

Мы подготовили эту книгу, чтобы как можно больше детей и взрослых смогли получить важную информацию о коронавирусе, поданную наглядно и в доступном для детей изложении.

Данное издание прошло научное редактирование, вся информация проверена с научной точки зрения кандидатом медицинских наук, вирусологом **Алексеем Коровкиным**.  
Издание подготовлено безвозмездно.

**Выражаем благодарность за щедрый вклад в создание этой книги:**

**Акселю Шеффлеру**, иллюстратору

**Грэму Медли**, врачу-инфекционисту, профессору Лондонской школы гигиены и тропической медицины

**Саре Хейнс**, директору начальной школы им. Арнема Уорфа, Лондон

**Алексу Ланди**, заместителю директора начальной школы им. Арнема Уорфа, Лондон

**Монике Форти**, директору начальной школы им. Бена Джонсона

**Саре Карман**, клиническому психологу Национальной службы здравоохранения Великобритании, специализирующейся на психическом здоровье детей и подростков и их развитии



Элизабет Дженнер, Кейт Уилсон, Ния Робертс

Иллюстрации  
Акселя Шеффлера

# Детская энциклопедия КОРОНАВИРУС



Научный консультант — опытный британский врач-инфекционист,  
профессор Грэм Медли

УДК 087.5  
ББК 26  
Д40

Издание для досуга  
Для чтения взрослыми детям

Иллюстрации Акселя Шеффлера  
Научный консультант Грэм Медли, британский врач-инфекционист, профессор Лондонской школы гигиены и тропической медицины  
Научный редактор Алексей Коровкин, кандидат медицинских наук, вирусолог  
Переведено с английского языка

Впервые опубликовано в Великобритании в 2020 году  
компанией Nosy Crow Ltd.  
Nosy Crow Ltd, 14 Baden Place, Crosby Row London, SE1 1YW, UK  
www.nosycrow.com

**Дженнер, Элизабет**  
Коронавирус. Детская энциклопедия / Элизабет Дженнер,  
Кейт Уилсон, Ния Робертс. — Москва: Клевер-Медиа-Групп,  
2020. — 32 с.: ил. — (Детские энциклопедии)  
ISBN 978-5-00154-396-1

Text Copyright © Nosy Crow Ltd. 2020  
Illustrations Copyright © Axel Scheffler 2020  
This translation of Coronaviruses: A Guide for Children  
is published by arrangement with Nosy Crow © Limited  
Nosy Crow and associated logos are trademarks  
and/or registered trademarks of Nosy Crow Ltd.  
© ООО «Клевер-Медиа-Групп», 2020

**Издательство Clever**  
Генеральный директор Александр Альперович  
Главный редактор Елена Измайлова  
Арт-директор Лилу Рами  
Дизайнер Илона Литова  
Ведущий редактор Марина Потапенкова  
Корректоры Арзу Эсенова, Ольга Журавлёва,  
Наталья Гареева

Издание подготовлено не для продажи.  
Приходите в наши фирменные розничные магазины:  
[www.clever-media.ru/shops/](http://www.clever-media.ru/shops/)

[Facebook.com/cleverbook.org](https://www.facebook.com/cleverbook.org)  
[vk.com/clever\\_media\\_group](https://vk.com/clever_media_group)  
[@cleverbook](https://www.instagram.com/cleverbook)

Книги — наш хлеб  
Наша миссия: «Мы создаём мир идей  
для счастья взрослых и детей»

Формат 84 × 108/16. Усл. печ. л. 3,36.  
Подписано в печать 17.04.2020.

Покупайте книги в нашем интернет-магазине: [www.clever-media.ru](http://www.clever-media.ru)

**Издатель**, уполномоченное лицо по принятию претензий  
к изготовителю от потребителей по качеству продукции:  
ООО «Клевер-Медиа-Групп»  
Адрес: 115054, г. Москва, 3-й Монетчиковский переулок,  
д. 16, стр. 1, мансардный этаж.  
Электронный адрес для контакта: [hello@clever-media.ru](mailto:hello@clever-media.ru)

Страна происхождения: Российская Федерация

Товар соответствует требованиям ТР ТС 007/2011  
«О безопасности продукции, предназначенной  
для детей и подростков».

