



# Война и мир: анализ пандемии COVID-19 в терминах гибридной войны. Психозмоциональные факторы и психоматическая медицина в борьбе с SARS-CoV-2

УДК 327.8:616.9

DOI: 10.33917/es-7.173.2020.62-69

В статье проведен системный анализ опыта пандемии COVID-19 в контексте теории гибридной войны, выделены факторы психозмоционального воздействия вируса SARS-CoV-2 на граждан и общество. Автором сформулирована гипотеза специфического влияния психозмоционального фактора в условиях гибридной войны на примере пандемии COVID-19 в масштабах мира, страны, общества, человека; выделены ключевые направления для подготовки российской системы управления к «вирусным» кризисам (вторая волна, пандемия, биологическая война и т.д.). Критически значимая целостность подходов к человеку в медицине, междисциплинарный подход не только к диагностике, но и к лечению, реабилитации, сопровождению пациентов и их семей — это новые социальные ценности.

*Ключевые слова*

Пандемия, коронавирус, гибридная война, психозмоциональный фактор, психоматика, управление, стресс.



**Светлана Борисовна Епикина** — заместитель генерального директора Фонда развития профквалификаций ТПП РФ, член Комитета по кадрам Совета директоров ВЦИОМ.

**Svetlana B. Epikhina** — Fund for the Development of Professional Qualifications of the Chamber of Commerce and Industry of the Russian Federation; Personnel Committee of the Board of Directors VCIOM.

Полную версию статьи можно прочитать на сайте Института экономических стратегий [www.inesnet.ru](http://www.inesnet.ru).

Системный анализ опыта пандемии COVID-19 в контексте теории гибридной войны позволяет выделить ключевые факторы психоэмоционального воздействия вируса SARS-CoV-2 на граждан и общество и их способность противостоять такого рода опасности.

Эксперты США с первых дней трактуют пандемию 2020 г. в контексте гибридной войны: «Классифицируя вирус как угрозу гибридной войны, мы также можем использовать эту возможность для подготовки нашей доктрины и сил в ответ на будущие атаки с использованием биологического оружия потенциальными противниками» [1]. Л.М. Рошаль так охарактеризовал этот риск: «Когда я анализирую сложившуюся ситуацию, я понимаю, что это репетиция биологической войны» [2].

➤➤ Общество демонстрирует невиданный уровень агрессии, экономического кризиса и социальной деформации.

*Истощение (attrition), дислокация (dislocation) и дезинтеграция (disintegration)* — это три механизма поражения противника в гибридной войне, которые могут использоваться независимо друг от друга или в комбинации. Истощение в отличие от долгих классических войн должно происходить быстрее, чем противник может восстановиться. Дислокация направлена на руководство противника, делая его планы и варианты неуместными; это быстрые «сдвиги», которые резко меняют условия внешней среды и события так, что противник не может перехватить

## War and World: Analysis of the COVID-19 Pandemic in the Terms of Hybrid War. Psychoevotional Factors and Psychomatic Medicine in Combating SARS-CoV-2

The article provides a systematic analysis of the experience of the COVID-19 pandemic in the context of the theory of hybrid warfare, identifies the factors of psycho-emotional impact on citizens and society of the SARS-CoV-2 virus. The author has formed a hypothesis of the specific influence of the psychoemotional factor in the context of a hybrid war on the example of the COVID-19 pandemic on a global scale, country, society, person; the key directions for preparing the Russian control system for “viral” crises (“second wave”, pandemic, biological warfare, etc.) are highlighted. The critical importance of the integrity of approaches to a person in medicine, an interdisciplinary approach not only to diagnosis, but also to treatment, rehabilitation, accompanying patients and their families — these are new social values.

### Keywords

Pandemic, coronavirus, hybrid war, psycho-emotional factor, psychomatics, management, stress.

## ➤ Пандемия COVID-19 показывает человечеству возросшее влияние социальных и психологических факторов на распространение вирусов, на заболеваемость и на тяжесть течения болезни.

