

Человек против вируса: кто выживет

Грипп атаковал Россию. Во второй половине октября эпидемический порог был превышен сразу в нескольких регионах. Вклад «свиного» гриппа A/H1N1 в размер и характер эпидемии, по мнению Роспотребнадзора, очень велик.

Почти одновременно, в последних числах октября, паника накрыла западные области соседней Украины — сотни тысяч заболевших гриппом и ОРВИ и более 70 смертей. В стране отменены занятия во всех учебных заведениях, призыв в армию, а население атакует аптеки. В России этого нет и, хочется верить, не будет

— Слабость была, голова побаливала, сопли. Ну, думаю, устал после работы. Поехали на дачу к теще, погуляли, пиво попили, все такое. Вроде полегче стало. На следующий день проснулся — мне плохо. Измерили температуру: 39. Ну, думаю, надо лечиться русским народным способом — коньячку выпить. Выпил. Не хуже и не лучше, — вспоминает Виктор Т., сотрудник видеосервиса.

Он был одним из первых, кому официально поставили диагноз «грипп A/H1N1/sw-09». Сейчас таких в России больше двух с половиной тысяч. Это только по сводкам государственных органов, которые явно занижены.

Виктору Т. повезло. Он уже выздоровел и охотно дает нам интервью, иронизируя по поводу случившегося:

— А почему бы русскому человеку раз в год гриппом не поболеть?

...Первые заболевшие гриппом A/H1N1 были выявлены в Чите 3 октября. Случайно. Один из 25 анализов, в качестве предупредительной меры берущихся за неделю у больных ОРВИ, оказался положительным. В тот же вечер была госпитализирована целая семья: мужчина, вернувшийся из китайской провинции Маньчжурия, заразил двух своих детей.

Через месяц последним писком городской моды стали марлевые повязки, небрежно стянутые на шею: вроде и надел, и надоело. Модный аксессуар за пару недель в 10 раз подскочил в цене. Особо предприимчивые граждане приобретают маски оптом и продают их по организациям — такой сетевой маркетинг на бациллах.

24 октября две жительницы города и одна из поселка Первомайский Шилкинского района умерли в инфекционных отделениях читинских больниц. Одна из них была на 31–33-й неделе беременности. Ребенка спасти не удалось.

Медицинские чиновники уверяют: женщины получали всю необходимую терапию, а погибли из-за того, что слишком поздно обратились к врачам. Прокуратура обещает разобраться, насколько действия врачей были адекватны.

Результаты этой проверки будут пугающими в любом случае. Если окажется, что медики сделали все возможное, значит, через три дня после начала легкого недомогания может оказаться «слишком поздно». Если виноваты все-таки врачи, получается, что наша система здравоохранения далеко не всегда может защитить граждан от болезней мирового масштаба.

В России пандемия гриппа. Того самого «свиного», от которого нас до октября мужественно оборонял глава Роспотребнадзора Геннадий Онищенко. В каком-то смысле санитарные врачи были на сей раз главными «силовиками». Но теперь оборона прорвана.

И Роспотребнадзор, и Минздрав признают: в середине октября ситуация резко обострилась, еженедельно подтверждаются десятки случаев инфицирования вирусом A/H1N1/sw-09, а значит, на деле — десятки тысяч неподтвержденных.

По поражающей силе вирус за несколько дней вышел на первое место среди других возбудителей ОРВИ. Грипп проскочил эпидемический порог как минимум в семи субъектах Федерации. В Москве, например, заболевших на 80% больше, чем обычно в это время года, в абсолютном исчислении — за сто тысяч. И

пятеро умерших в стране. Это данные на первые числа ноября, сейчас, когда вы читаете наш журнал, они наверняка еще внушительнее.

Умирают не те

«Свиной» грипп не более чем выдумка. В этом убеждены 30% россиян, принявших участие в опросе Исследовательского центра портала Superjob.ru. Аргументы примерно такие: «“Свиной” грипп придумали фармацевтические компании, чтобы “впихивать” народу свои вакцины»; «Создавать психоз средства массовой информации умеют давно. Ни для кого не секрет, что за наличие такой информации журналистам приплачивают заинтересованные в этом лица» и так далее.

