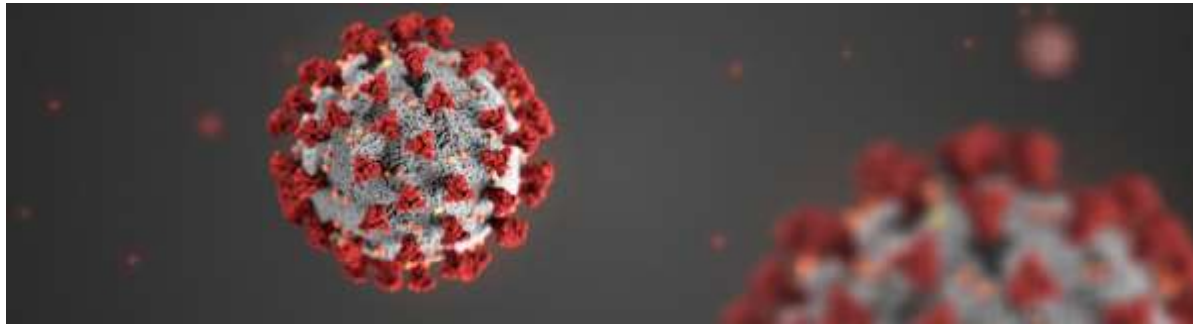
კორონავირუსი COVID-19

ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის რეკომენდაციების მიხედვით



რა არის კორონავირუსი?

კორონავირუსები არის ვირუსების დიდი ოჯახი. დღეისათვის ცნობილია რამოდენიმე კორონავირუსი:

- SARS - სამხრეთ ჩინეთი, 2002 წელი. ლეტალობა: 9.5%
- MERS; - საუდის არაბეთი, 2012 წელი. ლეტალობა: 34.4%

- COVID-19

სხვადასხვა კორონავირუსები იწვევენ სხვადასხვა სიმძიმის დაავადებებს. უბრალო გაციებიდან - მძიმე რესპირატორულ დაავადებებამდე.

რა არის COVID-19?

ახალი კორონავირუსი (COVID-19) მსუბუქი, გაციების (გრიპის) მსგავსი დაავადებაა.

COVID-19 პირველად გამოჩნდა 2019 წლის დეკემბერში, ჩინეთში, ვუჰანის პროვინციაში.

ჩინეთში, პანდემიასთან ბრძოლის მიზნით, ეტაპობრივად:

- დაიკეტა ვუჰანის საზღვრები
- დაიხურა ბაზრობები, რესტორნები კაფეები ას.შ..
- მოგვიანებით, კარანტინში მოთავსდა მთლიან ქვეყანა

- ხდებოდა ქუჩების დეზინფექცია
- თერმო სკრინინგი
- დაწესდა კომენდანტის საათი

- რეკორდულ დროში აშენდა 2 ახალი კლინიკა COVID-19 - ით ინფიცირებულთათვის

ახალი კორონავირუსის სიმპტომები:

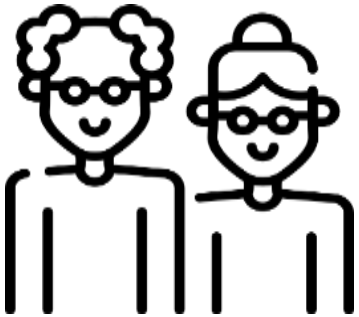
ხშირი სიმპტომები:

- ცხელება
- ხველა
- დაღლილობის შეგრძნება

ნაკლებად ხშირი სიმპტომები:

- სხეულის ტკივილი
- ყელის ტკივილი
- სიმპტომებიკუჭნაწლავის მხრივ (ფაღარათი)
- კონიუკტივიტი
- თავის ტკივილი
- გამონაყარი სხეულზე
- ყნოსვის და გემოს შეგრძნების დაკარგვა

ვინ მიეკუთვნება კორონავირუსის მაღალ რისკ ჯგიფებს?



კორონა ვირუსი განსაკუთრებულ საფრთხეს უქმნის იმ პირებს, რომელთაც აქვთ სხვადასხვა ქრონიკული დაავადებები, >65 ასაკი, დაქვეითებული იმუნიტეტი და არასათანადო საყოფაცხოვრებო პირობები. აქედან გამომდინარე, პირები, რომლებიც მიეკუთვნებიან ზემოთ აღნიშნულ ჯგუფებს, საჭიროებენ პრევენციის და უსაფრთხოების ზომების ზედმიწევნით დაცვას.

დიაბეტი, თირკმელების უკმარისობა, ჭარბი წონა

იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობა (აივ/შიდსი)

საშუალო ან მძიმე ფორმის ასთმა

ფილთვების ქრონიკული დაავადება

გულის ქრინიკული დაავადებები

როგორ ვრცელდება COVID-19?

COVID-19-ის გავრცელება ხდება, ვირუსით დაავადებული ადამიანის მიერ გამოყოფილი წვეთოვანი ნაწილაკებით.
ეს წვეთები გამოიყოფა:

- ამოსუნთქვის,
- დახველების,
- და დაცემინებისას.

COVID-19-ის **გადაცემა შესაძლებელია:**

- წვეთების შესუნთქვით;
- წვეთებით დაბინძურებული ზედაპირების ხელით შეხების შემდეგ იგივე ხელით ცხვირის, პირის ან თვალების შეხებით.

შესაძლებელია თუ არა, COVID-19 გადაცემა იმ ადამიანისგან, ვისაც არ აქვს სიმპტომები?

იმ შემთხვევაში, თუ ადამიანს არ აქვს გამოხატული სიმპტომები, გადაცემის რისკი ძალიან დაბალია.