инициативу. Наконец, дезинтеграция фокусируется на душевном состоянии, атакуя волю противника к сопротивлению, она нацелена на разрушение сплоченности и командной работы. Эти механизмы поражения включены сегодня в планирование гибридной войны, малых войн, операций в серой зоне и т.п. В этой терминологии пандемия COVID-19 в кратчайшие сроки:

- выявила *истощение ресурсов* в масштабах стран и регионов — государства вынуждены снимать карантинные меры, потому что экономики не обладают «запасом прочности», и вводить снова, ибо система здравоохранения не справляется с потоком больных;
- привела к значительным «сдвигам», *то есть резкому слову и смещению центров* в геополитике, экономике, социальных и гуманитарных системах (медицине, образовании, культуре, искусстве), коммуникациях и т.п.;
- обеспечила *дезинтеграцию* команд и коллективов, нанеся удар в том числе по социальным и духовным ценностям наций, государств, социальных групп и личностей.

Пандемию сложно считать «мирным глобальным сдвигом», однако автор подразумевает историческую обоснованность цивилизационных сдвигов в развитии человечества [3] и потенциальную способность человечества к мирному разрешению подобного сдвига [4]. Одним из выходов должна стать трансформация, при которой смыслом и целью цивилизации будет человеческий капитал [5]. В рамках этой концепции пандемия может открыть не только негативные, но и позитивные ресурсы цивилизационного сдвига XXI в.

### Системный анализ опыта пандемии COVID-19 в контексте теории гибридной войны

Долгие споры в лабораториях и секретных комиссиях о целесообразности и серьезности биологического оружия вышли на пространство глобальной цивилизации. Исследования

SARS-подобного вируса SHC014-CoV, согласно рукописи 2015 г. [6], были поддержаны грантами Национального института аллергии и инфекционных заболеваний и Национального института старения Национального института здравоохранения США (NIH), а также Национальным фондом естественных наук Китая. Кроме того, они получили финансовую поддержку USAID-EPT-PREDICT от *EcoHealth Alliance*. Таким образом, описываемые далее исследования, нацеленные на усиление функций «дикого» вируса, были проведены и продолжены с учетом мнения Национального научного консультативного совета по биобезопасности США (NSABB), который служит официальным федеральным консультативным органом для предоставления консультаций по надзору за этой областью *исследований двойного назначения* [7]. Группа авторов, получивших столь серьезное финансирование, в том числе от USAID, соответствовала термину «двойного назначения» [8] и продолжила свои работы.

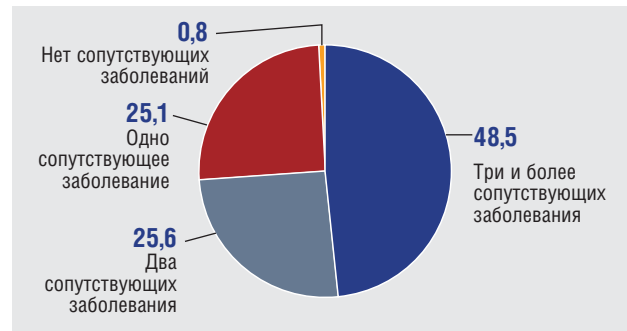
Анализ статьи 2015 г., опубликованной в журнале *Nature Medicine (SARS-like cluster of circulating bat coronaviruses shows potential for human emergence)* [6], позволяет выделить вопросы, которые в 2015 г. стояли перед исследователями: контагиозность вируса, его агрессивность, селективность (способность отдавать предпочтение отдельным группам в популяции — пол, возраст, раса, иное), устойчивость к мутациям, устойчивость к терапии, устойчивость к вакцинации, устойчивость к природному иммунному ответу и т.п. Авторы этого исследования продолжили проект, его результаты опубликованы в 2016 г. [9]. Это описание работы в части усиления химерных вирусов, преодоления летальности вирусов SARS и MERS через создание более избирательных функций вирусов, расширения зон поражения в теле человека, а также снижения природных механизмов выработки антител к вирусу. В полной версии настоящей статьи (см. на сайте [www.inesnet.ru](http://www.inesnet.ru)) описаны мультисистемные поражения, свойственные COVID-19, которые во многом схожи с результатами исследований химерных коронавирусов 2015–2016 гг.