В соответствии с ФЗ № 436 от 29.12.10  
маркируется знаком 0\*

**CLEVER**  
Издательство

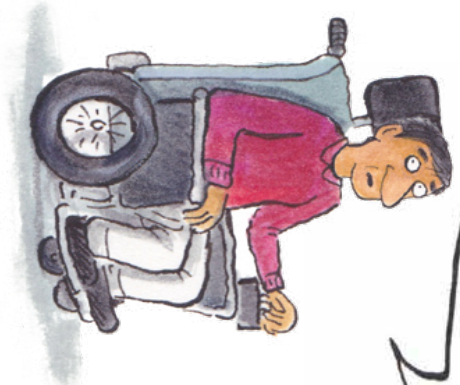
**nosy  
crow**



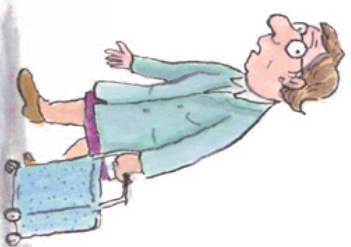
Возможно, ты уже где-то слышал это необычное слово. Наверняка от родителей или в новостях. Это слово стало причиной того, что ты не ходишь в детский сад или школу, а большинство людей не могут выходить на улицу или навещать друзей. Из-за него папы и мамы, дедушки и бабушки остаются дома и присматривают за тобой.

Это слово —

# КОРОНАВИРУС



Возможно, ты уже где-то слышал это необычное слово...



## ЧТО ТАКОЕ КОРОНАВИРУС?



А что такое вирус?

Коронавирус — это особый вид **вируса**. **Вирусы** — это микроорганизмы, которые настолько малы, что их иногда нельзя разглядеть даже в микроскоп.

Они такие крошечные и лёгкие, что могут незаметно летать в воздухе или находиться на нашей коже, а мы этого даже не чувствуем. Некоторые вирусы проникают внутрь нашего тела и обустривают там себе домик. А человек, внутри которого поселился вирус, начинает болеть.

Правда, что на мне сейчас есть вирусы?



Да, но не все из них опасны.

Но вернёмся к коронавирусу. Существуют разные виды коронавирусов, и некоторые из них опасны. Когда человек подхватывает этот вирус, первые признаки болезни ничем не отличаются от обычной простуды: у него просто появляются насморк и кашель.



АПЧХИ!

Будь здоров!

Это может быть коронавирус...

Но если вредный коронавирус попадёт в организм человека, он может вызвать COVID-19.



## КАК ПЕРЕДАЁТСЯ КОРОНАВИРУС?

Коронавирус — молодой вирус, учёные ещё не изучили его до конца. Однако они считают, что он передаётся от человека к человеку только двумя способами.

Этот вирус живёт во рту и в горле человека. Когда заболевший кашляет, чихает или выдыхает, из его рта вылетают крошечные капельки воды, содержащие этот вирус.



И хотя мы не видим эти микроорганизмы, иногда можно заметить маленькие капельки воды, которые выделяются при выдохе. Например, в холодную погоду ты можешь видеть облачка пара, вылетающие у тебя изо рта.



Если человек, болеющий коронавирусом, случайно чихнёт или кашляет, не прикрыв чем-нибудь рот, то люди вокруг него, вдохнув заражённый воздух, тоже могут заболеть.

Коронавирус легко проникает в наш организм, если мы трогаем лицо грязными руками: чешем нос или трём глаза, подносим руки ко рту и т. д. Если человек, болеющий

коронавирусом, дотронулся до дверной ручки или лобото другого предмета, то вирус ещё долгое время может оставаться на этих предметах.



И мы, дотрагиваясь до них, тоже можем легко заразиться этой болезнью.

## ЧТО ПРОИСХОДИТ, ЕСЛИ ЗАРАЗИЛСЯ КОРОНАВИРУСОМ?

Некоторые люди, особенно дети, не чувствуют себя заболевшими в первые дни заражения коронавирусом. Но вирус уже проник в их организм, и они становятся его носителями и могут заражать других, не догадываясь об этом. Все мы разные, и коронавирус ведёт себя по-разному в организме каждого человека: у одного начинается кашель и поднимается высокая температура, а у другого болит голова и ломит всё тело.



Наша тела удивительным образом реагируют на появление вирусов: они понимают, что вирусы — непрошенные гости, и начинают с ними сражаться.



На помощь в борьбе с вирусами приходят крошечные клетки нашей крови, вырабатывающие особые молекулы — **антитела**, которые вступают в битву с вирусами-захватчиками. Антитела ловят вирусы, а клетки крови уничтожают их, и человек выздоравливает.

Организм каждого из нас способен вырабатывать 10 миллиардов различных антител.



А это значит, что внутри нас антител больше, чем людей на планете.



