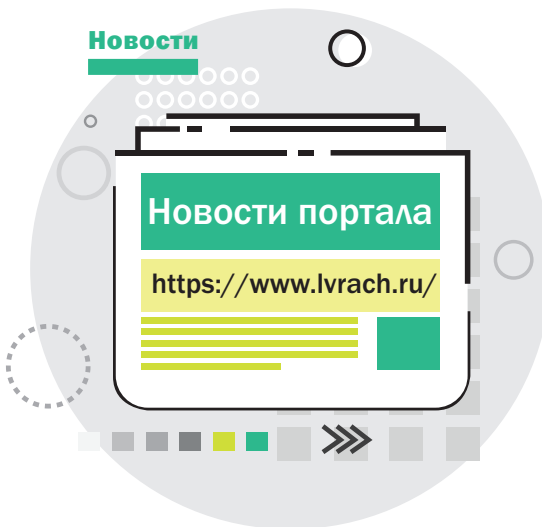




О COVID-19. Традиционно начинаем с коронавирусной повестки. Последние данные эпидемиологов Королевского колледжа Лондона указывают на то, что в возрастной группе 60-69 лет риск тяжелой инфекции и госпитализации при омикроне на 75% (!) ниже в сравнении с дельтой, хотя для детей этот риск практически не отличается. Другая работа позволила «увидеть» омикрон своими глазами — исследователи из университета Британской Колумбии впервые в мире провели структурный анализ молекул спайк-белка омикрона (именно эта часть вируса ответственна за инфицирование клеток). Им удалось показать, что вариант омикрон насчитывает беспрецедентное количество мутаций этого белка — около 37, что в среднем в 3-5 раз больше, чем у предыдущих штаммов. Обнаруженные на молекулярном уровне свойства омикрона — усиление аффинности и способность к уклонению от антител — по всей видимости, сыграли решающую роль в распространении этого штамма. В другой части эксперимента было продемонстрировано, что омикрон «научился» более эффективно уклоняться от антител. Но эта способность была менее характерна в контексте вакцинного иммунитета, что указывает на то, что вакцинация остается единственной эффективной мерой борьбы с вирусом. Среди новостей по поводу ковида также стоит отметить заявление ВОЗ о том, что запрет международных перемещений представляется неэффективной мерой, продолжающей вносить вклад в экономический и социальный стресс. Также ВОЗ не рекомендует вводить требования по вакцинации в качестве единственной меры, открывающей доступ в страну, ссылаясь на выраженное неравенство в снабжении разных стран вакцинами. Требования по комплексу мер, включающих ПЦР-тестирование и карантин, необходимо рассматривать в контексте и при необходимости корректировать.

О научно-практических мероприятиях. На портале «Лечащего врача» публикуются репортажи с крупных и значимых событий — медицинских конференций, круглых столов и т. д. Среди последних наиболее важных событий следует отметить: конференцию RUSSCO «Меланома», где специалисты-онкологи рассмотрели важнейшие вопросы, касающиеся новых методов диагностики и лечения меланомы; пресс-конференцию «Редкие правила. Обеспечение помощи орфанным пациентам», где эксперты обсудили практические шаги, необходимые для повышения эффективности системы обеспечения орфанных пациентов и ответили на вопрос — почему постановка диагноза пациенту с редким заболеванием может занимать годы; а также краткий обзор с тематического круглого стола «Практические аспекты профилактики и лечения гриппа в новых реалиях COVID», проведенный Российским научным медицинским обществом терапевтов.

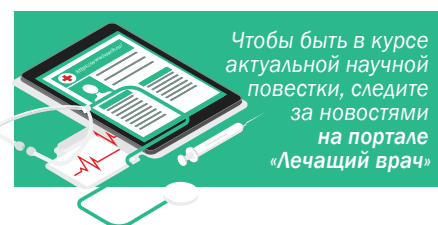
О плохих привычках. Широко распространено мнение о том, что употребление алкоголя в небольших количествах положительно влияет на здоровье сердечно-сосудистой системы, активно поддерживалось последние 30 лет рядом исследователей, алкогольной индустрией и медиа. Однако данная позиция не поддерживается Всемирной федерацией сердца, в связи с чем была выпущена специальная брошюра, в которой представлена основная информация, доказательная база и заключения по теме вреда алкоголя. В резюме указывается, что употребление алкоголя влияет на риск развития большинства распространенных сердечно-сосудистых заболеваний, в т. ч. артериальной гипертензии, кардиомиопатии, фибрилляции предсердий и инсульта. Второй крупнейшей проблеме — курению — в частности, вопросу о том, помогают ли системы нагревания табака (СНТ) бросить курить, посвящен анализ авторитетной организации *Cochrane*. Исследователи рассмотрели целый ряд вопросов: насколько СНТ могут помочь бросить курить, связано ли это с побочными эффектами, а также повлияло ли появление этих устройств на общее число курящих и продажи сигарет. Авторы нового исследования из журнала *Neurology* изучили влияние хронического воздействия формалина в рабочих условиях на когнитивные функции (в предыдущих работах эффект формальдегида на нервную систему изучался преимущественно в экспериментах на животных, однако иссле-

дованиям с людьми посвящено сравнительно небольшое количество работ). Результаты исследования призывают к введению дополнительных мер по ограничению работы с формалином.

И о хороших привычках. Пандемия коронавирусной инфекции привела к огромным нагрузкам на первичное звено здравоохранения, однако регулярное наблюдение пациентов с деменцией у врача общей практики связано с весомыми преимуществами в клинических исходах и должно стимулироваться регуляторами здравоохранения. К такому выводу пришли авторы статьи, опубликованной в *British Journal of General Practice* (BJGP), — согласно полученным данным, пациенты с деменцией, которые наблюдаются у одного и того же врача общей практики, имеют меньше осложнений и им реже требуется госпитализация. Другая хорошая привычка касается диетологии — интервальное голодание как метод снижения веса набрало высокую популярность в последние годы. Это уникальный диетологический метод, предполагающий периоды нормального режима питания, прерываемые периодами голодания. Опубликованные в *JAMA Network* данные поддерживают роль интервального голодания, особенно альтернативной методики голодания через день, в качестве метода снижения веса для взрослых с ожирением или избыточной массой тела.

О мутациях. Ученые из Университета Калифорнии и Института Макса Планка бросили вызов тезису теории эволюции о том, что мутации случайны. «Мы всегда считали, что мутации происходят случайным образом», — пишет ведущий автор исследования Грэй Монро. «Но оказалось, что этот процесс очень даже неслучайный и более того — устроен таким образом, что идет на пользу жизнедеятельности растений. Это принципиально меняет новое представление о мутационных изменениях». Открытие позволит улучшить процесс культивирования растений и дает основания для разработки аналогичных механизмов в контексте человеческого генома.

Подготовил Илья Левашов



Чтобы быть в курсе актуальной научной повестки, следите за новостями на портале «Лечащий врач»