Рисунок 1

Зависимость смертности от COVID-19 от сопутствующих заболеваний (по данным итальянских исследователей)



Источник: [15]

Анализ открытых данных по COVID-19 показал противоречивость работ ученых, которые приходят к общему выводу: SARS-CoV-2 не поддается тем методам, которые позволяли ранее безошибочно восстанавливать цепочки заражения (SARS, MERS, SARS-CoV) или предсказывать развитие заболевания COVID-19. Перечень ключевых выводов из открытых источников, доступных по состоянию на сентябрь 2020 г. (*подробнее — в версии статьи на сайте*):

- высокая избирательность заболевания COVID-19 по половому, возрастному, генетическому [10], физиологическому, религиозному, социальному и тому подобным признакам (*подробная информация представлена в полной версии статьи на сайте*);
- классические меры противэпидемиологической защиты неэффективны из-за кластерности в распространении (1–10% инфицированных дают 80% новых случаев заражения), случаев заражения с неустановленными контактами [11] и т.п.;
- клинический спектр COVID-19 охватывает практически все системы и органы человека, заболевание имеет множество форм: бессимптомная, легкая, средней тяжести, тяжелая, летальная;
- отсутствует «средство спасения», а «средство надежды» увеличивает смертность [12, 13];
- новый «посткоронавирусный синдром» — длительный и разрушительный этап выявления всех осложнений после заболевания (манифестация всех симптомов), выздоровления и реабилитации (до полугода-двух лет).

При острых пиках заражения отмечается критически высокая нагрузка на лечебные учреждения и на всю систему здравоохранения. Амбулаторная система ведения больных с карантинными мерами требует высокого уровня осознанности и информированности от пациента и членов его семьи, обеспечивающих уход. Все органы и системы человека подвергаются атаке SARS-CoV-2 (*см. полную версию статьи*), что создает критическую нагрузку на фактор квалификации, специализации и инфор-

мированности врачей, оказывающих помощь пациентам с COVID-19.

В 2020 г. произошли кардинальные дислокации в системе здравоохранения всех стран, которые могут дать отсроченные результаты в росте смертности и затрат на государственное здравоохранение и фармацевтику: поздняя помощь всем больным (особенно совокупность первых 10 заболеваний в рейтинге смертности, а это 56,9 млн смертей в 2019 г.) [14]. Сопутствующие заболевания приводили к росту смертности от COVID-19 (*рис. 1*).

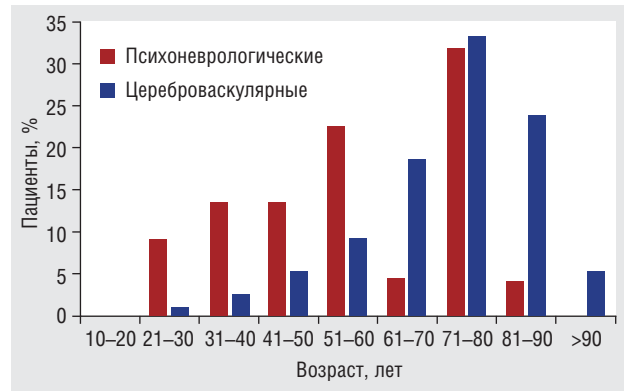
Истощение, дислокация и дезинтеграция в условиях пандемии уже нанесли урон мировой экономике и национальным интересам стран. Для победы над SARS-CoV-2 и преодоления COVID-19 всем уровням реагирования требуется применить парадоксальные методы, то есть выстроить те пути диагностики, профилактики, лечения и реабилитации, защиты уязвимостей, которые будут учитывать гибридные удары, демонстрируемые пандемией COVID-19.

### Психоэмоциональные факторы и психоматическая медицина в борьбе с SARS-CoV-2

Обратим внимание на вовлечение *нервной системы и мозга человека в COVID-19*. Коронавирус попадает в мозг через нейро-слизистую оболочку и проникает в определенные нейронанатомические области, включая первичный респираторный и сердечно-сосудистый центр контроля в продолговатом мозге [16]. Более чем у 80% пациентов с COVID-19 наблюдается нарушение вкусовых и обонятельных ощущений, на основании этих симптомов можно диагностировать раннюю стадию заболевания COVID-19. Исследования ведутся непрерывно, неврологи-

Рисунок 2

Распределение пациентов по возрасту, выявленное в ходе эпиднадзора *CoroNerve*



Источник: [17]

ческие симптомы, то есть нарушение сознания и бред, указывают на проникновение SARS-CoV-2 и его распространение в неокортекс головного мозга. Исследовательская группа *CoroNerve* (Великобритания) [17] приводит следующую статистику (рис. 2) острого изменения психического статуса, включая такие неврологические синдромальные диагнозы, как энцефалопатия и энцефалит, а также первичные психиатрические синдромальные диагнозы, такие, например, как психоз.

