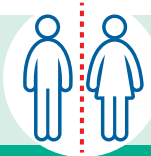


Ինքնամեկուսացում

Նոր կորոնա վիրուսի (COVID-19) հետ կապված առաջարկություններ
ինքնամեկուսացման մեջ գտնվող անձանց համար



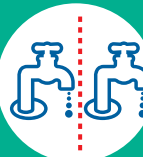
Մնացեք ձեր Նստավայրում կամ բնակարանում
Մի գնացեք աշխատանքի, Դպրոցում կամ այլ Զասարակական վայրեր



Առանձնացեք մնացածներից
ձեր բնակավայրում կամ բնակարանում



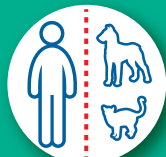
Չընդունեք հյուրեր ձեր բնակավայրում կամ բնակարանում:



Չօգտագործեք համատեղ բնակելի տարածքները
Համատեղ բնակելի տարածքները օգտագործման դեպքում այն պետք է մաքրվի մանրակրկտորեն:



Սննդամթերքը, դեղերը և այլ միջոցները պետք է ապահով կերպով մատակարարվեն:



Խուսափեք շփվել ձեր ընտանի կենդանիների հետ: Եթե դա անխուսափելի է, շփվելուց առաջ և հետո լվացեք ձեռքերը:

Դադարեցրեք վարակի տարածումը



Հագվալու և փռշտալու դեպքում փակեք ձեր դեմքը միանգամյա օգտագործման թաշկինակով:



Թաշկինակը օգտագործելուց հետո անմիջապես նետել այն փակ աղբարկղ:



Լվացեք ձեռքերը օճառով և ջրով:



Օգտագործեք առանձին կենցաղային իրեր, ինչպիսիք են սրբիչները, սպիտակեղենը, ատամի խոզանակները, բաժակները և ափսեները:



Դրեք դիմակ՝ ուրիշների հետ շփման ընթացքում

Լվացեք ձեր ձեռքերը օճառով և ջրով՝



Մնդի պատրաստումից առաջ և հետո



Չուճարանի օգտագործումից հետո

Հոգ տարեք ձեր սեփական առողջության և բարեկեցության մասին

Եթե վատ եք զգում



Հանգստացեք, մինչև ավելի լավ զգաք



Ընդունեք անհրաժեշտ քանակությամբ հեղուկ մինչև ձեր վիճակի բարելավումը:

Ինքնամեկուսացման մեջ գտնվող բոլոր անձանց համար:



Ընկերների և ընտանիքի անդամների հետ կապ պահպանեք հեռախոսով, տեսախոսքերով կամ առցանց:



Եղեք ֆիզիկապես և ակտիվ տնային և պայմաններում, եթե դա հնարավոր է:

Եթե դուք զգում եք շնչառական ախտանիշներ (ջերմություն, հագ, շնչառություն) կապվեք 112-ի հետ:

12.03.2020



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԱՆՈՒՅԵԼԱԿԱՆ ԲՈՒԹՅԱՆ ԴԱՏԱՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԿԵՆՏՐՈՆ

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք՝ StopCoV.ge; moh.gov.ge; ncdc.ge; www.facebook.com/ncdcgeorgia
Կամ Ձանգահարեք թեժ գծին՝ 116 001; 15 05



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԱՆՈՒՅԵԼԱԿԱՆ ԲՈՒԹՅԱՆ ԴԱՏԱՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԿԵՆՏՐՈՆ
GEORGIAN NATIONAL CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PUBLIC HEALTH

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Յուրաքանչյուր մարդու
պատասխանատվությունը կարևոր է