## ПОЧЕМУ ВСЕ ТАК БОЯТСЯ ЗАРАЗИТЬСЯ КОРОНАВИРУСОМ?

Практически каждый из нас обладает способностью справиться с коронавирусом. Но есть люди, которым труднее, чем остальным, победить болезнь: это люди старше 65 лет или те, у кого уже есть серьёзные заболевания, такие как рак или хронические болезни лёгких, сердца и сосудов, сахарный диабет. Их организмы слабее, чем у более молодых и здоровых людей.



Им требуется больше сил и времени для борьбы с болезнью. А само заболевание у таких людей протекает гораздо тяжелее. Это означает, что им

на время лечения лучше находиться в больнице, ведь может потребоваться помощь в виде специального оборудования, которое называется аппарат искусственной вентиляции лёгких. Этот аппарат помогает дышать.

Мы мигом доставим вас в больницу!



Но, несмотря на всю оказываемую помощь, некоторых людей не удаётся вылечить, и они умирают.

Таким людям, чтобы не заразиться, сейчас необходимо оставаться дома.



Им не следует принимать гостей. Но это не значит, что их никто не может навещать на расстоянии: ты всегда можешь позвонить любимым бабушке и дедушке и спросить, как их самочувствие.

Привет, бабуль! Как ты себя чувствуешь?





## ЕСТЬ ЛИ ЛЕКАРСТВО ОТ КОРОНАВИРУСА?

Большинство людей выдворавливают самостоятельно. Но врачи и учёные хотят помочь каждому сделать это быстро и безопасно.

Сегодня ещё не придумали лекарства от коронавируса, потому что это совсем новое заболевание. Врачи борются с вирусом с помощью уже известных лекарств и используют разные способы лечения. А учёные усердно трудятся и делают всё возможное для поиска нового лекарства от этой болезни.



Ещё одна интересная вещь, над которой трудятся учёные, — это разработка **вакцины** от коронавируса.

**Вакцина** — это специальное лекарство, которое обычно вводят в организм человека, когда он здоров и ничем не болеет, то есть делают прививку от какой-нибудь болезни. Внутри этого лекарства находятся маленькие слабые вирусные микробы или их фрагменты. Они проникают в организм человека для того, чтобы в крови выработались антитела и организм смог потренироваться в борьбе с этими микробами.

И если человек через какое-то время вдруг случайно подхватит такой вирус, организм уже будет во всеоружии и легко победит его.



Чтобы создать вакцину, нужно много времени. Перед тем как использовать её, важно удостовериться, что она безвредна, — осторожно опробовать её на нескольких людях. Затем, убедившись, что вакцина действует и она безопасна, нужно наладить её выпуск, чтобы хватило всем нуждающимся.



## ПОЧЕМУ МЕСТА, КОТОРЫЕ МЫ ТАК ЛЮБИМ ПОСЕЩАТЬ, СЕЙЧАС ЗАКРЫТЫ?

Очень важно предотвратить распространение коронавируса, чтобы как можно меньше людей им заразилось. Иначе многие заболели бы, больницы будут переполнены, а врачам и медсёстрам будет тяжело ухаживать за таким количеством пациентов.

Заразиться коронавирусом очень легко. Чтобы предотвратить передачу вируса от одного человека к другому, **важно оставаться дома** — так мы сможем избежать заражения сами и не заразим других.



Именно поэтому места, где собирается много людей, — детские сады, школы и библиотеки — сейчас закрыты. Это называется «**карантин**», люди могут выходить из дома, только если им это очень-очень необходимо.



Мы, врачи, помогаем заболевшим быстрее выздороветь.

Я работаю, чтобы вы всегда могли купить продукты.

Мы, медбратья и медсёстры, помогаем врачам.

Скорее всего, твои родители теперь тоже работают из дома. Но не все могут работать удалённо: врачи, медсёстры, продавцы продуктовых магазинов и те люди, что доставляют вам домой заказы из интернет-магазинов и других служб, должны ходить на работу.

**Карантин** не означает, что совсем нельзя выходить из дома. Выходить можно, надо только быть предельно аккуратным, чтобы не заразиться вирусом и никого не заразить. Выходить из дома можно за продуктами, в аптеку или чтобы выгулять домашнего питомца.

Если кто-либо в твоей семье (или ты) чувствует себя плохо и думает, что заболел коронавирусом, то нужно вызвать врача, а остальным членам семьи следует оставаться дома в течение двух недель.

Лучше нам всем пока оставаться дома, чтобы не заразить тех людей, которым будет труднее справиться с болезнью.

Я доставляю то, что вам нужно.





## КАКОВО ЭТО – ПОСТОЯННО НАХОДИТЬСЯ ДОМА?

Иногда подолгу проводить время дома с семьёй — это здорово! Можно много играть и веселиться, делать то, на что обычно не хватает времени, когда взрослые работают, а ты ходишь в садик или школу.