Доктор медицины Джошуа С. Морганштейн так описывает текущую ситуацию: «Мы на войне. Невидимый враг прорвался в ряды нашего глобального общества и ведет агрессивную кампанию. Медики стоят на переднем крае защиты нашего здоровья и безопасности. Как и в случае других пандемий, коронавирусная болезнь 2019 года представляет собой проблему для благополучия граждан во всем мире, что обусловлено страхом перед болезнями, мерами социального дистанцирования, изоляцией и карантинном и затяжной неопределенностью» [18].

Страх за собственную жизнь врачей, среднего медперсонала, работников скорой помощи, охранников медицинских учреждений, работников фармучреждений, страх за жизни близких, страх перед экономическими последствиями, влияющими на будущие перспективы, — все это катастрофически влияет на способность передовой линии обороны в пандемии. В дополнение к этому общество демонстрирует невиданный уровень агрессии, экономического кризиса и социальной деформации. У медиков в период второй волны растет риск «эмоционального» увольнения (под давлением страха за свою жизнь или за жизнь семьи, ведь преобладающее большинство медицинского персонала среднего звена — женщины).

Пандемия COVID-19 показывает человечеству возросшее влияние социальных и психологических факторов на распространение вирусов, на заболеваемость и на тяжесть течения болезни. Оценивая факторы риска и прогноза течения заболевания, необходимо отметить, что в особые группы риска COVID-19 попадают:

- группа профессиональной специализации, подверженная высокому уровню стресса (физиологического и психоэмоционального) и прямому контакту с инфицированными пациентами;
- группа пациентов-хроников, имеющих психосоматические заболевания;

- группа населения с нарушениями цереброваскулярного типа, повышенной тревожностью, психическими нарушениями и склонностью к паническим атакам.

Доктор Джон Райт из Брэдфордского института медицинских исследований (BRI) подчеркивает, что у пациентов после COVID-19 не только возникают кардиореспираторные осложнения, но также развиваются посттравматическое стрессовое расстройство и депрессия, неврологические проблемы и синдром хронической усталости [19]. Пациенты испытывают нарастающее чувство тревоги, неконтролируемое желание плакать, эмоциональную нестабильность, порой агрессивность, проблемы с памятью. Возможно, вирус скрывается где-то у них в организме и вызывает эти непреходящие симптомы, как это бывает у переболевших эболой или гепатитом В. Научные исследования за первые девять месяцев активного столкновения человечества с коронавирусом SARS-CoV-2 позволяют сделать следующие предположения:

- вирус SARS-CoV-2 проявляет признаки латентных вирусов (это не отменяет вопросов о повторном заражении разными штаммами вируса);
- можно предположить, что вирус SARS-CoV-2 имеет сходство с вирусом простого герпеса и поражает нервные ганглии или клетки мозга [20];
- существует триггер (спусковой механизм) или триггеры, активирующие вирус SARS-CoV-2 (в том числе одним из триггеров вируса SARS-CoV-2 является стресс физиологический и (или) психоэмоциональный).

В Америке, по данным Бюро переписи населения, пандемия коронавируса нанесла значительный удар по психике граждан, и теперь у трети американцев проявляются признаки клиниче-

Рисунок 3

Врачи проводят молчаливую акцию протеста возле Даунинг-стрит в Лондоне 28 мая 2020 г. Толга Акмен/AFP через Getty Images



Источник: [23]

ской депрессии или тревоги, что в два раза выше, чем до пандемии. В Китае, эпицентре вспышки, уже отмечалось неблагоприятное воздействие на психическое здоровье медицинских работников, при этом сообщалось о высоких показателях депрессии, тревоги, бессонницы и общего дистресса [21]. Среди 657 медицинских работников Нью-Йоркской пресвитерианской больницы, опрошенных в разгар всплеска коронавируса, 57% сообщили об остром стрессе, 48% о депрессивных симптомах и 33% о симптомах тревоги [22].

