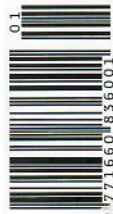


ABOUTSWISS.CH
Все о Швейцарии на русском языке

Schweizer Magazin auf russisch
Magazine suisse en russe

Издается с 2004 года

#01-02/178
Январь — февраль 2021



CHF 10.00

Р Ш

РУССКАЯ
ШВЕЙЦАРИЯ



**Секрет сэра Арнольда Ланна:
на лыжах можно кататься
и для удовольствия 30**

В номере

1

Эмилия Назаренко

История Дворец Наций. План сохранения наследия **4**

Мэтью Аллен

Финансы Электронный франк? Центральный банк Швейцарии думает **7**

Самуэль Жабер, Людмила Клот

Бизнес Мыло — настоящий швейцарский продукт **8**

Анастасия Сорвачева

Общество На пути к новой жизни **12**

Сергей Лакутин

Право Нарушение на дорогах. Какое следует наказание **14**

Анна Сандермоен, Шетил Сандермоен

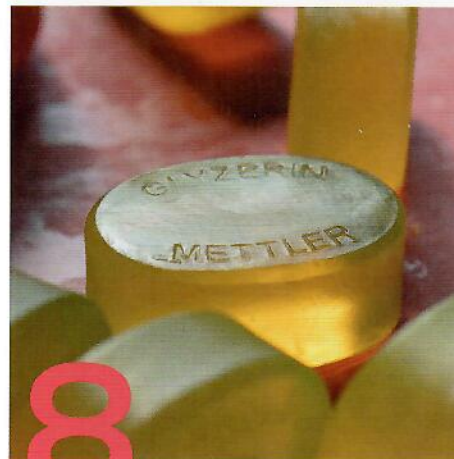
Экономический ликбез Все работы хороши. Как не ошибиться в выборе? **16**

Всеволод Бернштейн

Часовой клуб: часы О пользе колебаний **18**

Ольга Бровчук

Часовой клуб: ювелирные украшения Выбор драгоценностей по гороскопу: за и против **20**



8



18

Тема номера

Шаг за шагом

Михаил Сауткин

Калейдоскоп Шаги лучшей части человечества **24**

Екатерина Крэмер

Парадоксы пожилого возраста Шаг в новое время **28**

Алина Тукалло

По снегу Лыжный след на снегу **30**

Дарья Шори

По горам Шаги к вершинам и шаг в расщелину. Две истории **34**

Михаил Сауткин

По лестнице Вверх и вниз **37**

Андрей Федорченко

От земли Шагая по тучам **40**

Людмила Крючкова

Заметки психолога Безопасный шаг в новый год **42**

Евгения Цвинг

С питомцем Собачья школа и другие особенности собаководства в Швейцарии **44**

23

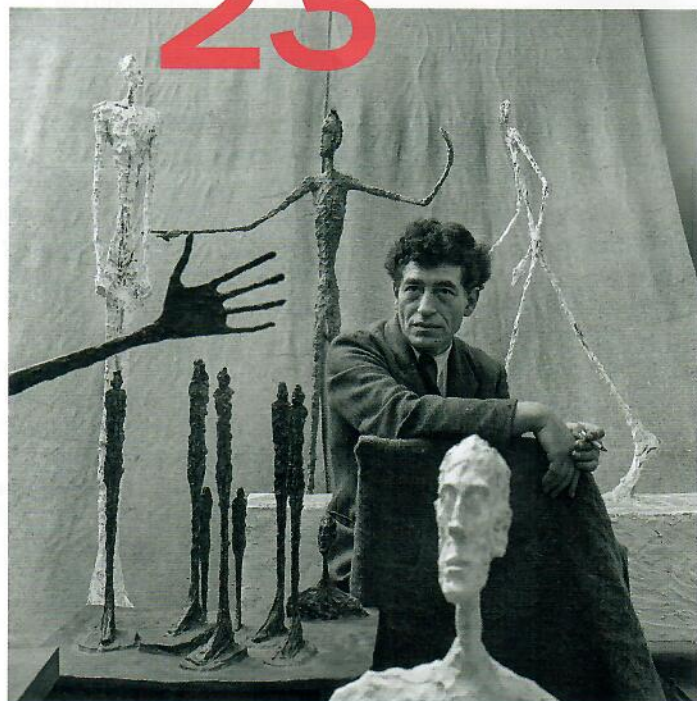


ФОТО: THOMAS KERY / SWISSINFO.CH

ФОТО: PPR / CARL F. BUCHNER

© THE GORDON PARKS FOUNDATION
© ALBERTO GIACOMETTI / ESTATE / BILDRECHT, VIENNA, 2014

На пути к новой жизни

Текст

АНАСТАСИЯ СОРВАЧЕВА¹

Коронавирус перевернул нашу жизнь. То, что раньше казалось естественным, простым, логичным в мерном потоке жизни, сегодня требует от нас если не мужества, то по крайней мере сознательного взвешивания всех рисков, плюсов и минусов. Поездка за границу, поход в музей и ресторан, выход на работу, встреча с друзьями — элементарные ранее вещи сегодня регулируются волнами пандемии. Стоит ли говорить, что более серьезные решения, как то: планирование пополнения семьи, продолжение рода, зачатие — в современной реальности вдруг превратились в мужественный шаг на пути к новой жизни.