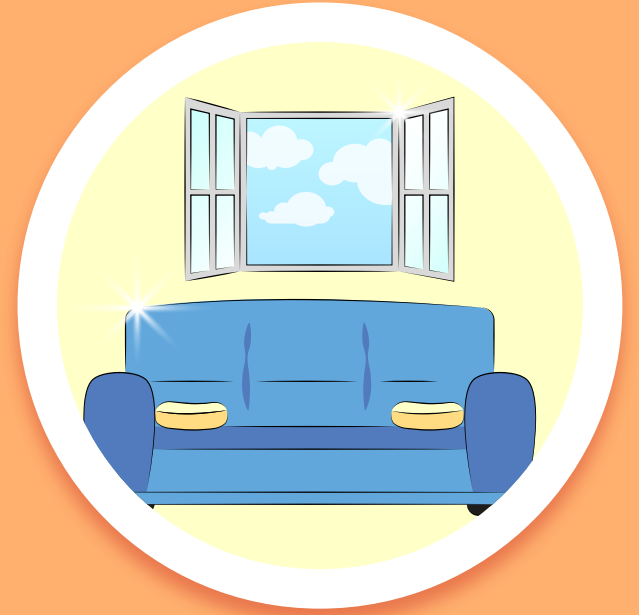
Ձեռքերը հաճախ լվացեք
օճառով և ջրով կամ
ախտահանեք
սպիրտային լուծույթով



Խուսափեք
ճանապարհորդել
դեպի բարձր
ռիսկային գոտում
գտնվող երկրներ:



Խուսափեք ձեռքերով
հպել աչքերին,
բերանին և քթին:



Պահպանեք մաքրությունը,
հաճախ մաքրեք,
օդափոխեք և սրբեք թաց
կտորով ձեր բնակավայրը և
աշխատանքային
միջավայրը:

Վերցրեք հանրային պատասխանատվության ձեր բաժինը

1

1

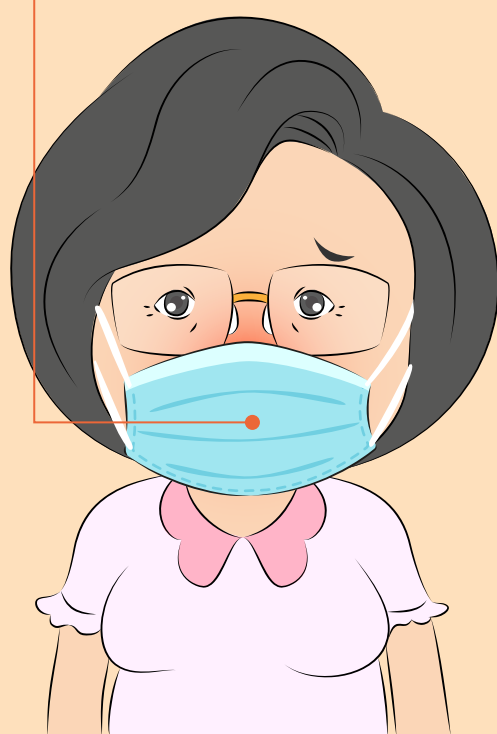
Հազալու և փռ
շտալու դեպքում
փակեք ձեր դեմքը
միանգամյա
օգտագործման
թաշկինակով:



2

2

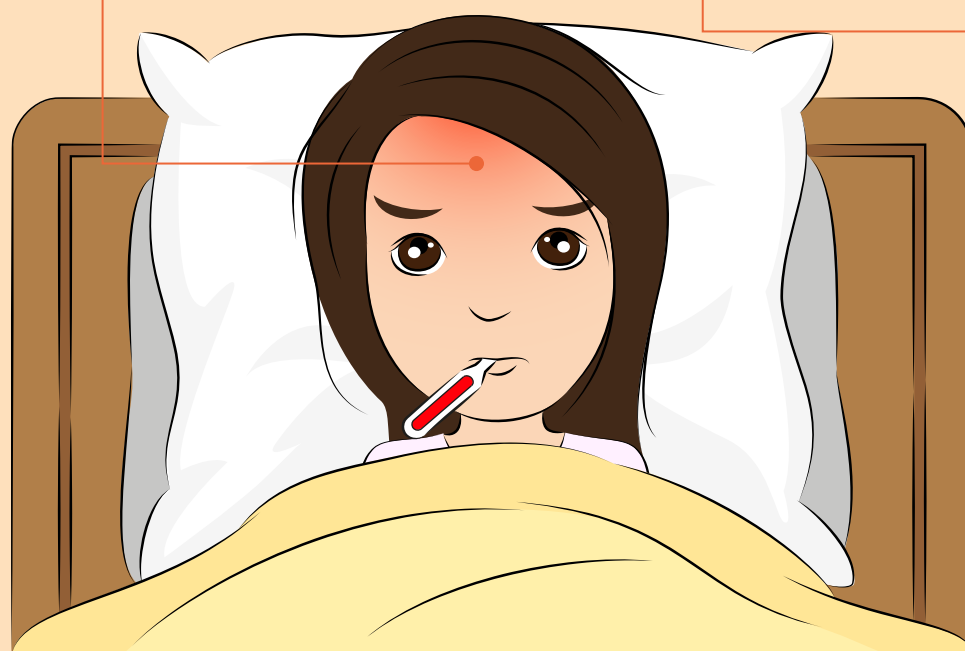
Հիվանդության
ընթացքում
կիրառեք
բժշկական
դիմակ և
անմիջապես
դիմեք բժշկի:



3

3

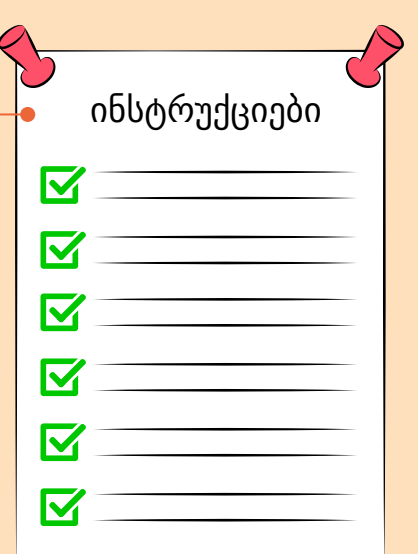
Խուսափեք մար
դաշատ տարածք
ներից՝ հիվանդու
թյան ժամանակ:



4

4

Հետևեք
առողջապահության
մասնագետների
կողմից
տրամադրված
կանխարգելիչ
միջոցառումներին:



Մի տարածեք կեղծ տեղեկություններ

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք՝ [StopCoV.ge](https://stopcov.ge);
moh.gov.ge; ncdc.ge կամ www.facebook.com/ncdcgeorgia
կամ զանգահարեք թեժ գծի համարին 116 001; 15 05

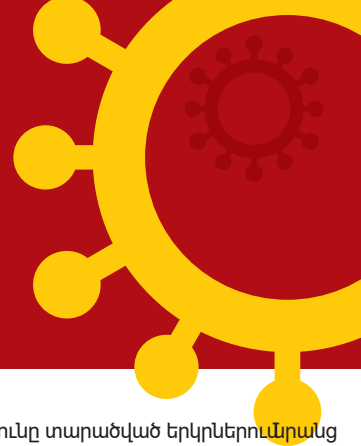


საქართველოს ოჯახიანობის
დაჯანსაღების, ჯანდაცვის
და სოციალური დაცვის სამინისტრო



დაავადებათა კონტროლისა და
საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის
ეროვნული ცენტრი
GEORGIAN NATIONAL CENTER FOR DISEASE
CONTROL AND PUBLIC HEALTH

Նոր կորոնավիրուս (2019-nCoV)



Ի՞նչ է Նոր կորոնավիրուսը?

COVID-19 կորոնավիրուսի հետևանքով առաջացած հիվանդություն, որը սկսվել է 2019 թվականի դեկտեմբերի կեսին Չինաստանի կենտրոնական Հուբեյ նահանգի Ուհան քաղաքում: Հետագայում չինացի գիտնականները առանձնացրել են Նոր COVID-19 կորոնավիրուս, որը ոչ պակաս, և ծանր սուր շնչառական համախտանիշին (հայտնի է նաև որպես ատիպիկ թոքաբորբ):

Ո՞վ է ռիսկի դիմում ?

Մարդիկ, ովքեր չեն ճանապարհորդել հիվանդությունը տարածված երկրներում, այնուամենայնիվ, ովքեր չեն սպառում: Մարդիկ, ովքեր ուղևորվել են բարձր ռիսկի երկրներ և ժամանումից 2 շաբաթ անց շնչառական ախտանիշներն անմիջապես ի հայտ եկան, կապվեն բժշկական հաստատության կամ 112-ի հետ: Նաև այն անձինք, ովքեր սերտ կապ են ունեցել հնարավոր կամ հաստատված COVID-19-ի հետ եթե այդպես է, ապա նրանց հարկավոր է 14 օր մեկուսացման մեջ մնալ, և շնչառական ախտանիշների հայտնաբերվելուց անմիջապես հետո կապվեք բժշկական հաստատության կամ 112-ի հետ:

Նոր կորոնավիրուսի ախտորոշում
վիրուսով հիվանդները բացահայտելուց
հետո, ախտանիշները դրսևորվում էր 2-ից
14 օրվա ընթացքում:

Ինչպե՞ս են տարածվում կորոնավիրուսները ?