Естественные ресурсы психологического статуса медицинских работников практически были исчерпаны во время первой волны пандемии. Можно предположить, что российские медики (по аналогии с китайскими, европейскими, американскими медиками) также находятся в особом, измененном психоэмоциональном состоянии. Врачи болеют COVID-19 часто тяжелее обычных пациентов, это вызвано в том числе психосоматическими факторами, эффектом ноцебо, для которого существует и генетическая, гормональная основа. Если в построенных госпиталях не останется здоровых и эмоционально стабильных медиков, то любая новая волна или пандемия будет критической для страны (рис. 3).

Перед всеми правительствами мира текущая ситуация ставит критические вопросы о способности управлять обществом старыми методами. Еще один урок COVID-19 — это важность защиты ключевых групп населения. COVID-19 не является социально нейтральным, SARS-CoV-2 эксплуатирует и усиливает неравенство. Предлагаем рассмотреть вопросы психосоматической медицины более глубоко и с привлечением специалистов национальной системы безопасно-

сти по следующим аспектам: социально-общественный стресс; профессиональный стресс, личностный стресс в гибридных войнах.

### Выводы

На Западе давно пришли к выводу, что социальные науки — это инструмент войны XXI в. Военные стратеги блока НАТО отмечают, что армия нуждается в способности понимать, интерпретировать и влиять на поведение человека, знать причинно-следственные связи, психологию, социологию и культурную антропологию [24]. Страны БРИКС (Бразилия, Россия, Индия, Китай и Южная Африка) оказались в совокупности

➤ COVID-19 не является социально нейтральным, SARS-CoV-2 эксплуатирует и усиливает неравенство.

«лидерами» среди пострадавших от пандемии; им предстоит отвечать на данный вызов и искать выход в условиях цивилизационного сдвига.

Высокая мотивация граждан к жизни, уверенность в защите со стороны государства, баланс жизненных сил между необходимостью зарабатывать деньги и вести семейную и личную жизнь, воспитывать детей — это реальная защита личности и нации в условиях гибридных войн. Любые зоны дискомфорта, напряженности, психоэмоциональные раздражители способны заставить людей взорваться и отказаться от социально приемлемых форм поведения. Страх смерти, страх перед будущим, страх за близких — это основные мотиваторы социальных взрывов и протестов 2020 г. Выход на улицу в толпе дает индивидууму иллюзию защиты и безопасности, так как страх перед изоляцией и нахождением один на один со своей беспомощностью (потеря работы, долги, страх за близких и т.п.) выше, чем угроза инфицирования. Молодежь демонстрирует обесценивание жизни человека в современном мире, так как она утратила позитивную перспективу и персональную траекторию развития в период цивилизационного сдвига.

Для сохранения социальной стабильности требуется новая философия общественной жизни и новая индивидуальная мотивация, способствующая психоэмоциональной стабильности человека и общества. В противном случае дезинтеграция как поражающий фактор гибридной войны будет усиливать и дислокацию, и истощение. ■

