

## ОСВЕЩЕНИЕ ПРОБЛЕМ, СВЯЗАННЫХ С ПОСТ-КОВИДНЫМ СИНДРОМОМ:

### Информация для работодателей

#### ВВЕДЕНИЕ

"Пост-ковидный синдром" (или "осложнения после коронавируса") может значительно сказаться на повседневной жизни человека, в том числе на его трудовой деятельности, и работодатели, которые осознают это потенциальное влияние, смогут оказать лучшую поддержку своим сотрудникам, повышая их удовлетворенность условиями труда, производительность и удерживая их на рабочем месте.

#### 1. Что такое пост-ковидный синдром?

У некоторых людей после заражения вирусом Covid-19 могут проявиться новые, возобновляющиеся или продолжающиеся симптомы, [иногда](#) через несколько недель, месяцев или лет [после](#) первоначального заражения Covid-19.

В совокупности они называются "пост-ковидным синдромом". По имеющимся данным, более [200 симптомов](#), затрагивающих различные системы организма, в том числе психические расстройства, были связаны с пост-ковидным синдромом. Вот некоторые из наиболее [часто](#) регистрируемых [симптомов](#):

- Усталость или переутомление, достаточно сильное, чтобы повлиять на повседневную жизнь
- Ухудшение симптомов после физической или умственной нагрузки ("недомогание после физической нагрузки")
- Трудности с мышлением или концентрацией внимания (иногда говорят "туман в голове")
- Проблемы с дыханием, включая затрудненное дыхание, одышку, кашель или боль в груди
- Головные боли
- Проблемы со сном
- Проблемы с пищеварением
- Депрессия или тревога

#### 2. Как можно предотвратить развитие пост-ковидного синдрома?

[Лучший](#) способ [предотвратить](#) пост-ковидный синдром - это избежать серьезных последствий для здоровья, которые могут возникнуть в результате заражения Covid-19 или повторного заражения. Работодатели могут оказать помощь: например, они могут [поощрять](#) работников [помнить](#) о необходимости вакцинации против Covid-19. [Работодатели](#) также могут поддерживать или улучшать качество воздуха в соответствии с принятыми стандартами и выдавать маски тем сотрудникам, которые предпочитают носить маску, что может [помочь](#) снизить риск [заражения](#) Covid-19 (наряду с другими сезонными респираторными инфекциями). Наконец, одна из самых важных вещей, которую может сделать работодатель, - это сообщить сотрудникам о том, что у значительной части людей с Covid-19 симптомы пост-ковидного синдрома могут сохраняться продолжительное время, как это описано ниже, и принятие мер по защите от Covid-19 может помочь избежать потенциально опасных для жизни последствий пост-ковидного синдрома.

### 3. Как лечится пост-ковидный синдром?

Лечение пост-ковидного синдрома сосредоточено на [устранении симптомов](#). Поскольку симптомы могут быть самыми разнообразными и могут затрагивать различные системы организма, лечение требует междисциплинарного, [индивидуального](#) подхода. Работодатели должны знать, что сотрудники, которые возвращаются на работу после того, как у них развился пост-ковидный синдром, возможно, все [еще](#) проходят лечение.

### 4. У скольких людей развивается пост-ковидный синдром?

Определить количество людей, у которых может развиваться пост-ковидный синдром, довольно сложно, учитывая широкий спектр и субъективный характер симптомов, которые часто игнорируются или списываются на другие заболевания. Однако, по данным [Национального опроса в сфере здравоохранения](#) 2022 года, 6,9% взрослых сталкивались с пост-ковидным синдромом, а 3,4% страдали от пост-ковидного синдрома на момент опроса. Проведенный в мае 2024 года цикл национального [экспресс-опроса хозяйств](#) показал, что 30,6% взрослых людей, которые когда-либо болели Covid-19 (18,1% всех взрослых людей), в какой-то момент [испытывали](#) долгосрочные симптомы, а 10,1% (6% всех взрослых людей) [сообщили](#) о наличии симптомов на момент опроса. Это означает, что в настоящее время приблизительно от [9 до 15,4 миллионов](#) взрослых людей могут жить с симптомами пост-ковидного синдрома. Аналогичным образом, исследование NYSIF показало, что примерно у 31% людей, которые заявили о том, что они болели Covid-19, развился пост-ковидный синдром, и 18% из них (т.е. 5% людей, которые заявили о том, что они болели Covid-19) сообщили, что они могли вернуться к работе более года.

### 5. Как пост-ковидный синдром влияет на повседневную жизнь?

Согласно упомянутому выше [экспресс-опросу](#), проведенному в мае 2024 года, 80,4% взрослых людей, у которых в настоящее время имеется пост-ковидный синдром, отмечают некоторые [ограничения](#) в повседневной деятельности, а 25,4% - значительные ограничения. Эти ограничения обычно возникают из-за проявлений пост-ковидного синдрома, таких как "[туман в голове](#)", который может повлиять на способность человека концентрироваться, или [недомогания после физической нагрузки](#), которое, как сообщается, вызывает [ухудшение](#) других симптомов в течение нескольких часов или дней после физической или умственной активности, даже если нагрузка была незначительной. Группа NYSIF по [вопросам влияния пост-ковидного синдрома на сотрудников](#) предлагает больше информации о повседневных проблемах, связанных с пост-ковидным синдромом.