В осеннюю волну пандемии стало известно, что беременные входят в группу риска развития коронавирусной инфекции по тяжелому сценарию. Что это значит? Стоит ли вообще сейчас беременеть? Надо ли начинать терапии, нацеленные на зачатие? Вредит ли коронавирус будущему малышу? Журналист «РШ» задала волнующие вопросы европейским врачам.

Наносит ли коронавирус особый вред беременным?

Др. мед. Максимилиан Муртингер (Австрия)²: Вопрос, подвержены ли беременные женщины особому риску в связи с SARS-CoV-2, до сих пор является темой актуальных исследований, и ответы на него постоянно видоизменяются. Если весной мы исходили из того, что беременные не входят в особую группу риска, то сегодня на основании научных данных мы пришли к консенсусу: для беременных существует несколько повышенный риск попадания в реанимацию. Вследствие этого многие страны уже изменили свои директивы или сейчас их меняют. При этом важно отметить, что если мы рассматриваем ситуацию в целом, то абсолютный риск является минимальным. Это значит: большинство беременных переносит болезнь в легкой или среднетяжелой форме, подобной простуде или гриппу.

Др. мед. Флориан Гетце (Швейцария)³: Беременные с острой инфекцией коронавируса согласно полученным на данный момент знаниям входят в группу риска развития болезни Covid-19 по тяжелому сценарию с попаданием в реанимацию, а также с преждевременными родами. Кроме того, беременные подвержены тем же известным общемедицинским факторам риска, что и остальные. При этом пациенткам без симптомов тесты не проводятся. Критерии тестирования для всех одинаковы согласно BAG (Швейцарскому Ведомству Здравоохранения).

Стоит ли вообще в данное время задаваться вопросами продолжения рода и в частности обращаться к возможностям репродуктивной медицины?

Др. мед. Максимилиан Муртингер: Нам не приходится исходить из того, что SARS-CoV-2, как его

предшественник SARS-CoV-1, возьмет и вдруг исчезнет, как это было в 2004 году. Это означает, что жить в такой ситуации нам придется очень долго, а потому надо научиться с ней обходиться. Хотя последние сообщения о допуске вакцины от короны звучат многообещающе, не стоит забывать, что пока эта вакцина дойдет до широких слоев населения, а не только до тяжелобольных и медперсонала, пройдет еще много времени. И это то время, которого у многих желающих стать родителями просто нет. После 39 лет шансы женщины реализовать свое желание завести ребенка резко снижаются, и долгое ожидание только усугубит ситуацию. Но и молодым женщинам с ограниченными резервами яичников ждать не рекомендуется.

Др. мед. Наталия Савельева (Чехия)⁴: В общем и целом противопоказаний для проведения лечения бесплодия во время пандемии нет. Очевидно, что психическое здоровье, способность переносить стресс в связи с лечением — вот важные факторы, влияющие на позитивный результат. Если поездки, планирование и проведение гормоностимуляции негативно влияют на настроение и спокойствие пациентки, то мы рекомендуем отложить лечение до того момента, пока общая ситуация не нормализуется.

Др. мед. Флориан Гетце: Общие правила такие — по состоянию на конец 2020 года кантональные и национальные директивы не вводят ограничений на активное лечение бесплодия и репродуктивные терапии. Также, согласно Швейцарскому обществу репродуктивной медицины (SGRM) и Европейскому Обществу по вопросам репродукции человека и эмбриологии (ESHRE), разрешается планировать и проводить все возможные типы лечения. И тем не менее на вопрос, начинать терапию или нет, всегда надо отвечать, исходя исключительно из индивидуальной ситуации каждого пациента и при учете всех влияющих на нее факторов. Для молодых женщин, недавно ощутивших желание завести ребенка, с хорошими репродуктивно-медицинскими прогнозами и в положительном эмоциональном состоянии, наверное, верным решением может стать целенаправленно отложить терапию и подождать.

Что делать сегодня женщинам, желающим стать мамами после 40?

Др. мед. Моника Аура (Испания)⁵, др. мед. Франческа Бонжоанни (Италия)⁶: Технологии дарят нам возможность затормозить время: женщинам можно заморозить свои яйцеклетки, а оплодотворение провести тогда, когда наступит правильный для женщины момент, например, улучшится ситуация с короной.

Др. мед. Флориан Гетце: После 40 действует правило — ни в коем случае не терять времени и, несмотря на пандемию короны, в ближайшее время обсудить план действий с репродуктологом.

На что женщинам, желающим завести ребенка сейчас, обращать внимание?

