америки до Азии и от Европы до Африки. Многие эксперты связывают этот всплеск с социальными сетями и их способностью распространять информацию. Но социальные сети - это палка о двух концах. Интернет изобилует дезинформацией и ложью, особенно о здоровье. Некоторые из этих заявлений, такие как «вакцины вредны для вас», привели к повторному возникновению предотвратимых заболеваний, таких как корь и полиомиелит. Люди, как правило, тяготеют к утверждениям, которые поддерживают их ранее существовавшие убеждения, и принимают их.

Если бы Фрэнсис Бэкон был жив сегодня, он почти наверняка был бы в восторге от нашего научного прогресса и количества информации, накопленной человечеством. Он был бы в равной степени озадачен количеством людей, которые не используют его и кажутся более согласными с верованиями времен средневековья, чем с наукой 21-го века. По словам Карла Сагана: «Где бы мы ни испытывали сильные эмоции, мы склонны обманывать себя.» Человеческая склонность распространять страх и дезинформацию через вирусные носители может причинить больше вреда, чем сам коронавирус.

Оригинальная статья: Robert Bartolomew - The Chinese Coronavirus Is Not the Zombie Apocalypse, January 2019
Перевод: Остренко Анна Александровна
Редактор: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна
Источник изображения: pixabay.com
Ключевые слова: психотерапия, паника, социальные сети, коронавирус, эпидемия, психология толпы.

