

ინოვაციებისა და სამოქალაქო განვითარების ცენტრი - „პროგრესის სახლი“-ს საგაზეთო ჩანართი №11 - 2020 წელი

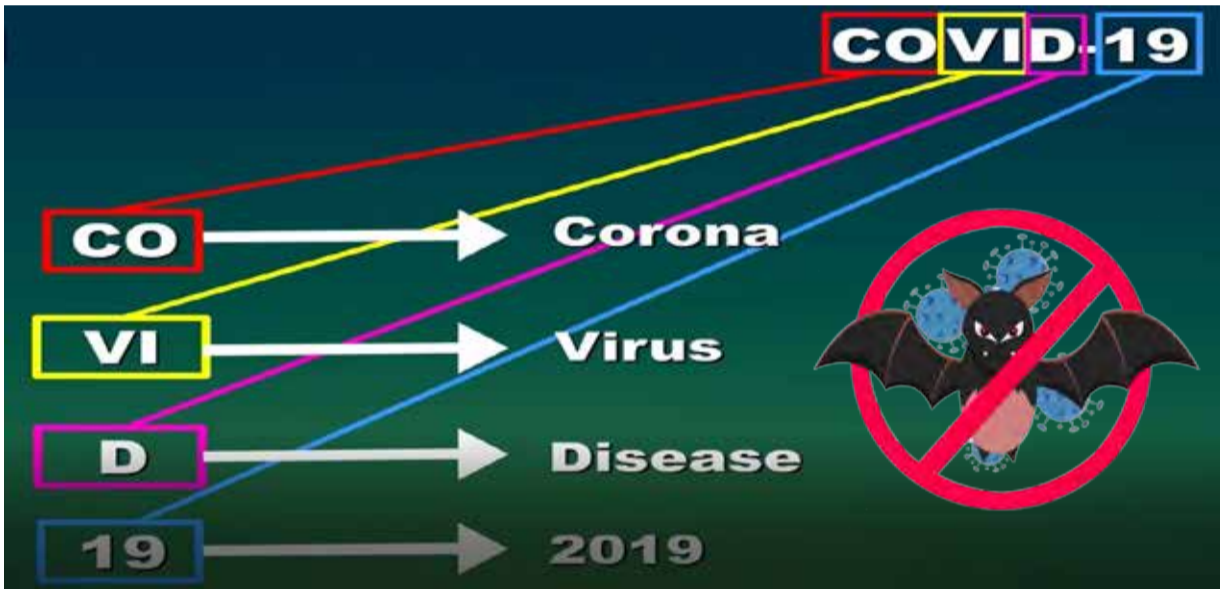
თვითმმართველობა

ინფორმაციის კვება

მომზადებულია საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს ვებ-გვერდზე (www.moh.gov.ge) აღებულ ინფორმაციაზე დაყრდნობით



ინფორმაცია რომელსაც უნდა ფლობდეთ კორონა ვირუსთან დაკავშირებით



COVID-19 სიმპტომები

ზოგჯერ დაავადება უსიმპტომოდ მიმდინარეობს და დაავადებულთა უმეტესი ნაწილი არ საჭიროებს სპეციალურ მკურნალობას და სტაციონარში მოთავსებას.

სიმპტომების გამოვლენას შეიძლება დასჭირდეს 2-დან 14 დღემდე პერიოდი. ადრეულ ეტაპზე, პაციენტმა სიმპტომები შესაძლოა მიაშვას გასოს გაციებას ან ჩვეულებრივ გრიპს.

დაავადების სიმპტომები, მკურნალობა და ვადები განსხვავდება მიმდინარეობის მიხედვით, შესაძლოა იყოს მსუბუქი, საშუალო და კრიტიკული.