Др. мед. Максимилиан Муртингер: Важно проверить у каждой женщины, желающей иметь ребенка, личные факторы риска, как то: индекс массы тела или наличие заболеваний. Кроме того, мы настоятельно рекомендуем всем пациентам соблюдать правила гигиены. Также важно в современной ситуации свести все контакты до необходимого минимума. При подозрении на инфицирование следует действовать мгновенно: тут же сделать тест на SARS-CoV-2 и проинформировать и репродуктологов, и своих терапевта и гинеколога. Кстати, такие меры относятся не только к актуальной пандемии, но и к возвращающимся волнам гриппа. Они тоже не всегда безопасны — особенно если беременность уже наступила. Поэтому во время гриппа разумно перманентно соблюдать рекомендованные вам профилактические меры. Дополнительно в данной ситуации стоит сделать прививку от гриппа. Ее без риска можно сделать и после наступления беременности.

Какие меры безопасности предприняты в «нековидных» клиниках?

Др. мед. Флориан Гетце: Защита клиник обеспечивается сегодня по протоколу гигиены и безопасности. Он включает в себя общие для всех меры предотвращения распространения инфекции и новых заражений среди пациентов и сотрудников (пространственное разделение пациентов и путей их соприкосновения друг с другом, отказ во входе сопровождающим, постоянное проветривание, ношение масок, дезинфекцию поверхностей и т.д.). Пациенты с симптомами последовательно тестируются на Covid-19, и в случае сомнений плановые терапии прерываются. Кроме того, мы располагаем планами действий в экстренных ситуациях внутри и вовне клиник, которые позволяют продолжить лечение пациентов в случае, если команду нашего медицинского центра выведет из строя острая инфекция или карантин из-за Covid-19.

Что произойдет с иностранными пациентами, если корона опять закроет все границы?

Др. Мигель Руз-Хорро (Испания)⁷: Поездки в другую страну для лечения и ассистированой репродукции — это не туризм, а возможность провести терапию,

в частности, бесплодия с максимальной эффективностью и безопасностью. Начиная с апреля в Испании не было ограничений на проведение лечения бесплодия ни у местных, ни у иностранных пациентов. Хотя иногда для въезда/выезда на лечение нужно предоставить соответствующие документы.

Др. мед. Наталия Савельева: Чехия разрешает поездки по медицинским показаниям. Кроме того, мы можем отказаться от первой личной консультации и организовать встречу с врачами онлайн для разъяснения и понимания лечения. Пациентки получают от нас необходимые медикаменты по почте или рецепты на приобретение медикаментов дома, четкие указания, как и что делать на какой стадии процесса, контакты многоязычного координатора лечения. Таким образом, само непосредственное пребывание в Праге можно сократить.

Др. мед. Моника Аура, др. мед. Франческа Бонжоанни: Сегодняшние формы телемедицины отлично подходят для лечения бесплодия и хорошо зарекомендовали себя в этой области. Телемедицина помогает нам сократить расстояния и всегда оставаться рядом с нашими пациентами.

Др. мед. Максимилиан Муртингер: Мы не думаем, что свобода передвижения будет ограничена в том же масштабе, как это было весной. Кроме того, медицинские учреждения Австрии не попадали под локдаун. Для наших пациенток и пациентов из-за границы сохранялась и сохраняется возможность пересечения границы. Мы выдаем всем необходимые документы для въезда в страну с целью лечения в нашем центре. И если для прохождения терапий власти обяжут пациентов делать тестирование на SARS-CoV-2, мы сами имеем возможность его провести на месте. □

- 1 Анастасия Сорвачева** — медицинский переводчик и соучредитель швейцарской компании медицинского туризма Airdoc Health Travel (www.airdoc.ch), помогающей клиентам организовать лечение в Швейцарии и за ее пределами. Весной 2021 года компания проведет в Цюрихе информационный уикенд для столкнувшихся с проблемой бесплодия «Желанный малыш» — с участием ведущих клиник и репродуктологов со всего мира. Подробнее о программе уикенда на www.kinderwunschinfo.ch
- Др. мед. Максимилиан Муртингер (Dr. Maximilian Murtinger)** — CEO/медицинский директор, клиника Nextclinic IVF Zentren Prof. Zech, Брегенц, Австрия.
- Др. мед. Флориан Гетце (Dr. Florian Götze)** — врач-специалист ФМШ в области репродуктивной медицины, акушерства и гинекологии, гинекологической эндокринологии, клиника 360° Kinderwunsch Zentrum, Цюрих, Швейцария.
- Др. мед. Наталия Савельева (Dr. Natalya Savelyeva)** — медицинский директор, клиника PFC Prague Fertility Centre, Прага, Чехия.
- Др. мед. Моника Аура (Dr. Mónica Aura)** — медицинский директор, клиника GeneraLife Ginefiv, Мадрид, Испания.
- Др. мед. Франческа Бонжоанни (Dr. Francesca Bongioanni)** — медицинский директор, клиника GeneraLife Livet IVF Center, Турин, Италия.
- Др. Мигель Руз-Хорро (Dr. Miguel Ruiz-Jorro)** — Сопредседатель клиники CREA-Valencia (Centro Médico de Reproducción asistida), вице-президент испанского Союза репродуктологов SEF, Валенсия и Мадрид, Испания.