Можем поклясться, что «Русскому репортеру» ни одно из «заинтересованных лиц» не заплатило ни копейки (или подразумевались центы?). Мы совершенно искренне считаем, что вирус A/H1N1/sw-09 — это очень неприятная штука, о которой нужно писать, даже если наши публикации усугубляют страхи.

Мы не верим и в «заговор фармацевтов». Конечно, производители лекарств заработают на пандемии кругленькие суммы. Но в дождливую погоду производители плащей тоже получают неплохие прибыли. Однако этот факт не отменяет объективность существования осадков.

— Нет, это не заговор, — пытается оправдать своих коллег Геннадий Ширшов, исполнительный директор Союза профессиональных фармацевтических организаций. — Говорить о спекуляциях можно было летом, когда только появились первые случаи и их активно раздували. А сейчас ситуация уже довольно серьезная. Особенность этого гриппа в том, что он очень бурно развивается, а более-менее отдаленные последствия этого заболевания нам пока непонятны.

Действительно, по своим симптомам «свиной» грипп очень похож на грипп обычный. Различить их может только специальный лабораторный анализ. Но штамм A/H1N1/sw-09 имеет много неприятных отличий от своих собратьев.

Этот вирус — новый. У человечества еще нет к нему иммунитета. Сейчас по числу заболевших и в Европе, и в России именно «свиная» версия выходит на первое место, оттесняя на второй план грипп сезонный. Смертность в разных странах сильно колеблется — от 0,2 до 1,5% — и зависит от качества медицины. В общемировом масштабе получается около 1%, то есть примерно столько же, сколько и при обычном гриппе. Вот только смерти эти — другие.

К счастью, чаще всего болезнь протекает в легкой форме, не требует специального лечения и через неделю проходит даже без медикаментов. Но в тех случаях, когда пандемический вирус пробивает иммунитет сильнее обычного, появляются тяжелейшие симптомы, отличные от привычной гриппозной интоксикации.

Картина следующая. На 3–5-й день после появления первых симптомов состояние резко, в считанные часы, ухудшается. Развивается дыхательная недостаточность, больной уже не может самостоятельно дышать, и его нужно подключать к аппарату искусственного дыхания. Дальше все зависит от удачи и квалификации врачей. Именно эта форма болезни и дает такой процент смертности от «свиного» гриппа, какой редко бывает при инфицировании сезонным вирусом.

Причины резкого ухудшения: первичная вирусная пневмония, то есть поражение самим вирусом гриппа (70% всех смертельных исходов), и вторичная бактериальная пневмония (30%). Почему так, медики пока не могут разобраться.

— Опасность в том, что грипп за три дня «вычищает» организм так, что он становится совершенно беззащитным перед любой инфекцией, — рассказывает Геннадий Ширшов. — Но при «свином» гриппе на третий день может наступить облегчение: спадает температура, улучшается общее состояние, и многие выходят из дома. Тут-то и наступают осложнения. Причем, если это большой город, больной человек вступает в контакт с огромными массами людей.

До сих пор непонятно, почему большинство смертельных случаев приходится на взрослых людей до 50 лет, а пожилые умирают относительно редко. В США 32% умерших от «свиного» гриппа были в возрасте от 25 до 49 лет. То есть в самом расцвете сил. При сезонном гриппе все наоборот: 90% тяжелых и смертельных форм наблюдается у людей старше 65 лет.

Впрочем, есть и другие группы риска. Самыми уязвимыми на сегодня признаны три категории: беременные женщины, особенно во время третьего триместра беременности, дети в возрасте до двух лет и люди с

хроническими заболеваниями легких, включая астму.

Вирусная дружба народов

Российский университет дружбы народов (РУДН) стал одним из первых российских вузов, атакованных «свиным» гриппом.