თუმცა, ზოგიერთ შემთხვევაში, დაავადება ვლინდება მხოლოდ მსუბუქი სიმპტომებით. ეს ხდება, განსაკუთრებით, დაავადების ადრეულ სტადიაზე, სიმპომების გომოვლენამდე ერთი ან ორი დღით ადრე.

რამდენ ხანს შეუძლია COVID-19-ს ზედაპირებზე არსებობა?

- ზუსტი დრო არ არის დადგენილი;
- ბოლო კვლევის მონაცემებით, ვირუსი შესაძლებელია ზედაპირზე დარჩეს რამოდენიმე საათიდან რამოდენიმე დღემდე. (თუმცა ეს მოსაზრება, შესაძლოა დროთა განმავლობაში შეიცვალოს);
- თუ გაქვთ ეჭვი, რომ ზედაპირი ან ხელები დაბინძურებულია ვირუსით, დაამუშავეთ ისინი შესაბამისად.

როგორ შეიძლება საკუთარი თავის დაცვა და დაავადების გავრცელების შეფერხება?

ეს შესაძლებელია რამოდენიმე მარტივი წესის დაცვით !

- რეგულარულად და ზედმიწევნით დაიბანეთ ხელები საპნით ან დაიმუშავეთ ალკოჰოლის შემცველი სადეზინფექციო ხსნარით;
- დაიცავით მინიმუმ 1 მეტრიანი დისტანცია ადამიანებთან კომუნიკაციის დროს;
- მოერიდეთ თვალების, ცხვირის და პირის შეხებას;
- დარწმუნდით, რომ თქვენ და თქვენს გარშემო მყოფი ადამიანები იცავთ სწორ რესპირატორულ ჰიგიენას;
- დარჩით სახლში თუ თავს ცუდად გრძნობთ.

როგორ უნდა მოიქცეთ თუ გაქვთ გრიპის მსგავსი სიმპტომები ?

- თუ თქვენ თავს ცუდად გრძნობთ, გაქვთ თუნდაც მსუბუქად გამოხატული სიმპტომები, როგორიცაა თავის ტკივილი, დაბალი ტემპერატურა (37.3 ან მეტი) ან/და მსუბუქი სურდო, იყავით თვითიზოლაციში მანამ, სანამ სრულად გამოჯანმრთელდებით.
- თუ თქვენ გაქვთ ცხელება, ხველა ან სუნთქვის გაძნელება, დროულად მიმართეთ სამედიცინო დახმარებას.

გაითვალისწინეთ, რომ თვითიზოლაცია არ ნიშნავს ოჯახთან ყოფნას, საჭიროა იზოლაცია ოჯახის წევრებისგანაც, რათა დაიცვათ ისინი ვირუსის გადაცემისგან.

რამდენი ხანი გრძელდება COVID19-ის „საინკუბაციო პერიოდი“

- ძირითადად, საინკუბაციო პერიოდი გრძელდება 1-14 დღემდე;
- ყველაზე ხშირია დაახლოებით 5 დღე.

საინკუბაციო პერიოდი - დრო ინფიცირებიდან სიმპტომების გამოვლინებამდე.

საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

შესაძლებელია თუ არა COVID-19-ის გადაცემა ცხოველიდან ადამიანზე?

- სხვა კორონავირუსები ძირითადად გვხვდება ცხოველებში, ზოგიერთ შემთხვევაში ინფიცირდება ადამიანი და ჩნდება შესაძლებლობა, რომ ამ ადამიანმა ვირუსი გაავრცელოს;
- SARS-CoV - უკავშირდება კატისებრთა ოჯახს;
- MERS-CoV - უკავშირდება ერთკუზიან აქლემს;
- COVID-19 - ის რომელიმე ცხოველთან დამაკავშირებელი არცერთი წყარო ჯერ-ჯერობით არ დასტურდება.

თავის დასაცავად !

- მოერიდეთ ისეთ ადგილებს, სადაც ბევრი ცხოველია;
- ეცადეთ არ შეეხოთ ზედაპირებს, რომელთაც ეხებიან ცხოველები;
- დაიცავით სწორი კვების წესები და ჰიგიენა !

შესაძლებელია თუ არა, COVID-19-ის შინაური ცხოველის მიერ გადაცემა?

- არ არის დადასტურებული ძაღლის, კატის ან სხვა შინაური ცხოველის მიერ COVID-19-ის გავრცელების შემთხვევა;
- ვირუსი გადაეცემა წვეთოვანი გზით. აქედან გამომდინარე, თავდაცვისთვის საჭიროა ხელების ხშირად და გულმოდგინედ დაბანა და ნიღბის გამოყენება.

რა არ უნდა გავაკეთოთ?

ქმედებები, რომლებიც <u>არ არის</u> ეფექტური COVID-2019 - ის წინააღმდეგ და შესაძლოა ზიანიც გამოიწვიოს არის შემდეგი:

- მოწევა;
- რამოდენიმე პირბადის გამოყენება ერთდროულად;
- ანტიბიოტიკების მიღება.

ნებისმიერ შემთხვევაში, თუ გაქვთ ცხელება, ხველა და სუნთქვის გაძნელება, მიმართეთ სამედიცინო დახმარებას, რათა შეამციროთ უფრო მძიმე სიმპტომების განვითარების ალბათობა. ასევე, აუცილებლად შეატყობინეთ სამედიცინო პროვაიდერს თქვენი მოგზაურობის და გადაადგილების შესახებ.

წყარო:

1. https://www.who.int/publications/i/item/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-(covid-19)-and-considerations-during-severe-shortages
2. https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19
3. https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public
4. https://go.ifrc.org/emergencies/3972#details

მადლობა ყურადღებისთვის!

კითხვები?