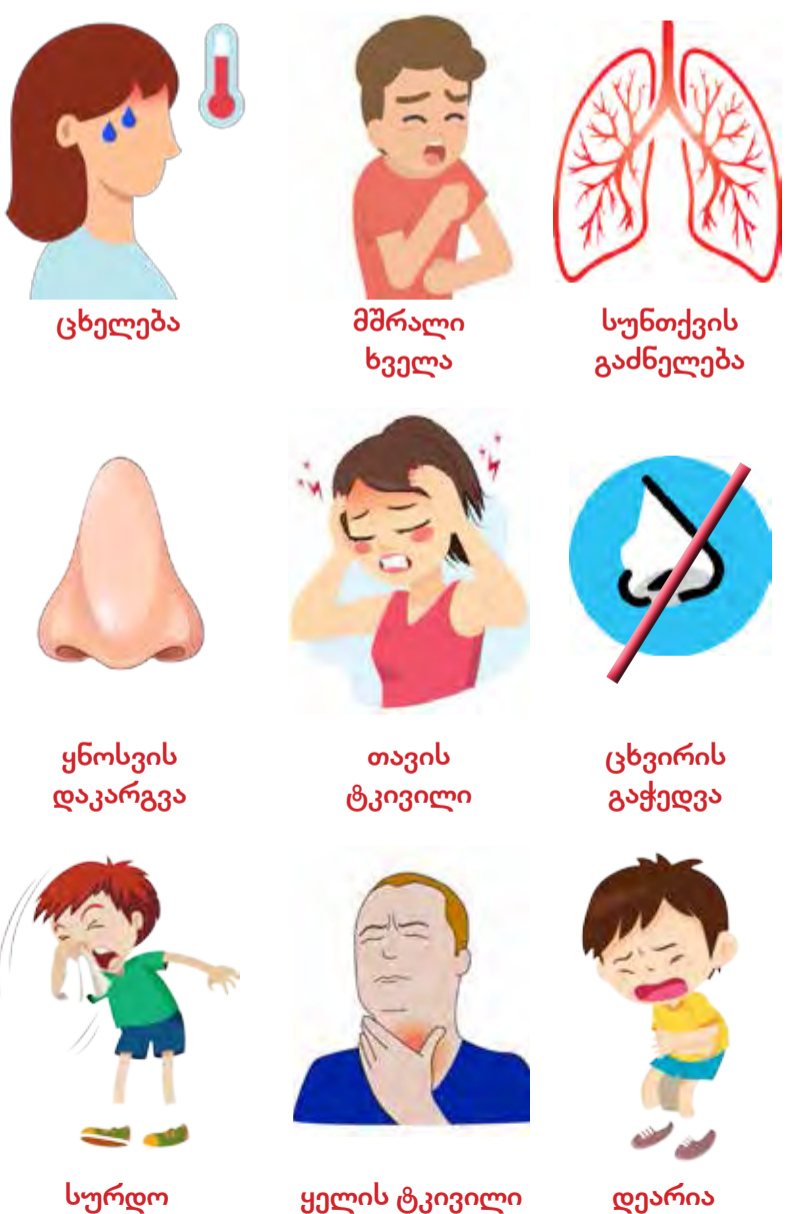
ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციისა და ჩინეთის ერთობლივი კვლევების მიხედვით ადამიანების დაახლოებით 88%-ს პროცენტს ვისაც COVID-19 დაუდგინდა, აღენიშნებოდა ცხელება.

ახალი კორონავირუსი პაციენტების უმეტესობაში იწვევს სასუნთქი ორგანოების დაზიანებით გამოწვეულ ჯანმრთელობის პრობლემებს. ინფექციის პირველ დღეებში ვირუსი შესაძლოა შეიჭრას ფილტვის უჯრედში და შეუძლია ზიანი მიაყენოს ფილტვის სტრუქტურას.

მშრალი ხველა, რომელიც არის ამ ვირუსის ერთ-ერთი გავრცელებული სიმპტომი, შეიძლება იყოს ფილტვების ანთების გამოხატულება.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ინფორმაციით ყოველი 6 COVID-19-ით დაავადებული ადამიანიდან, ერთს აღენიშნება სუნთქვის გაძნელება, ხანდაზმული და მრავლობითი ქრონიკული დაავადების მქონე პირები, რომელთაც აღენიშნებათ მაღალი არტერიული წნევა, სასუნთქი სისტემის, გულის პრობლემები და დიაბეტი, უფრო მეტად არიან ამ დაავადების გართულების რისკის ქვეშ.

ჩვეულებრივი, მსუბუქი შემთხვევები შეიძლება სწრაფად განიკურნოს, მაგრამ საშუალო



და კრიტიკულ შემთხვევებში შესაძლოა განვითარდეს პნევმონია (ფილტვების ანთება) ან მწვავე რესპირატორული დისტრეს სინდრომი.