— Я не хочу ходить в маске! Их надо носить, когда заболел, а не для того, чтобы охранять себя от болезни, — говорит чернокожая девушка невозможной красоты из Кении. — Я считаю, это неправильно, что у нас так много людей носят маски. И карантин — очень неудобно. Сейчас у нас разрешается заходить только в свой собственный корпус общежития. А студенты, которые любят друг друга, но живут в разных корпусах, видимо, должны заниматься этим на улице!

После того как появились сведения о первых заболевших, на некоторых потоках РУДН были отменены занятия и примерно каждый пятый студент ходил по кампусу в маске. При этом несколько учащихся умудрились заразиться, даже не посещая занятия. По мнению главврача, это означает, что они подхватили инфекцию не в институте, а где-то в городе.

Вообще-то, хоть студенты здесь и иностранные, связь «свиного» гриппа с их «иностранностью» пока установить не удалось: большинство учащихся приехали из-за границы в сентябре, то есть за полтора месяца до того, как началась эпидемия.

— Я заболел вечером 14 октября, — рассказывает студент-медик Сомеш из Индии. — Температура поднялась до 38,5, появилось жжение в горле. У меня страшная аллергия на парацетамол, поэтому я не стал сбивать температуру. Один друг предлагал антибиотики, но я отказался. Ночь я провел очень плохо, проснулся в шесть утра — у меня было вздутие живота и кашель, переходящий в рвоту, хотя я накануне съел только немного риса. Была ломота в костях. Хотел к девяти утра пойти в поликлинику — надеялся, что не будет очереди, но у меня была такая слабость, что я смог заставить себя подняться только к двенадцати. Врач сказала, что есть подозрение на «свиной» грипп и вызвала «скорую». Врачи «скорой» отреагировали очень спокойно: сначала сказали, что это не страшно, что надо оставить меня дома и отпаивать. Но я настаивал, что хочу в больницу, потому что я аллергик и не могу принимать жаропонижающее, что они не имеют права отказать. Меня повезли в Первую инфекционную больницу. Она оказалась переполненной, меня и еще двух ребят даже положили в женское отделение. Сдал анализы — мазок из носа, из горла, анализ крови, и через день врач подтвердила диагноз: «свиной» грипп. Мне кололи диклофенак, который не вызывает аллергии, и два раза в сутки я принимал тамифлю в капсулах...

Сейчас Сомеш выглядит вполне здоровым и рассуждает о глобальных проблемах:

— Вообще-то у вас в стране к этой проблеме относятся легкомысленно. Все живут так, как будто ничего не происходит. У нас в Индии все ходят в масках во всех общественных местах.

Главврач поликлиники РУДН Александр Ходорович говорит, что сейчас ему доподлинно известно о трех студентах, которые в эту секунду болеют «свиным» гриппом: данные о них пришли из больницы и из Роспотребнадзора. После получения такой информации медцентр РУДН запрашивает сведения о том, когда эти студенты в последний раз были на занятиях. От этого момента отсчитывается десять дней, и все люди, которые контактировали с заболевшими, проходят ежедневное обследование. В остальном ситуация ничем не отличается от обычной эпидемии гриппа, которым болеют во все времена года, но особенно осенью и весной. Разница в том, что больше людей обращается за медицинской помощью.

— Вы с обычным гриппом пойдете в больницу? Скорее всего, нет. Вот и они в нормальной ситуации не пошли бы. Но сейчас студентов, которые живут в общежитии, мы все же стараемся госпитализировать — чтобы не способствовать распространению инфекции, будь то обычный грипп или H1N1.

Мутант пока не появился

Больше всего медики боятся, что вирус начнет мутировать. Тогда есть риск, что появится еще какая-нибудь зараза, еще более опасная, чем нынешний «свиной» грипп. Игорь Никаноров, старший научный сотрудник лаборатории исследований новых средств защиты от вирусных инфекций НИИ гриппа РАМН, настроен оптимистично:

— С весны вирус изменений не претерпел, он везде один и тот же. Пока он стабилен.