ПЭС 20089 / 24.09.2020



## Источники

1. Using Hybrid-Warfare Defeat Mechanisms to Fight the Coronavirus and Counter Future Bioweapons. A novel approach [Электронный ресурс] // *The Small Wars Journal*. 2020. November, 3. URL: <https://smallwarsjournal.com/jrnl/art/using-hybrid-warfare-defeat-mechanisms-fight-coronavirus-and-counter-future-bioweapons>.
2. «Это репетиция биологической войны»: врач Леонид Рoshаль об уроках и последствиях пандемии [Электронный ресурс] // *Forbes*. 2020. 2 августа. URL: <https://www.forbes.ru/biznes/406015-eto-repetitsiya-biologicheskoy-voyny-vrach-leonid-roshal-ob-urokah-i-posledstviyah>.
3. Якутин Ю.В. Цивилизационный сдвиг требует активной социальной политики государства [Электронный ресурс] // *Экономика и жизнь*. 2018. № 1. URL: <https://www.eg-online.ru/article/363669/>
4. Вернадский В.И. Научная мысль как планетное явление. М.: Наука, 1991. 271 с.
5. Капица С.П. Демографическая революция и Россия [Электронный ресурс] // *Демоскоп Weekly*. 2018. № 757–758. URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2018/0757/nauka03.php>.
6. A SARS-like cluster of circulating bat coronaviruses shows potential for human emergence [Электронный ресурс] // *Nature Medicine*. 2015. November, 9. URL: <https://www.nature.com/articles/nm.3985?fbclid=IwAR0iTTfDIT-uxNFpTvQH-xFrF6QaF1hKE1Ey2TPREi17XfUlpUIAosDc#Ack1>.
7. U.S. Government Gain-of-Function Deliberative Process and Research Funding Pause on Selected Gain-of-Function Research Involving Influenza, MERS, and SARS Viruses [Электронный ресурс] // *Public Health Emergency*. URL: <http://www.phe.gov/s3/dualuse/Documents/gain-of-function.pdf>.
8. Dual Use Research of Concern (DURC) Committee [Электронный ресурс] // Комитет по двойному использова-

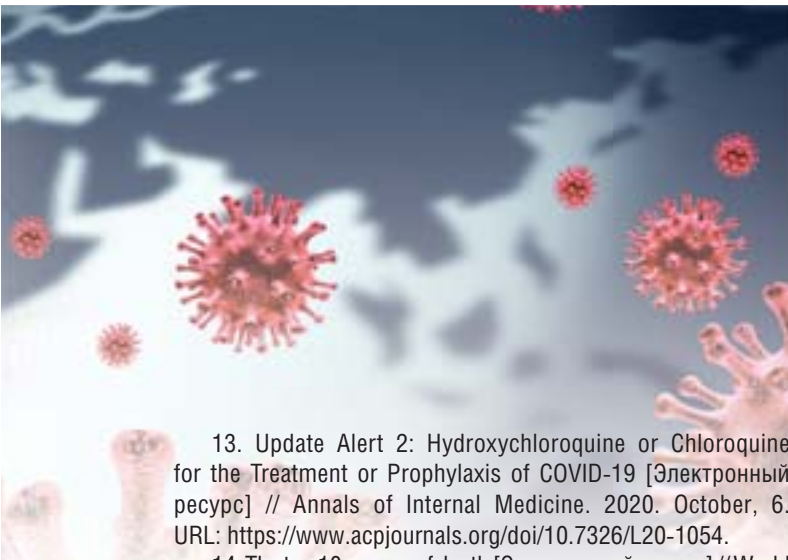


нию (DURC). URL: <https://oir.nih.gov/sourcebook/committees-advisory-ddir/dual-use-research-concern-durc-committee>.

9. SARS-like WIV1-CoV poised for human emergence [Электронный ресурс] // *PNAS*. 2016. March, 15. URL: <https://www.pnas.org/content/113/11/3048.full>.
10. Coronavirus outbreak sparks global health emergency [Электронный ресурс] // *ABCNews*. URL: <https://abcnews.go.com/International/photos/coronavirus-outbreak-sparks-global-health-emergency-68676204/image-california--71808083>.
11. UN chief warns coronavirus could set world back for years: Live [Электронный ресурс] // *Aljazeera*. 2020. July, 14. URL: <https://www.aljazeera.com/news/2020/07/global-coronavirus-cases-top-13-million-live-updates-200713235726804.html>.
12. RETRACTED: Hydroxychloroquine or chloroquine with or without a macrolide for treatment of COVID-19: a multinational registry analysis [Электронный ресурс] // *The Lancet*. URL: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)31180-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)31180-6/fulltext).