მწვავე რესპირატორული დისტრეს სინდრომი არის დაავადება, რომლის დროსაც ფილტვებში ჰაერით სავსე წვრილ, ელასტიურ ბუშტებში (ალვეოლები) გროვდება სითხე შესაბამისად, მცირდება ჟანგბადის მიწოდება სისხლისთვის და ორგანოები ვერ იღებენ საკმარის ჟანგბადს ნორმალური ფუნქციონირებისთვის. მწვავე რესპირატორული დისტრეს სინდრომი შესაძლოა გახდეს ფატალური შედეგის მიზეზი კრიტიკულ შემთხვევებში შეიძლება გამოიწვიოს სუნთქვის უკმარისობა, ასეთ შემთხვევაში პაციენტი ხშირად თავსდება ინტენსიური თერაპიის განყოფილებაში.

მწვავე რესპირატორული დისტრეს სინდრომის მკურნალობის დროს, მიზანშეწონილია, ჟანგბადის მიწოდება და მექანიკური ვენტილაცია. შესაძლოა ფილტვში სითხის არსებობა ართულებდეს ჟანგბადის მიწოდებას, რაც შეიძლება გახდეს გარდაცვალების მიზეზი.

პაციენტთა გამოჯანმრთელებისთვის საჭირო დრო შეიძლება იყოს რამდენიმე დღე ან რამდენიმე კვირა, დაავადების სიმძიმეიდან გამომდინარე. ყველაზე კრიტიკულ შემთხვევებში კი, გამოჯანმრთელებას შეიძლება თვეები დასჭირდეს.

გამოჯანმრთელების შემდეგ პაციენტი იმყოფება თვითიზოლაციაში, ექიმები და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის წარმომადგენლები განსაზღვრავენ გადადების რისკის პერიოდს დასრულებას.

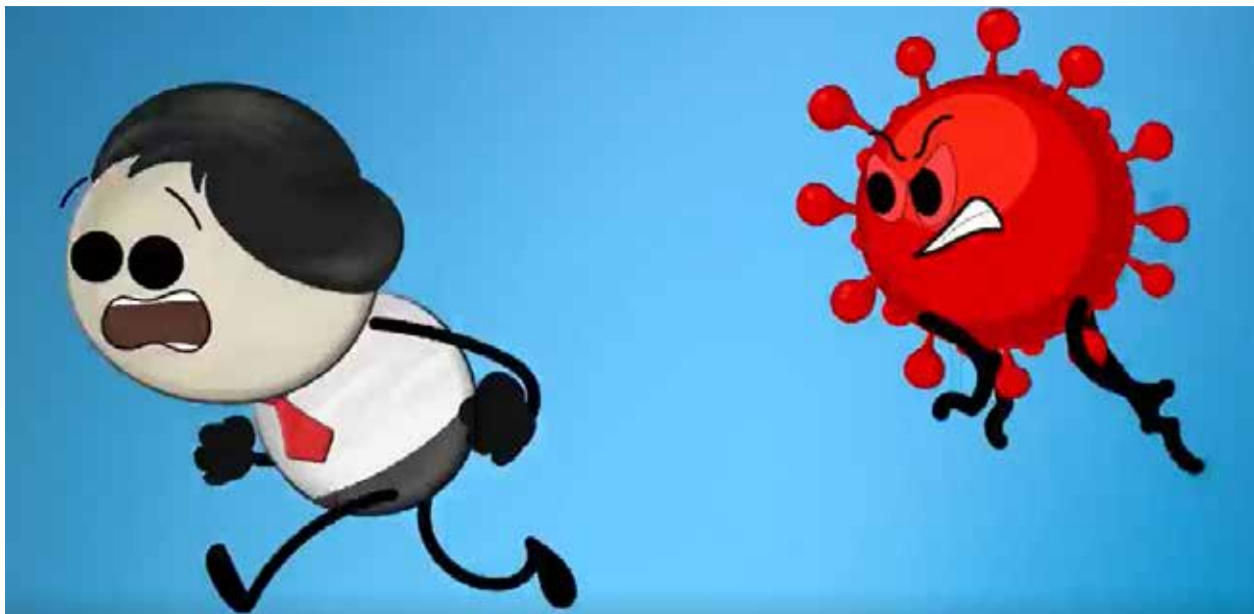
ამ დროისთვის ვირუსის სანინაალმდეგო ვაქცინა არ არსებობს. საუკეთესო გზა ავადმყოფობის თავიდან აცილებისათვის არის რეკომენდაციების დაცვა და სოციალური დისტანცირება.