Однако в последнее время начали появляться пугающие сообщения: мол, ученые обнаружили несколько случаев, когда вирус оказывался устойчивым к препарату тамифлю, который во многих странах является главным средством для лечения «свиного» гриппа.

Но нас снова успокоили:

— Случаев резистентности единицы. Пока такой штамм не появился. Поэтому, кстати, и удалось получить работающую вакцину. Вообще болезнь протекает чаще всего в легкой форме. Но в тех случаях, когда нужна госпитализация, большему числу пациентов, чем при сезонном гриппе, требуется принудительная вентиляция легких. И смертность из-за того, что поздно обращаются к врачам, выше.

Тут снова всплывает фамилия Малахов (только, судя по всему, речь уже идет о другой телезвезде):

— У нас еще действует социальный фактор: самолечение, программы типа «Малахов плюс...», другие волшебники по телевизору. Народ сам ходит в аптеки, пьет что попало, естественно, схемы не соблюдает. Часто у людей нет даже элементарной ответственности. Не зря ВОЗ ввела термин «социальное дистанцирование», то есть, если заболели, держитесь на расстоянии одного метра от окружающих. Помогают самые обычные вещи, про которые все как бы забыли: проветривать помещения, делать влажную уборку, мыть руки...

Операция «Маска»

О том, как вести себя во время пандемии, рассуждают многие медицинские светила. Их рекомендации сводятся к элементарным вещам: нужно нормально питаться и спать, прикрывать рот, когда кашляешь, и по возможности носить одноразовую маску. По идее тонкий слой ткани может защитить от летящего по воздуху вируса.

Корреспондент «РР» попробовала выполнить эту норму эпидемической безопасности — провести весь день в маске.

— Девушка, вы уже пятнадцатая, кто спрашивает про маску. Не привезли еще. Приходите в понедельник, у нас завоз будет. Все как с ума сошли — только их и берут...

В следующей аптеке маска нашлась. Но там тоже пожаловались:

— В последние три дня какой-то бум! Все градусники и маски расхватывают — не успеваю раскладывать. Маски очень быстро разбирают. Покупать-то — покупают, но вот что с ними дальше делать, не все знают. Сегодня одна женщина пришла, купила и стоит — в руках ее вертит. «Хотела, — говорит, — надеть, взяла и не решаюсь — непривычно это как-то все».

Итак, маска куплена. Но ходить в ней по городу оказалось непросто. Единственное место, где в маске чувствуешь себя полноценным, — поликлиника. Там, если кто-то появляется с неприкрытым лицом, сразу ощущаешь всеобщее недовольство. Во всех остальных общественных местах «масочники» чувствуют себя дискриминируемым меньшинством.

— Ты глянь, глянь, что у нее на лице. Заразная пришла. Лучше бы дома сидела, — раздраженно шипит пожилая женщина на автобусной остановке и испуганно отходит в сторону.

В метро рядом садится крупная женщина лет сорока.

— У тебя «свиной» грипп? — спрашивает.

— Нет. Просто заразиться боюсь.

— Ну, понятно. Я тоже сначала носила. А потом, когда заболела, перестала. Не хочу, чтобы на меня смотрели, как на врага народа.

Как распознать «свинью»

ПЦР. Полимераз-цепная реакция. Только такая методика позволяет однозначно распознать новый вирус. Все утверждения вроде «Нутром чую, у меня именно «свиной» грипп...» — не более чем игра в угадку.

Выяснить, нет ли у тебя «свиного» гриппа, довольно просто. При первых симптомах похожей болезни нужно

отказаться от самолечения и вызвать участкового врача, сообщив о своих подозрениях. Если врач сочтет, что ваше предположение верно, то вызовет специалистов из санэпидемстанции, которые возьмут у вас соскобы из носа и ротоглотки. После этого в течение двух дней к вам может приехать «скорая» — это значит, что ваши страхи были не напрасны. Анализы в этом случае будут абсолютно бесплатными.