## References

1. Using Hybrid-Warfare Defeat Mechanisms to Fight the Coronavirus and Counter Future Bioweapons. A novel approach. *The Small Wars Journal*, 2020, November, 3, available at: <https://smallwarsjournal.com/jrnl/art/using-hybrid-warfare-defeat-mechanisms-fight-coronavirus-and-counter-future-bioweapons>.
2. “Eto repetitsiya biologicheskoi voyny”: vrach Leonid Roshal’ ob urokakh i posledstviyakh pandemii [“A Pandemic is a Rehearsal of the Biological Warfare”: Doctor Leonid Roshal on the Lessons and Consequences of the Pandemic]. *Forbes*, 2020, August, 2, available at: <https://www.forbes.ru/biznes/406015-eto-repetitsiya-biologicheskoy-voyny-vrach-leonid-roshal-ob-urokah-i-posledstviyah>.
3. Yakutin Yu.V. Tsivilizatsionnyi sdvig trebuet aktivnoi sotsial’noi politiki gosudarstva [Civilizational Shift Requires an Active Social Policy of the State]. *Ekonomika i zhizn’*, 2018, no 1, available at: <https://www.eg-online.ru/article/363669/>
4. Vernadskii V.I. *Nauchnaya mys’ kak planetnoe yavlenie* [Scientific Thought as a Planetary Phenomenon]. Moscow, Nauka, 1991, 271 p.
5. Kapitsa S.P. Demograficheskaya revolyutsiya i Rossiya [Demographic Revolution and Russia]. *Demoskop Weekly*, 2018, no 757–758. URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2018/0757/nauka03.php>.
6. A SARS-like cluster of circulating bat coronaviruses shows potential for human emergence. *Nature Medicine*, 2015, November, 9, available at: <https://www.nature.com/articles/nm.3985?fbclid=IwAR0iTTfDIT-uxNFpTvQH-xFrF6QaF1hKE1Ey2TPREi17XfUlpUIAosDc#Ack1>.
7. U.S. Government Gain-of-Function Deliberative Process and Research Funding Pause on Selected Gain-of-Function Research Involving Influenza, MERS, and SARS Viruses. *Public Health Emergency*, available at: <http://www.phe.gov/s3/dualuse/Documents/gain-of-function.pdf>.
8. Dual Use Research of Concern (DURC) Committee. Komitet po dvoynomu ispol’zovaniyu (DURC), available at: <https://oir.nih.gov/sourcebook/committees-advisory-ddir/dual-use-research-concern-durc-committee>.
9. SARS-like WIV1-CoV poised for human emergence. *PNAS*, 2016, March, 15, available at: <https://www.pnas.org/content/113/11/3048.full>.
10. Coronavirus outbreak sparks global health emergency. *ABCNews*, available at: <https://abcnews.go.com/International/photos/coronavirus-outbreak-sparks-global-health-emergency-68676204/image-california--71808083>.
11. UN chief warns coronavirus could set world back for years: Live. *Aljazeera*, 2020, July, 14, available at: <https://www.aljazeera.com/news/2020/07/global-coronavirus-cases-top-13-million-live-updates-200713235726804.html>.
12. RETRACTED: Hydroxychloroquine or chloroquine with or without a macrolide for treatment of COVID-19: a multinational registry analysis. *The Lancet*, available at: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)31180-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)31180-6/fulltext).



13. Update Alert 2: Hydroxychloroquine or Chloroquine for the Treatment or Prophylaxis of COVID-19 [Электронный ресурс] // Annals of Internal Medicine. 2020. October, 6. URL: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/L20-1054>.

14. The top 10 causes of death [Электронный ресурс] // World Health Organization. 2018. May, 24. URL: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>.

15. COVID-19: Hypnosis for Your Lymphatic System [Электронный ресурс] // Mind Strength Balance. URL: <https://www.mindstrengthbalance.com/2020/03/19/COVID-19-hypnosis-for-your-lymphatic-system/>

16. Olfactory transmucosal SARS-CoV-2 invasion as port of Central Nervous System entry in COVID-19 patients [Электронный ресурс] // bioRxiv. 2020. June, 4. URL: <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.06.04.135012v1>.

17. CoroNerve [Сайт]. URL: <https://www.coronerve.com/>

18. Annals for Hospitalists Inpatient Notes — Preparing for Battle: How Hospitalists Can Manage the Stress of COVID-19

[Электронный ресурс] // Annals of Internal Medicine. 2020. May, 19. URL: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M20-1897#r1-M201897>.

19. Коронавирус: почему молодых, спортивных людей болезнь не отпускает так долго? Заметки врача [Электронный ресурс] // BBC News. 2020. 14 июля. URL: <https://www.bbc.com/russian/features-53393606>.