Иногда мне скучно.



Бывает, что я злюсь.



Я скучаю по своим друзьям.

А бывает, что грущу.



Испытывать такие чувства и эмоции — это совершенно нормально. Можно поговорить о них со взрослыми.



Нечем заняться!

Может быть, кто-то из твоих родителей тоже сейчас прустит или тревожится. Переживает о своей работе или о том, что какие-то необходимые вещи сложно купить.



Что делать, если мне страшно?

Если ты сильно беспокоишься о чём-то или чего-то боишься, не стоит держать эмоции при себе. Ты можешь позвонить друзьям или поговорить с родителями, старшими братьями или сёстрами.



Ску-у-у-у-у-у-у-у-у-у!

## КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ ПОБЕДИТЬ ВИРУС?

Оставаясь дома, ты уже борешься с вирусом! Это огромная помощь с твоей стороны. Но чтобы стать супергероем, который поможет победить коронавирус, делай следующие супергеройские упражнения.

Ты знал, что мыло убивает вирус, если мыть руки долго и тщательно? Ты можешь напевать на любой мотив вот эту песню. Или любую другую, но важно, чтобы в ней было минимум два куплета, ведь, чтобы убить вирус, руки нужно мыть долго.



Автор стихотворения  
Ф. Б. Миллер



Если тебе нужно чихнуть или покашлять, не открывай рот ладошкой, а используй свой локоть, как на картинке. И на всякий случай снова вымой руки. Так ты не передашь коронавирус другим людям.



Если тебе нужно вымокнуться, используй одноразовый бумажный платок, а потом сразу выброси его в мусорный бак. И не забудь после этого вымыть руки с мылом или протереть их влажной салфеткой. Потому что коронавирус может попасть на твои руки с носового платка.



Эти простые на первый взгляд вещи — действительно супергеройские упражнения, которые позволят победить коронавирус!

## КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОИМ РОДНЫМ И БЛИЗКИМ?

Ещё одно оружие в борьбе с коронавирусом — это доброта. Важно быть добрым и с уважением относиться к своей семье, родным и близким. Мы все оказались в непростой ситуации, и нам всем сейчас нелегко.

Если у тебя есть младшие братья или сёстры, они сейчас могут требовать очень много внимания, а иногда просто раздражать. Не сорывись, попробуйте найти занятие, которое вам всем будет интересно.



Взрослым тоже может понадобиться твоя помощь. Ты можешь сделать то, что так давно им обещал: прибрать в своей комнате, меньше играть за компьютером. Или просто крепко их обнять.



Помимо игры можно ещё позаниматься чем-нибудь полезным и научиться чему-то новому. Если для занятий тебе нужен компьютер, а желающих посидеть за ним много, договорись, кто когда занимается, и составьте расписание.

Помни, что папа и мама могут работать из дома. Важно хорошо себя вести и не мешать им во время работы. Тогда у родителей будет больше времени, чтобы поиграть с тобой, только чуть позже. А пока они работают, ты можешь составить список дел, которые хотел бы сделать с ними после работы или в выходные.





## ЧТО НАС ЖДЁТ В БУДУЩЕМ?

Мы живём в непростое для всех время.  
Коронавирус распространяется по всему миру.