Другой вариант — обратиться в лабораторию, работающую на коммерческой основе. Тогда исследование будет стоить чуть больше 1000 рублей. В одной из таких лабораторий нас заверили, что всех желающих сделать анализ на «свиной» грипп пропускают без очереди и в обязательном порядке выдают защитную маску. Результаты — через те же два дня.

Вроде бы лаборатории, оснащенные оборудованием для диагностики «свиного» гриппа, работают в большинстве крупных городов. Например, одна из вспышек эпидемии была зафиксирована в Ямало-Ненецком округе: в тундре заболели 17 детей. Считается, что вирус пришел от иностранных специалистов, приезжавших на стойбище.

Заведующая инфекционным отделением Центральной городской больницы Ноябрьска Галина Орлова объяснила нам, как происходит диагностика:

— Мы обследуем на вирус только часть больных, обращаем внимание на тех, кто заболел за границей, контактировал с заболевшими «свиным» гриппом и иностранными гражданами. Всех проверить невозможно, так как это достаточно затратно. Лаборатория, куда мы направляем анализы, находится в Салехарде. Метод диагностики называется ПЦР. Он узко направлен именно на выявление гриппа A/H1N1.

Результаты мы получаем в течение суток.

В том, чтобы проверять не каждого подозрительного гражданина, а только избранных, нет ничего криминального. Такой принцип изначально предполагался в случае пандемии. Важнее не столько выявлять «свиную составляющую» в общей гриппозности, сколько уметь быстро реагировать на переход гриппа в тяжелую стадию.

Чем лечить и куда класть

— Положили в Первую инфекционную. Вообще такая больничка — ничегошная, — говорит москвич Виктор Т., успешно переболевший «свиным» гриппом. — У меня был отдельный бокс: знаете, такой со стеклянным предбанником, где врачи должны переодеться, прежде чем ко мне войти. Даже свой выход на улицу был — если меня нужно было куда-то отвезти на анализы, подъезжала машина, и меня грузили через этот выход.

Виктору повезло. Когда он болел, «свиной» грипп был еще редкостью. К каждому заболевшему относились как к сенсации. Что будет, если заболевание станет массовым, — непонятно. Чтобы предотвратить гибель человека в случае обострения, нужны палаты интенсивной терапии и аппараты искусственной вентиляции легких. Причем нужны быстро, счет может идти на часы и минуты. Сумеет ли российская система здравоохранения с этим справиться? Этот вопрос пока остается открытым.

Представители Минздравсоцразвития заверили нас:

— В больницах мест достаточно. Если количество больных возрастет, мы можем выделить несколько тысяч коек дополнительно в инфекционных и других больницах. Хочется верить, что это так.

Точно так же медицинские чиновники уверяют, что лекарственных препаратов вполне хватит для борьбы с пандемией.

— Создан 50-процентный — от потребности — запас лекарств, который постоянно пополняется. В субъектах Федерации заключены прямые договоры с поставщиками лекарств для более быстрого реагирования на потребности. Лекарств хватит всем.

Тут уже есть поводы сомневаться. Примерно в трети московских аптек, которые обошли наши корреспонденты, не оказалось масок и некоторых препаратов, которые рекомендовано использовать для профилактики «свиного» гриппа. А в одной из столичных аптек даже градусники оказались в дефиците:

— Да, у нас на градусники очередь: два осталось — их вечером люди заберут. Попробуйте прийти завтра...

Впрочем, любовь российских граждан к самостоятельному выписыванию себе лекарств нередко чревата самыми печальными последствиями.

Другой вопрос — чем именно лечить «свиной» грипп.

— «Свиной» грипп чаще всего сопровождается высокой температурой, а при высокой температуре врачи иногда назначают антибиотики, — сокрушается Геннадий Ширшов. — Но антибиотики на вирусы не действуют. Они показаны при осложнении пневмонией, то есть на следующей стадии заболевания. А при «свином», да и при любом гриппе прописывать их категорически нельзя. Температуру при гриппе сбивать не нужно: есть температура — значит, организм борется.

