МИР 26.05.2023 | Уильям Хазелтайн

Как не забыть о пандемии

Чтобы выучить уроки пандемии COVID-19, мы обязаны помнить о ее последствиях

Администрация президента Джо Байдена официально объявила о завершении общенациональной чрезвычайной ситуации в сфере здравоохранении в США: остававшиеся пандемические ограничения были отменены 11 мая. Другие страны уже предприняли аналогичные шаги, и, как ожидается, еще больше стран последуют этому примеру. Поскольку Всемирная организация здравоохранения больше не считает COVID-19 чрезвычайной ситуацией в мировом здравоохранении, вирус и огромное количество его жертв, судя по всему, вскоре исчезнут из памяти вместе с масками N95 и ПЦР-тестами. Однако такое коллективное забвение ставит под угрозу работу по обеспечению последовательного финансирования здравоохранения.

Наша способность забывать такие катастрофы, как пандемия, отчасти является механизмом адаптации к трудностям благодаря эмоциональной иммунной системе, дающей нам возможность продолжать привычную повседневную жизнь. Социальный и экономический удар пандемии был крайне разрушительным, но он оставил неизгладимый след лишь у сравнительно малой части населения, например, у тех, кто пережил своих близких, у профессиональных медиков и других работников, боровшихся с вирусом на передовой, у людей с нарушенным иммунитетом, а также у тех, кто подхватил «длинный COVID» или начал испытывать другие проблемы со здоровьем из-за вируса.

Трагические события часто вдохновляют нас на проведение реформ, но наша готовность действовать часто оказывается недолгой, что затрудняет достижение долгосрочных изменений. Эти тенденции особенно наглядны в новостях и поисковых запросах Google после таких трагедий, как массовые убийства, цунами и землетрясения: первоначальный всплеск интереса со временем обычно ослабевает.

Для создания и хранения воспоминаний человеческий мозг использует сложный процесс, включающий множественно

взаимосвязанных этапов, в том числе этапы кодирования, консолидации и извлечения. Когда наш мозг получает новую информацию, он обрабатывает ее, модифицируя нейроны в гиппокампе, одном из критически важных центров памяти, наряду с другими частями мозга, например, амигдалой, которая управляет эмоциональными воспоминаниями. Эти нейроны коллективно формируют физическое представление воспоминания, которое называют энграммой.

Значительная часть информации, которую мы получаем, может быть утрачена, если она не пройдет процесс консолидации в памяти, который обычно происходит во время сна и помогает стабилизировать и удержать воспоминания на длительное время. Во время этого процесса гиппокамп фактически «проигрывает заново» воспоминание, которое затем направляется в корковые нейроны для длительного хранения. На финальном этапе – извлечение воспоминания – в гиппокампе и коре головного мозга реактивируются нейроны, отвечающие за память.

Каждый день на нас обрушивается гигантское количество информации, которую наш мозг с трудом пытается сохранить. Учитывая, что забвение и память неразрывно связаны, такая «инфодемия» усиливает нашу склонность забывать. Кроме того, процесс, с помощью которого наш мозг оценивает риски, является глубоко персональным и находится под влиянием не только фактов, но и наших собственных предубеждений и потребностей.

Сейчас, когда COVID-19 начал исчезать из нашего коллективного сознания, уместно вспомнить, почему столько людей желали как можно скорее забыть пандемию гриппа 1918 года, предпочитая веселиться и рисковать в «ревущие двадцатые». Однако из-за этой коллективной амнезии мы рискуем остаться крайне плохо подготовленными к будущим вспышкам заболеваний, которые передаются воздушно-капельным путем, что вынудит нас учить заново фундаментальные уроки о важности ношения масок, проветривания, а также переноса деятельности из помещений на улицу ради предотвращения заражений.

Во время пандемии 1918 года заразилась треть мирового населения, а более 50 миллионов человек умерли. Это больше количества всех погибших во время Первой и Второй мировых войн вместе взятых. Однако, несмотря на столь огромное число жертв, не существует ни одного постоянного мемориала жертвам этой пандемии, и не установлен день их поминовения. Вплоть до 2020 года, когда вы просили людей назвать наиболее смертоносное событие XX века,

мало кто из опрашиваемых вспоминал про тот вирус. Лишь недавно историки (например Гай Байнер) начали изучать эту склонность забывать. Без ритуалов, помогающих помнить о миллионах жизней, которые были потеряны из-за COVID-19, мы рискуем бесконечно ходить по кругу.

Обычно люди смотрят на будущее позитивней, чем на прошлое, поскольку это помогает им сформировать психологическую устойчивость. Такая ориентированная в будущее, позитивная предвзятость возникает потому, что будущее открывает перед нами бесконечные возможности, в отличие от неизменяемого прошлого. Но при этом наша склонность смотреть только вперед тормозит прогресс в таких сферах, как противопандемическая готовность, потому что мы начинаем считать, что степень нашей готовности выше, чем это есть на самом деле.

Многие научные учреждения, аналитические центры, организации здравоохранения и правительства опубликовали детальные рекомендации по совершенствованию противопандемической готовности, однако скоординированной и всесторонней работы по их реализации не ведется. Спустя три года после начала пандемии у нас по-прежнему нет четких объяснений, почему наши органы здравоохранения недоукомплектованы и недофинансируются, почему не сработали производственно-сбытовые цепочки, почему дезинформации по поводу COVID-19 разрешалось безудержно распространяться в социальных сетях и на кабельных новостных каналах, почему наши меры в сфере здравоохранения остаются ответными, а не проактивными.

С целью гарантировать улучшение нашей подготовки к будущим пандемиям ряд видных медицинских и научных фигур США предложили создать Национальную рабочую группу для борьбы с пандемией COVID-19 по образцу Комиссии 11 сентября, однако их предложения застряли в Конгрессе. На фоне других кризисов многие, похоже, предпочитают забыть об уроне, нанесенном пандемией нашим обществам, и просто вернуться к «норме».

Очень трудно разорвать такой круг нормализации, позволяющий нам забывать о трагедиях, будь это массовое убийство или пандемия, но нам нужно это сделать. Мы обязаны осознать, как наши предубеждения ставят под угрозу нашу жизнь и жизнь будущих поколений. Есть четкие, основанные на фактах дорожные карты необходимых мер, которые помогли бы нам уменьшить вооруженное насилие и повысить противопандемическую готовность, что потенциально спасет бесчисленное количество жизней и

предотвратит неописуемые страдания. Однако для успешной реализации этих мер мы должны избегать ловушки раздоров и переключения внимания.

Ирландии потребовалось 150 лет, чтобы начать строить мемориалы и музеи в память о событиях Великого голода 1840-х годов. Мы не можем допустить такого же с COVID-19. Чтобы выучить уроки пандемии, мы обязаны запомнить ее сохраняющиеся последствия, учредить памятные даты, обновить школьные и университетские программы, создать постоянные музейные экспозиции и поставить памятники. Наша способность запомнить прошлое может повлиять на жизнь миллиардов людей в будущем.

(c) Project Syndicate 2023



Уильям Хазелтайн

Уильям А. Хазелтайн (William A. Haseltine) – ученый, биоинженер и эксперт по инфекционным заболеваниям, председатель глобального аналитического центра в области здравоохранения ACCESS Health International.