### 6. Как пост-ковидный синдром повлиял на трудовые ресурсы и экономику?

Исследование [NYSIF](#) показало, что приблизительно 18% сотрудников, которые страдали от пост-ковидного синдрома, не могли вернуться на работу в течение более чем одного года. По данным [опроса](#), проведенного в 2022 году "Urban Institute", 10 % взрослых людей с пост-ковидным синдромом прекратили работать, а еще 5 % сократили рабочий день по причине проявления симптоматики. Общее влияние пост-ковидного синдрома на экономику США [оценивается](#) примерно в 3,7 триллиона долларов, включая расходы, связанные со снижением качества жизни, потерей заработка и увеличением расходов на здравоохранение.

### 7. Оплачивается ли лечение от пост-ковидного синдрома страхованием сотрудников?

Если сотрудник заболел в результате заражения Covid-19 на рабочем месте и претензия была обоснована, компенсационное [страхование сотрудников работодателя](#) (или работодателя, в случае самостоятельного страхования) оплачивает стоимость необходимого медицинского обслуживания, а также заменяет часть заработной платы, если человек не имеет возможности работать. В Нью-Йорке сотрудник может быть не в состоянии точно указать, как и когда он подвергся воздействию Covid-19, но его лечащий врач может предоставить медицинскую документацию о диагнозе, а также подтверждение того, что диагноз был связан с работой этого человека. Подавать заявление важно, даже если кажется, что сотрудник быстро оправился от начальной инфекции, - просто на случай, если позже проявятся долгосрочные симптомы. [Совет по выплате компенсаций работникам штата Нью-Йорк](#) предоставляет информацию о том, как подать заявление.

### 8. Какие удобства могут быть предусмотрены для сотрудников с пост-ковидным синдромом?

Пост-ковидный синдром может привести к потере трудоспособности в соответствии с несколькими законодательными актами, включая федеральный [Закон о защите прав граждан США с ограниченными возможностями от 1990 года](#) и [Закон о правах человека штата Нью-Йорк](#), помимо прочего, для сотрудников предприятий, на которые распространяются эти законы. Работодатели также вправе предоставить отпуск в соответствии [с Законом об отпуске по семейным и медицинским причинам](#). Несмотря на то, что такие законы действуют по отдельности и отличны от законов штата о компенсации работникам, а право человека на удобства (и обязанность работодателя их предоставить) определяется в каждом конкретном случае, возможные [удобства](#) для сотрудников, чья деятельность или уровень активности пострадали ввиду пост-ковидного синдрома, могут включать:

- Гибкий график работы
- Перерывы на отдых по мере необходимости
- Эргономичное рабочее место

Более подробную информацию можно получить в [Сети помощи работодателям по вопросам интеграции инвалидов \("EARN"\)](#), [Сети трудоустройства \("JAN"\)](#), [Министерстве труда США](#), а также у группы NYSIF [по вопросам влияния пост-ковидного синдрома на сотрудников](#).

### 9. Как работодатели могут помочь работающему медицинским сотрудникам среднего звена, которые страдают от пост-ковидного синдрома?

Многие лица работают в сфере ухода, где ежедневно оказывают поддержку одному или нескольким детям, пожилым людям или людям с ограниченными возможностями. Существует несколько [способов](#), при помощи которых работодатели могут оказать поддержку этим сотрудникам, включая тех, кто стал работать в сфере ухода ввиду пост-ковидного синдрома, или чьи существующие обязанности по уходу стали более сложными ввиду того, что у них самих развился пост-ковидный синдром. Сюда можно отнести предложение гибкого графика на рабочем месте, предоставление информации о таких программах, как [оплачиваемый отпуск по семейным обстоятельствам в штате Нью-Йорк](#), и ссылки на такие ресурсы, как [New York Caregiver Portal](#).

### 10. Как еще работодатели могут поддержать сотрудников, страдающих от пост-ковидного синдрома?

Работодатели могут оказать дополнительную поддержку сотрудникам с пост-ковидным синдромом, а также повысить эффективность трудоустройства, удержания и удовлетворенности условиями на рабочем месте в масштабах всей организации за счет [создания инклюзивной рабочей среды](#). Кроме того, по имеющимся данным, пост-ковидный синдром часто ассоциирован с симптомами психического здоровья, такими как тревога и депрессия, что подчеркивает важность культуры на рабочем месте, которая уделяет приоритетное внимание психическому здоровью. Ресурсы доступны в [NYSIF](#), [Отделе охраны психического здоровья штата Нью-Йорк](#) и [EARN](#). Участие работодателя в программе помощи сотрудникам может весьма помочь.

## О НАС

### Страховой фонд штата Нью-Йорк

NYSIF является крупнейшим страховщиком компенсаций сотрудникам в штате Нью-Йорк и входит в десятку крупнейших по всей стране. NYSIF охватывает 2 миллиона сотрудников и обеспечивает страхование 200 000 работодателей в штате Нью-Йорк. Задача NYSIF - гарантировать работодателям Нью-Йорка доступность компенсаций для сотрудников, страхования на случай потери трудоспособности и оплачиваемого отпуска по семейным обстоятельствам по минимально возможной цене при сохранении платежеспособности фонда. С момента создания 110 лет назад NYSIF выполняет свою задачу, конкурируя с другими страховыми компаниями и обеспечивая справедливость рынка, а также выступая в качестве гарантированного источника страхового покрытия для работодателей, которые не могут обеспечить страховое покрытие в ином месте. NYSIF стремится достичь наилучших результатов в области здравоохранения для пострадавших сотрудников и быть лидером в отрасли по цене, качеству и обслуживанию работодателей Нью-Йорка. Дополнительная информация представлена по адресу [nysif.com](https://nysif.com).

*Настоящий документ представлен исключительно в информационных или образовательных целях и не заменяет профессиональную юридическую консультацию, медицинское заключение, диагностику или лечение. NYSIF не несет никакой ответственности в связи с использованием данного контента.*