Общепринятых схем лечения существует несколько. Росздрав рекомендует применять комбинацию отечественных препаратов: арбидол, индукторы интерферона типа кагоцела и комбинации двух видов интерферона.

Игорь Никаноров из НИИ гриппа РАМН считает, что такой набор вполне адекватен:

— Это стандартная схема, правильные рекомендации по антивирусной терапии. Арбидол — препарат отечественный, его цена вполне доступна. Проводили исследования на клетках: вирусы действительно к нему чувствительны, в отличие от ремантадинового ряда. Впрочем, есть и такая схема: ремантадин и ношпа. В нашем институте ставили эксперименты — там результаты тоже положительные. Интерферон же назначается практически при всех вирусных заболеваниях. Есть статьи, которые подтверждают его эффективность. Есть еще препараты: ингарон, полудан...

Иными словами, Россия пошла своим особым путем, не делая ставку исключительно на популярный во всем мире препарат тамифлю. Основная причина — цена.

— Тамифлю — препарат хороший, никто под сомнение его эффективность не ставит, — поясняет Никаноров. — Но он дорогой: упаковка стоит около полутора тысяч. Кто, например, в Тверской области позволит себе такой препарат?

Прием лекарств, скорее всего, поможет конкретному больному, но теоретически может содержать угрозу обществу. Чем больше людей принимают препараты, тем выше шанс, что вирус приобретет к ним устойчивость. Отдельные такие случаи уже есть. Правда, они единичны. Но это только пока. А ведь распространение вируса с каждым днем набирает обороты.

И самой продуктивной защитой может стать только массовая вакцинация.

— Сантехники прививаются первыми

Несколько миллионов доз вакцины уже наработали, отгрузка назначена на следующую неделю. 30 миллионов доз к январю мы, конечно, сделаем. Это работа без выходных, но сроки реальные, — рассказал «РР» представитель ФГУП «НПО «Микроген»», основного производителя вакцины от «свиного» гриппа. — После того как мы закроем госконтракт, мы будем производить вакцину по коммерческим заказам: для платной вакцинации, для иностранцев. Но это только в следующем году.

На селекторном совещании с руководителями региональных департаментов здравоохранения заместитель главы Минздравсоцразвития Вероника Скворцова обнародовала план действий:

— Иммунизация населения начнется 9 ноября. На первом этапе будет проведена вакцинация работников коммунальной сферы — служб газа, водоснабжения, электрообеспечения. На втором этапе, с 23 ноября, будут вакцинироваться медработники, преподаватели, студенты 5–6-х курсов медвузов...

Такая логика нас слегка смутила. Слесари-сантехники и газовщики — люди, конечно, уважаемые, но прививать их раньше врачей и учителей... Мы решили, что в стенограмму селекторного совещания вкралась ошибка, и на всякий случай обратились за уточнениями в Минздравсоцразвития. Но там нам уверенно ответили: «Вакцинация начнется 9 ноября — с работников жизнеобеспечивающих служб».

Впрочем, это не так уж и важно. Медицинские чиновники обещают, что на первом этапе будут привиты 10 млн человек. На втором — еще 30 млн (здесь речь идет о группах риска — беременных, детях разного возраста, подростках, студентах, военнослужащих). В случае, если и это не поможет, прививки станут совсем массовыми и захватят до 100 млн человек.

И если наше государство сумеет все это выполнить, можно будет сказать, что эту войну мы выиграли.

Юлия Вишневецкая, Ольга Андреева, Григорий Тарасевич, Ольга Цыбульская, Алексей Торгашев,

Екатерина Шайтанова, Марина Соснина, Светлана Афанасьева, Юрий Якорь, Анастасия Цибулевская, Александра Лавренова, Юлия Саберова

Автор: Артур Скальский © Русский репортер ЗДОРОВЬЕ, РОССИЯ 4726 05.11.2009, 16:06

URL: <https://babr24.com/?ADE=81976> Bytes: 23138 / 23068 Версия для печати Скачать PDF

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

Автор текста: **Артур
Скальский.**

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

Прислать свою новость

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

Подробнее о размещении

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)