

COVID19 დაინფიცირებული ან  
მისი სიმპტომების მქონე პირის  
მოვლა სახლის პირობებში



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## ტრენინგის თემები:

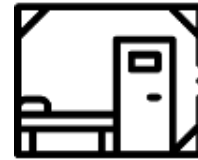
სიმპტომები



მოვლა სახლის  
პირობებში



ოთახის მოწყობა



ინფექციის  
პრევენცია



ბავშვებზე ზრუნვა



რუტინული სამედიცინო  
მომსახურება



ემოციური  
მხარდაჭერა



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## ახალი კორონავირუსის სიმპტომები:

### ხშირი სიმპტომები:

- ცხელება
- ხველა
- დაღლილობის შეგრძნება



სიმპტომების გამოვლენა ხდება მაქსიმუმ 14 დღეში, მაგრამ ხშირად დაინფიცირებიდან მე5 დღეს.

### ნაკლებად ხშირი სიმპტომები:

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

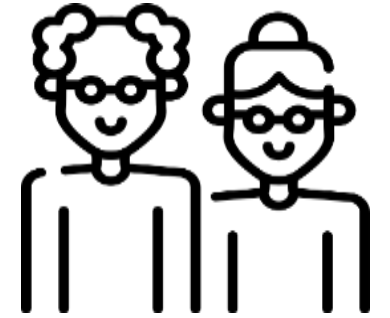


# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება



## ვინ მიეკუთვნება კორონავირუსის მაღალ რისკ ჯგუფებს?

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



იმუნოკომპრომე  
ტირებული  
მდგომარეობა  
(აივ/შიდსი)



საშუალო ან  
მძიმე ფორმის  
ასთმა



ფილთვების  
ქრონიკული  
დაავადება



გულის  
ქრონიკული  
დაავადებები

# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## მოვლა სახლის პირობებში:

დარწმუნდით რომ გაქვთ  
საჭირო საკონტაქტო  
ინფორმაცია



არ მიიღოთ სტუმრები



შეამცირეთ მომვლელების  
რაოდენობა



ხშირად დაიბანეთ  
ხელი



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

როგორ შევარჩიოთ მომვლელი პირი, რომელიც იზრუნებს ადამიანზე, რომელსაც აქვს დადასტურებული COVID-19 ან დაავადების სიმპტომები:

- მომვლელი პირი, უნდა იყოს ჯანმრთელი ადამიანი, რომელსაც არ აქვს ქრონიკული დაავადებები, როგორცაა არტერიული წნევა, აივ-ინფექცია, ტუბერკულოზი, დიაბეტი, ფილტვის ან გულის პრობლემები.
- შეარჩიეთ ერთი მომვლელი პირი, შეეცადეთ შეზღუდოთ მომვლელი პირების და კონტაქტების რაოდენობა.
- იდეალურ შემთხვევაში მომვლელი პირი უნდა იყოს ოჯახის წევრი, რომელიც ცხოვრობს დაავადებულ პირთან ერთად და უზრუნველყოფს უწყვეტ ზრუნვას.



## თვითიზოლაცია სახლის პირობებში

### ოთახის მოწყობა:

- დადასტურებული COVID-19 ან მისი სიმპტომების მქონე პირის ოჯახის წევრები შესაძლოა იყვნენ იზოლირებული ერთ ოთახში
- პირი დადასტურებული COVID-19 ან მისი სიმპტომებით უნდა იმყოფებოდეს მარტო, კარგი ვენტილაციის მქონე ოთახში.
- საეთო მოხმარების სივრცეებში (მაგ: სამზარეულო, სააბაზანო) უნდა იყოს კარგი ვენტილაცია (განიავების შესაძლებლობა).
- პირმა დადასტურებული COVID-19 ან მისი სიმპტომებით უნდა გამოიყენოს პირბადე და დაიცვას 2 მეტრიანი დისტანცია გარშემომყოფებისგან, „საიზოლაციო ოთახიდან“ გამოსვლის დროს.



## იზოლაციის დასრულება

პირები COVID-19-ით ან მისი სიმპტომებით, რომლებიც მკურნალობას გადიან სახლის პირობებში, და უტარდებათ ტესტირება იმის დასადგენად არიან თუ არა გადამდები, შეუძლიათ განაახლონ კომუნიკაცია ოჯახის წევრებთან, დატოვონ „საიზოლაციო ოთახი“ და გავიდნენ სახლიდან თუ (3ვე პირობა):

- სიმპტომების გამოვლენიდან გასულია სულ მცირე 14 დღე;
- არ აქვთ ცხელება ბოლო 3 სრული დღის განმავლობაში;
- გაუმჯობესებული აქვთ სხვა სიმპტომები (მაგ. ხველა).



