რეკომენდაციები COVID-19-სთვის

რჩევები მათ, ვინც ცხოვრობს პაციენტთან ერთად

ხელები დაიბანეთ ხშირად

იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ კონტაქტში იმყოფებით პაციენტთან ან მის ნივთებთან, ხელები დაიბანეთ ხშირად და საფუძვლიანად საპნითა და გამდინარე წყლით, მინიმუმ 20 წამის განმავლობაში, და შემდეგ კარგად გაიშრეთ.

მაქსიმალურად შეზღუდეთ პაციენტთან კონტაქტი

მოერიდეთ კონტაქტს პაციენტთან და მის მიერ გამოყენებულ ნივთებს.

დარწმუნდით, რომ საერთო სივრცეები (სამზარეულო, აბაზანა) კარგად ნიავდება

ხშირად გააღეთ ფანჯრები

მითითების შესაბამისად გაიკეთეთ ნიღაბი

გაიკეთეთ ნიღაბი, როდესაც იმყოფებით ოთახში პაციენტთან ერთად. ნიღბის მოხმარების პროცესში არ შეეხოთ მას. დაუყოვნებლივ გამოიცვალეთ ნიღაბი, მისი ნერწყვით/სეკრეტით დასველების და დაბინძურების შემთვევაში. მოხმარბის შემდეგ, გადააგდეთ ნიღაბი საყოფაცხვორებო ნარჩენების ურნაში და დაიცავით ხელის ჰიგიენა.

ნუ მიიღებთ სტუმრებს

თქვენს ბინაში, სახლში უნდა დარჩნენ მხოლოდ ის ადამიანები, ვინც იქ ცხოვრობენ. ნუ მიიღებთ სტუმრებსა და მნახველებს. თუ მიგაჩნიათ, რომ ასეთი აუცილებლობა არსებობს, განიხილეთ ეს საკითხი საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ცენტრის სპეციალისტთან. თუ სასწრაფოა ისეთ ადამიანთან დაკავშირება, ვინც თქვენი ოჯახის წევრი არ არის, დაურეკეთ და ესაუბრეთ ტელეფონზე.

არ გამოიყენოთ საზიარო საყოფაცხოვრებო საგნები

არ გამოიყენოთ საზიარო თეფშები, ჭიქები, ჭურჭელი, პირსახოცები, თეთრეული ან სხვა ნივთები; იგივე წესებს მიჰყევით, თუ უვლით სხვა ადამიანს. ნივთები გამოყენების შემდეგ, კარგად გარეცხეთ ისინი საპნითა და წყლით; თუ გაქვთ ჭურჭლის სარეცხი მანქანა გამოიყენეთ ის ჭურჭლისა და დანა-ჩანგლის გასარეცხად.

ტუალეტი და აბაზანა

გამოიყენეთ ცალკე აბაზანა, თუ ამის საშუალება არ არის, აუცილებელია რეგულარული წმენდა. თუ ცალკე სველი წერტილი არ არის ხელმისაწვდომი - რიგრიგობით უნდა იყოს გამოყენებული- ანუ პაციენტმა სველი წერტილი ბოლომ უნდა გამოიყენოს და შემდეგ ისევ

რეკომენდაციები COVID-19-სთვის

კარგად გაიწმინდოს. პაციენტი უნდა იყენებდეს პირად პირსახოცებს (ხელის, სხეულის), რომელსაც ოჯახის სხვა წევრები არ გამოიყენებენ.

სახლის დასუფთავება

ყოველდღიურად გაწმინდეთ საყოფაცხოვრებო საწმენდი საშუალებებით ყველა ზედაპირი, განსაკუთრებული ყურადღება მიაქციეთ ხშირად შეხებად ნივთებს: მაგიდის ზედაპირებს, კარის სახელურებს, აბაზანის მოწყობილობებს, უნიტაზებს, ტელეფონებს და კლავიატურას.

ნახველის და ნერწყვის მოსაშორებლად გამოიყენეთ ერთჯერადი ხელსახოცი.

თუ თქვენ არ გაქვთ შესაფერისი საყოფაცხოვრებო საწმენდი საშუალებები, ზედაპირების დასამუშავებლად შეგიძლიათ გამოიყენოთ მათეთრებელი ხსნარი. მათეთრებელი ხსნარის დასამზადებლად, ერთი სუფრის კოვზი მათეთრებელი ფხვნილი/ერთი ჩაის კოვზი მათეთრებელი ხსნარი გახსენით ერთ ლიტრ წყალში.

დაბინძურებულ ნივთებთან კონტაქტისას გამოიყენეთ ერთჯერადი ხელთათმანები და წინსაფარი. ხელთათმანების და წინსაფრის გამოყენების შემდეგ ხელები დაიბანეთ საპნითა და წყლით.

სამრეცხაო

პაციეტნის ტანსაცმლი გარეცხეთ სარეცხი მანქანის მაქსიმალური ტემპერატურის რეცხვის რეჟიმით (60 გრადუსზე ზევით). სასურველია, რეცხვის შემდეგ ტანსაცმელი გააშროთ და გაათუვოთ მაღალი ტემპერატურის გამოყენებით.

დაბინძურებულ ნივთებთან კონტაქტისას გამოიყენეთ ერთჯერადი ხელთათმანები და წინსაფარი.

სარეცხი არ წაიღოთ ქიმწმენდაში.

დაბინძურებულ სარეცხთან შეხებისას დაიბანეთ ხელები საფუძვლიანად საპნითა და წყლით.

ნარჩენები

ყველა ნარჩენი, რომელიც კონტაქტში იყო პირთან, გამოყენებული ცხვირსახოცების და პირბადეების ჩათვლით, უნდა მოთავსდეს ცელოფნის პარკში და ავსებისას თავი შეეკრას. ამის შემდეგ ეს პარკი მოათავსეთ მეორე პარკში და თავი შეუკარით. ასეთი ნარჩენების პარკში არ ჩაყაროთ საკვების ნარჩენები. ამის შემდეგ შეგიძლიათ ნარჩენების გადაყრა საერთო წესით.

რეკომენდაციები COVID-19-სთვის

რეკომენდაციები მათ, ვინც იმყოფება თვითიზოლაციაში ახალ კორონავირუსთან პოტენციური ექსპოზიციის გამო.

აღნიშნული ქმედებები დაემხარება ადამიანებს, როგროც სახლში ასევე გარეთ თავიდან აირიოდონ ინფექციის გავრცელება.