Օդակաթիլային
ճանապարհով՝ հագալու
և փռշտալու միջոցով,



Սերտ անձնական
շփում, օրինակ,
վարակված մարդու
խնամք,



Երբ անձը դիպչում է
այնպիսի առարկայի կամ
մակերեսի, որի վրա եղել է
վիրուսը, ապա դիպչում է իր
բերանին, կամ աչքերին
առանց ձեռքերը լվանալու:



Հազվադեպ
դեպքերում
Կապի հետ
շփման մեջ

Որո՞նք են COVID-19-ի ախտանիշները ?

Ինչպես հաղորդվում է, հիվանդությունը տատանվում է մեղմից մինչև ծանր դեպքերի, երբ հիվանդները տեղափոխվում են հիվանդանոց և մահանում: Ախտանիշները ներառում են՝



Ջերմություն



Հազ



Շնչառության
դժվարություն



Ծանր հիվանդություն

Ինչպե՞ս պաշտպանել ձեզ Նոր կորոնավիրուսից ?

Ինչպես շնչառական այլ հիվանդությունների դեպքում, կան քայլեր, որ յուրաքանչյուր անձ կարող է ձեռնարկել ամեն օր՝ նվազեցնելու հիվանդանալու և շրջանառվող վիրուսներով այլ մարդկանց վարակելու ռիսկը: Դուք պետք է՝

- Ձեր ձեռքերը հաճախ լվացեք օճառով և ջրով առնվազն 20 վայրկյան կամ օգտագործեք զոլ վրա հիմնված լուծույթ:
- Մի դիպչեք աչքերին, քթին և բերանին չմշակված ձեռքով:
- Խուսափեք վարակված մարդու հետ սերտ կապից
- Հազալիս և փռշտալիս դեմքի և քթի վրա պահեք թաշկինակ կամ թեքված արմունկ

Հիշե՛ք: Առողջ մարդը պետք է դիմակ հագնի միայն վարակված անձի հետ սերտ շփման ժամանակ

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք՝
StopCoV.ge; moh.gov.ge; ncdc.ge կամ
facebook.com/ncdcgeorgia
Կամ զանգահարեք թեժ գծի համարին
15 05; 116 001

12/03/2020



ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԲՆԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ
ԺԱՐՈՒՄԱԿԱՆ ԿԵՆՏՐԱԼ ԿԱԶՄԱՆԴԱՐԱՆ
ՊԱՏԱԿԱՆ ԿԱԶՄԱՆԴԱՐԱՆ ԵՎ
ՆԵՐՈՒՄԱԿԱՆ ԿԱԶՄԱՆԴԱՐԱՆ



ԳԵՐՄԱՆԻԱԿԱՆ ԿԵՆՏՐԱԼ ԿԱԶՄԱՆԴԱՐԱՆ
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԲՆԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ
ԺԱՐՈՒՄԱԿԱՆ ԿԵՆՏՐԱԼ ԿԱԶՄԱՆԴԱՐԱՆ
GEORGIAN NATIONAL CENTER FOR DISEASE
CONTROL AND PUBLIC HEALTH

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Նվազեցրեք **կորոնավիրուսով** վարակվելու ռիսկը:



Հոսող ջրի տակ օձառով լվացեք ձեռքերդ, կամ օգտագործեք ձեռքերը մշակելու համար սպիրտին փոխարինող հեղուկ

Հագալիս կամ փռչտալիս բերանը և քիթը ծածկեք



Աշխատեք հեռու մնալ այն մարդկանցից, ովքեր վարակված են հարբուխով կամ նման

Մնվեք բարձր ջերմաստիճանում խաշած մսով և ձկով



Հեռու մնացեք անապահով և խիստ անմիջական կապից վայրի և ընտանի



World Health
Organization



დაავადებათა კონტროლისა და
სამრეცოდენო პანორამის
ეროვნული ცენტრი
GEORGIAN NATIONAL CENTER FOR DISEASE
CONTROL AND PUBLIC HEALTH



StopCoV.GE; NCDC.GE



Թեժ գիծ : 116 001; 15 05



12.03.2020