COVID-19 ადამიანიდან ადამიანზე მარტივად ვრცელდება - კონტაქტით, ხელების და ცემინების გზით. ასე რომ ხშირად დაიბანეთ ხელები და მოერიდეთ მჭიდრო კონტაქტებს. ნივთები რომელსაც ყოველდღიურად ეხებით გაასუფთავეთ სადეზინფექციო ხსნარით

დარჩით სახლში, დაიცავით სისუფთავე და ნუ მიეცემით პანიკას. COVID-19 უმეტეს შემთხვევაში განკურნებადია

როგორ უნდა დავიცვათ თავი ახალი კორონავირუსისაგან

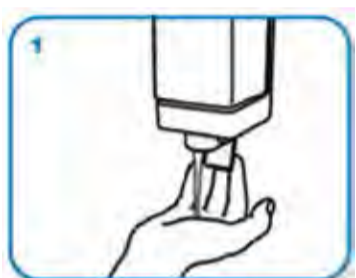
- ▶ ხშირად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყალით არანაკლებ 20 წამის განმავლობაში ან გამოიყენეთ სპირტის შემცველი ხსნარი
- ▶ ნუ შეეხებით თვალებს, ცხვირსა და პირს დაუბანელი ხელით
- ▶ მოერიდეთ მჭიდრო კონტაქტს დაავადებულ ადამიანთან/არ გამოიყენოთ დაავადებული ადამიანის პირადი ნივთები
- ▶ ხელისა და ცემინებისას აიფარეთ პირსა და ცხვირზე ერთჯერადი ცხვირსახოცი ან მოხრილი იდაყვი



ხელების წყლითა და საპნით დაბანის წესები



დაისველეთ ხელები წყლით



ჩამოასხით ხელისგულზე საკმარისი საპონი ხელის ზედაპირების სრულად დასაფარად



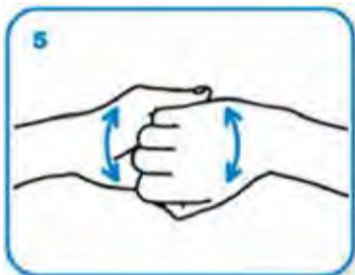
გადაანანილეთ და შეზილეთ თანაბრად ხელისგულებზე



მარჯვენა ხელისგულით დაიმუშავეთ მარცხენა ხელის ზურგი, თითების გადაჭდობით და პირიქით



ხელისგულები შეატყუპეთ და თითები გადააჭდეთ



თითის ზურგები დაიმუშავეთ მეორე ხელის მუჭში მოქცევით



მარცხენა ცერა თითი დაიმუშავეთ წრიული მოძრაობით მარჯვენა მუჭით და პირიქით



მარჯვენა ხელის თითების წინ და უკან წრიული მოძრაობით მარცხენა ხელისგულზე და პირიქით



დაიბანეთ ხელები წყლით



გაიმშრალეთ ხელები ერთჯერადი პირსახოცით



ონკანის დასაკეტად გამოიყენეთ ერთჯერადი პირსახოცი



თქვენი ხელები უკვე უსაფრთხოა

ხელების დამუშავება სპირტის შემცველი ხსნარით



ჩამოასხით ხელისგულზე საკმარისი სპირტის შემცველი ხსნარი, ხელის ზედაპირების სრულად დასაფარად



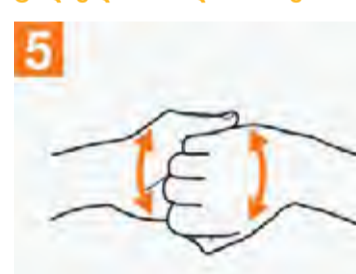
გადაანანილეთ და დაამუშავეთ თანაბრად ხელისგულზე



მარჯვენა ხელისგულით დაიმუშავეთ მარცხენა ხელის ზურგი, თითების გადაჭდობით და პირიქით



ხელისგულები შეატყუპეთ და თითები გადააჭდეთ



თითის ზურგები დაამუშავეთ მეორე ხელის მუჭში მოქცევით



მარცხენა ცერა თითი დაიმუშავეთ წრიული მოძრაობით მარჯვენა მუჭით და პირიქით



მარჯვენა ხელის თითების წინ და უკან წრიული მოძრაობით მარცხენა ხელისგულზე და პირიქით



გაიმრეთ ხელები