20. Neuroinflammation in Patients with Chronic Fatigue Syndrome/Myalgic Encephalomyelitis: An C-(R)-PK11195 PET Study [Электронный ресурс] // National Library of Medicine. 2014. March, 24. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24665088/>

21. Лай Дж., Ма С., Ван И. и др. Факторы, связанные с исходами психического здоровья среди медицинских работников, подвергшихся воздействию коронавирусной болезни в 2019 г. // JAMA Netw Open. 2020. №3: e203976. [PMID:32202646] doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976.

22. Covid-19 is pushing doctors to the brink. Medicine needs to recognize they're human and need help [Электронный ресурс] // The Washington Post. 2020. July, 20. URL: <https://www.washingtonpost.com/opinions/2020/07/20/covid-19-is-pushing-doctors-brink-medicine-needs-recognize-theyre-human-need-help/>

23. Front-line doctors face a mental health crisis amid coronavirus. Can medicine overcome the culture of stoicism? [Электронный ресурс] // ABCNews. 2020. May, 31. URL: <https://abcnews.go.com/Health/front-line-doctors-face-mental-health-crisis-amid/story?id=70660931>.

24. Perez C., Jr. Strategic Discontent, Political Literacy, and Professional Military Education [Электронный ресурс] // The Strategy Bridge. 2016. January, 14. URL: <https://thestrategybridge.org/the-bridge/2016/1/7/strategic-discontent-political-literacy-and-professional-military-education>.

13. Update Alert 2: Hydroxychloroquine or Chloroquine for the Treatment or Prophylaxis of COVID-19. Annals of Internal Medicine, 2020, October, 6, available at: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/L20-1054>.

14. The top 10 causes of death. World Health Organization, 2018, May, 24, available at: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>.

15. COVID-19: Hypnosis for Your Lymphatic System. Mind Strength Balance, available at: <https://www.mindstrengthbalance.com/2020/03/19/COVID-19-hypnosis-for-your-lymphatic-system/>

16. Olfactory transmucosal SARS-CoV-2 invasion as port of Central Nervous System entry in COVID-19 patients. bioRxiv, 2020, June, 4, available at: <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.06.04.135012v1>.

17. CoroNerve, available at: <https://www.coronerve.com/>

18. Annals for Hospitalists Inpatient Notes — Preparing for Battle: How Hospitalists Can Manage the Stress of COVID-19. Annals of Internal Medicine, 2020, May, 19, available at: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M20-1897#r1-M201897>.

19. Coronavirus: почему молодых, спортивных людей болезнь не отпускает так долго? Zаметki vracha [Coronavirus: Why Does the Disease Keep Young, Athletic People Sick for So Long? Doctor's Notes]. BBC News, 2020, July, 14, available at: <https://www.bbc.com/russian/features-53393606>.

20. Neuroinflammation in Patients with Chronic Fatigue Syndrome/Myalgic Encephalomyelitis: An C-(R)-PK11195 PET Study. National Library of Medicine, 2014, March, 24, available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24665088/>

21. Lai Dzh., Ma S., Van I., et al. Faktory, svyazannye s iskhodami psikhicheskogo zdorov'ya sredi meditsinskikh rabotnikov, podvergnshixsya vozdeistviyu koronavirusnoi bolezni v 2019 g. [Factors Associated with Mental Health Outcomes Among Medical Professionals Exposed to Coronavirus Disease in 2019]. JAMA Netw Open. 2020, pp. 3: e203976. [PMID:32202646] doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976.

22. Covid-19 is pushing doctors to the brink. Medicine needs to recognize they're human and need help. The Washington Post, 2020, July, 20, available at: <https://www.washingtonpost.com/opinions/2020/07/20/covid-19-is-pushing-doctors-brink-medicine-needs-recognize-theyre-human-need-help/>

23. Front-line doctors face a mental health crisis amid coronavirus. Can medicine overcome the culture of stoicism? ABCNews, 2020, May, 31, available at: <https://abcnews.go.com/Health/front-line-doctors-face-mental-health-crisis-amid/story?id=70660931>.

24. Perez C., Jr. Strategic Discontent, Political Literacy, and Professional Military Education. The Strategy Bridge, 2016, January, 14, available at: <https://thestrategybridge.org/the-bridge/2016/1/7/strategic-discontent-political-literacy-and-professional-military-education>.