პირებს, რომელთაც აქვთ ტესტით დადასტურებული COVID-19- სიმპტომების გარეშე და იმყოფებიან თვითიზოლაციაში სახლის პირობებში, შეუძლიათ სახლიდან გასვლა თუ:

- გასულია სულ მცირე 14 დღე ტესტის დადებითი პასუხის მიღებიდან;
- თუ დაავადება მიმდინარეობს კვლავ უსიმპტომოდ.



## COVID-19 გავრცელების პრევენცია თქვენს სახლში:



- ხშირად / ყოველდღიურად გაწმინდეთ სახლში არსებული ზედაპირები.
- ჩაატარეთ აბაზანისა და ტუალეტის ზედაპირების გაწმენდა და დეზინფექცია დღეში ერთხელ მაინც.
- ტუალეტის გამოყენების შემდეგ COVID-19 -ით დაავადებულმა პირმა მოახდინოს ზედაპირების დეზინფექცია, რათა, ვინც მის შემდეგ ისარგებლებენ სველი წერტილით არ დაინფიცირდნენ.
- COVID-19 -ით დაავადებულმა ან მისი სიმპტომების მქონე ადამიანმა არ უნდა მოამზადოს საკვები.
- მოერიდეთ ოჯახის ზრდასრულ წევრებთან ფიზიკურ კონტაქტს (მაგ. ჩახუტება, ხელის ჩამორთმევა და ა.შ.).

## COVID-19 გავრცელების პრევენცია თქვენს სახლში:

COVID-19 -ით დაავადებული ან მისი სიმპტომების მქონე ადამიანის ტანსაცმელი, თეთრეული, აბაზანის და ხელის პირსახოცი კარგად უნდა გაირეცხოს ჩვეულებრივი საპნით / სარეცხი საშუალებით და ცხელი წყლით და კარგად გაშრეს.



მოერიდეთ COVID-19-ით დაავადებული ან მისი სიმპტომების მქონე პირის მიერ გამოყენებულ საგნებთან ნებისმიერ შეხებას (მაგ. არ გამოიყენოთ მისი კბილის ჯაგრისი, სიგარეტი, ჭურჭელი, დანაჩანგალი, სასმელები, პირსახოცი, ხელსახოცი ან თეთრეული)

# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## პირბადის გამოყენება

ვინ უნდა ატაროს პირბადე:

სიმპტომების მქონე პირმა



მომვლელმა



იმ პირის ოჯახის წევრებმა, რომელსაც დადგენილი აქვს COVID-19



ხანდაზმულებმა ან ქრონიკული დაავადების მქონე პირებმა

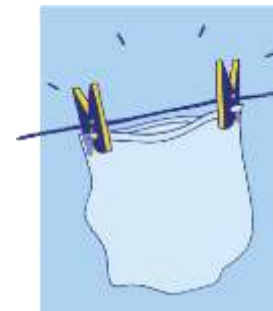
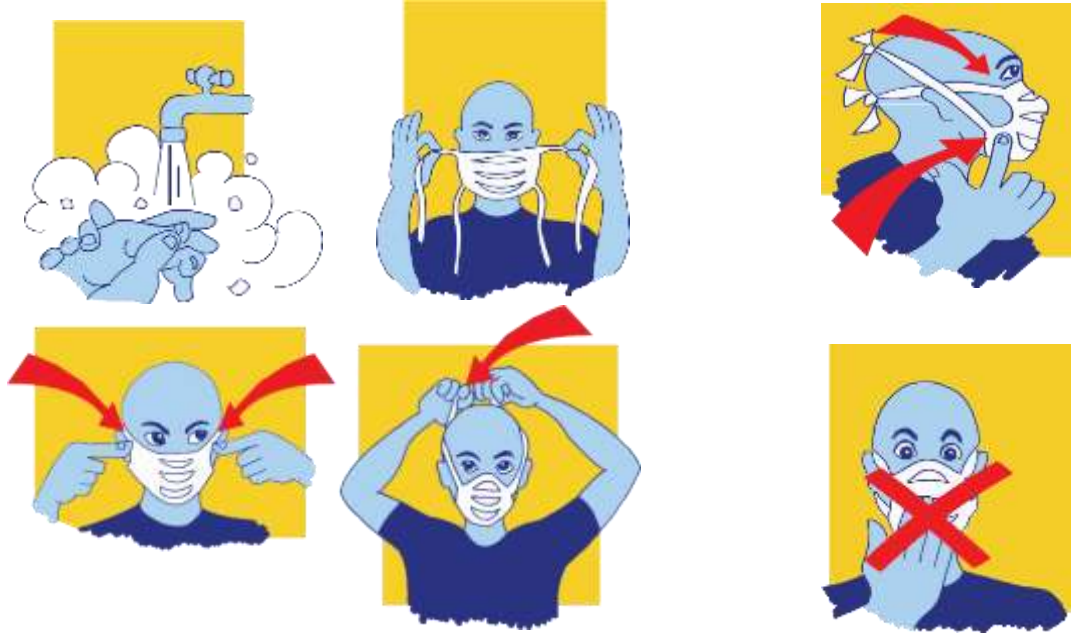


# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## პირბადის გამოყენება



- ნიღაბმა უნდა დაფაროს როგორც ცხვირი, ასევე პირი.
- ნიღაბი უნდა მოიხსნას მხოლოდ რეზინის შეხებით ისე, რომ არ შეეხოთ გარე და შიდა ფენებს.
- გამოყენების შემდეგ გარეცხეთ ქსოვილის ნიღბები საპნით და წყლით.



## ბავშვებზე ზრუნვა

თუ დედას აქვს COVID-19 ან მისი სიმპტომები არ დააშორეთ ის თავის ჩვილს, გარდა იმ შემთხვევისა თუ მას არ შეუძლია ჩვილ ბავშვზე ზრუნვა.



მეძუძურმა დედებმა უნდა განაგრძონ ძუძუთი კვება.  
ძუძუთი კვების დაწყებამდე უნდა გაიკეთონ პირბადე და დაიბანონ ხელები.



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

თუ გჭირდებათ დახმარება, საჭირო ინფორმაციის ან/და სერვისების მისაღებად:

## ღარაკეთ:

**15 05** - ჯანდაცვის სამინისტროს ცხელი ხაზი - ზოგადი ინფორმაციის მისაღებად.

**112** - საზოგადოებრივი უსაფრთხოების მართვის ცენტრი.

თუ თქვენ დაბრუნდით რომელიმე რისკის შემცველი ტერიტორიიდან ან 14 დღის განმავლობაში იმყოფებოდით თვითიზოლაციაში და გამოგივლინდათ დაავადების სიმპტომები.

**144** - მთავრობის ერთიანი ცხელი ხაზი - სხვადასხვა რეგულაციებისა და წესების შესახებ ინფორმაციის მისაღებად.

**800 000 018** - საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოების ცხელი ხაზი - ფსიქოსოციალური მხარდაჭერისა და სერვისების შესახებ ინფორმაციისთვის მისაღებად

## ენჯიეთ ვებ გვერდებს:

ჯანდაცვის სამინისტრო: <https://www.moh.gov.ge/>

დაავადებათა კონტროლის და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი: [www.ncdc.ge](http://www.ncdc.ge)

საზოგადოებრივი უსაფრთხოების მართვის ცენტრი: [112.gov.ge](http://112.gov.ge)

საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება [www.redcross.ge](http://www.redcross.ge)



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

## ემოციური მხარდაჭერა

- გაითვალისწინეთ, რომ თქვენს სახლში სხვადასხვა ადამიანს ექნება სხვადასხვა სტრეს ფაქტორი.
- მაქსიმალურად შეამცირეთ სტრესის გამომწვევი წყაროებიდან ინფორმაციის მოძიება და შეამცირეთ ახალი ამბების მისაღებად საჭირო დრო (დღეში 1-2-ჯერ, არა ყოველ საათში).
- მიუხედავად იმისა, რომ ამ დროს ბავშვებზე ზრუნვის გაწევა შეიძლება რთული აღმოჩნდეს, ბავშვებთან დროის გატარება და მათთან საუბარი და თამაში დაეხმარება მათ თავი საყვარლად და უსაფრთხოდ იგრძნონ.
- გაითვალისწინეთ, რომ თქვენს სახლში სხვადასხვა ადამიანს ექნება სხვადასხვა სტრეს ფაქტორი.
- მაქსიმალურად შეამცირეთ სტრესის წყაროები საიმედო წყაროებიდან ინფორმაციის მოძიებით და შეამცირეთ ახალი ამბების მისაღებად საჭირო დრო (დღეში 1-2-ჯერ, არა ყოველ საათში).
- მიუხედავად იმისა, რომ ამ დროს ბავშვებზე ზრუნვის გაწევა შეიძლება რთული აღმოჩნდეს, ბავშვებთან დროის გატარება და მათთან საუბარი და თამაში დაეხმარება მათ თავი საყვარლად და უსაფრთხოდ იგრძნონ.



# საქართველოს წითელი ჯვრის საზოგადოება

მადლობა ყურადღებისთვის!

კითხვები?