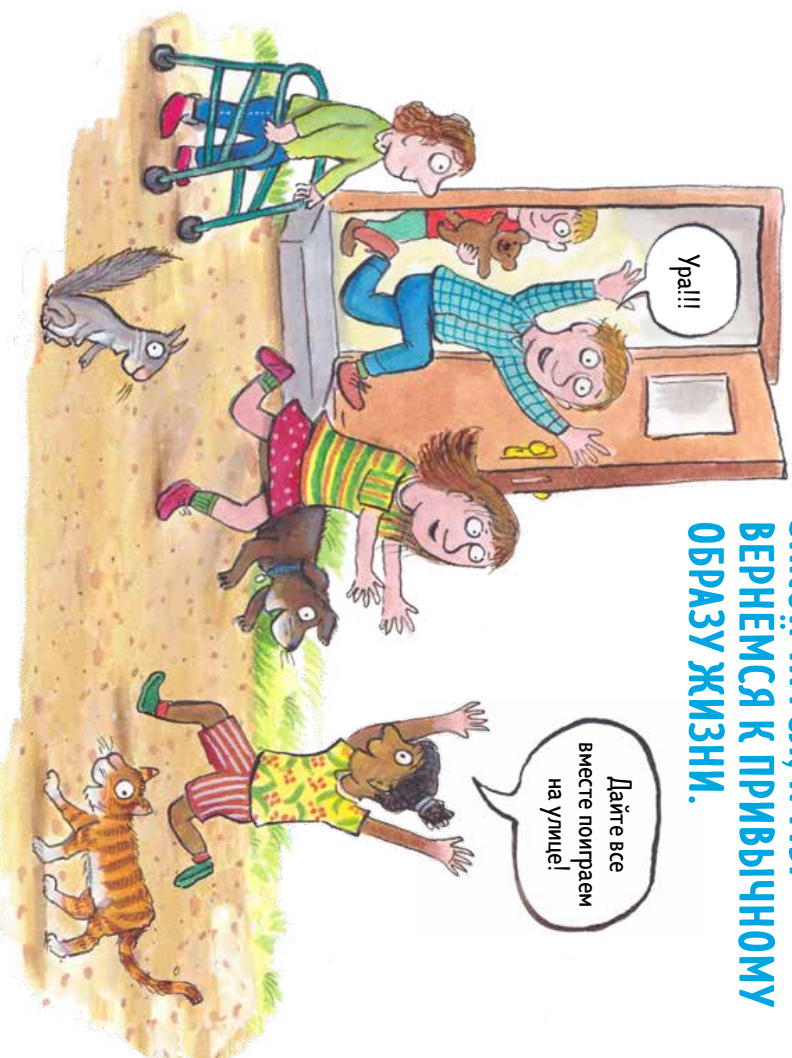
Если мы будем осторожны и научимся правильно вести себя, оставаясь дома, мы все вместе и каждый из нас в отдельности сможем остановить его распространение.

И это даст возможность учёным и врачам больше времени уделять заботливым и занимательным поискам лекарства от болезни и разработкой вакцины от коронавируса.

Скоро, хотя никто точно не знает, когда именно, мы сможем вернуться к привычной жизни: будем принимать гостей, играть во дворе с друзьями, ходить в детский сад и школу, путешествовать, а также делать много других увлекательных вещей, которые так любим.



**ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО!  
СКОРО КАРАНТИН  
ЗАКОНЧИТСЯ, И МЫ  
ВЕРНЁМСЯ К ПРИВЫЧНОМУ  
ОБРАЗУ ЖИЗНИ.**



**МЫ ПОБЕДИЛИ  
КОРОНАВИРУС!**



## КУДА ОБРАТИТЬСЯ?

Всю актуальную информацию о коронавирусе необходимо получать исключительно из достоверных источников:

1. **Сайт Министерства здравоохранения** <https://covid19.gosminzdrav.ru/>  
На сайте собрана вся самая актуальная и важная информация про коронавирус.

2. **Сайт Стопкоронавирус** <https://xn--80aesfreaksbtds0a.xn--p1ai/>  
На сайте представлена статистика по количеству заболевших, рассказано всё о симптомах вируса, как он передаётся, какие осложнения может вызывать и много другой важной информации, которую необходимо знать.

3. **Сервис «Всё онлайн»** <https://www.vseonline.online/>  
С помощью сервиса легко можно узнать о том, как заказать еду, перейти на дистанционное обучение или получить медицинскую консультацию онлайн. На сервисе собраны ссылки на сайты с развлекательным контентом и образовательными курсами. Каждый день количество полезных ссылок пополняется.

## ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ



**+7-800-2000-112** — общероссийская горячая линия по вопросам коронавируса. На ней круглосуточно работают специально подготовленные сотрудники, готовые проконсультировать вас по вопросам, связанным с коронавирусом.

**+7-800-200-91-85** — горячая линия по вопросам перехода на дистанционное обучение. Операторы готовы предоставить учителям и родителям исчерпывающую информацию об организации онлайн-обучения.

**+7-800-222-55-71** — горячая линия Минобрнауки, где студентов вузов проинструктируют по условиям обучения во время эпидемии.

**+7-495-547-12-02** — по этому телефону абитуриентам объяснят, как изменятся правила приёма при поступлении.

**+7-499-678-12-03** — горячая линия Ростуризма, куда могут позвонить россияне, оставшиеся за границей из-за коронавируса.

**+7-495-870-45-09\*** — телефон горячей линии Мосгорздрава.

\* По нему необходимо звонить тем, кто вернулся в Москву из стран с неблагоприятной ситуацией по коронавирусу, чтобы оставить свои данные, и после этого пройти 14-дневный карантин.

По этому же телефону можно обратиться за социальной помощью — заказать продукты и лекарства, также можно оформить больничный лист. Курьер сам привезёт его домой.

