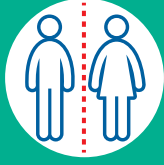


Özünü təcrid etmək

Özünü təcrid etmiş insanlar üçün yeni koronavirusla əlaqəli tövsiyələr



Öz yaşayış yerinizdə və ya mənzilinizdə qalın. İşə, məktəbə və ya digər ictimai yerlərə getməyin



Özünü yaşayış yerinizdə və ya mənzildə başqalarından ayırın.



Yaşayış yerinizdə və ya mənzildə qonaq qəbul etməyin.



Ümumi istifadə olunan məişət yerlərindən istifadə etməyin. Belə yerlər siz istifadə etdikdən sonra ciddi şəkildə hərtərəfli təmizlənməlidir.



Qida, dərman və digər lazımlı vasitələri etibarlı və güvənli şəkildə təmin olunmalıdır.



Ev heyvanlarınızla təmasdan çəkinin. gər bu qaçılmazdırsa, təmasdan əvvəl və sonra əllerinizi yuyun.

İnfeksiyanın yayılmasını dayandırın



Öskürərkən və asqırarkən ağız və burnunuzu kağız dəsmal ilə **örtün**



Dəsmal istifadə etdikdən dərhal sonra **qapalı zibil qutusuna atın**



İllerinizi sabun və su ilə **yuyun**



Yalnızca sizə aid olan məişət əşyalarından istifadə edin, hansılara ki, dəsmal, yataq dəsti, diş fırçası, stəkan və boşqabı aid etmək olar.



Başqaları ilə təmasda olarkən **maska taxın**

İllerinizi sabun və su ilə yuyun



Yemək hazırlamazdan və qəbul etməzdən öncə



Tualetdən istifadə etdikdən sonra

Öz sağlamlığının və rifahınızın qayğısına qalın

Özünü halsız hiss edirsinizsə



Özünü yaxşı hiss edənə qədər dincəlin



Mütəmadi olaraq sidik ifraz edənə qədər lazımlı miqdarda su için

Özünü təcrid edən bütün şəxslər üçün



Dostlarınız və ailənizlə telefondan istifadə edərək, video və onlayn rejimdə əlaqə saxlayın.



gər bu mümkündürsə, ev şəraitində fiziki cəhətdən aktiv olun.

Tənəffüs xəstəlikləri simptomları (hərarət, öskürək, təngnəfəslik) aşkarlanarsa 112-ə zəng edin

13.03.2020



საქართველოს მთავრობის
ჯანდაცვის დეპარტამენტი,
საქართველოს ექსპერტული ცენტრი
საერთაშორისო დაავადებების
კონტროლისა და პუბლიკ ჯანდაცვის
ცენტრი

Ətraflı məlumat üçün daxil olun :
StopCov.ge ; moh.gov.ge
Ncdc.ge və ya facebook.com/ncdcgeorgia
Və ya qaynar xəttə zənd edin
15 05 ; 116 001



საქართველოს მთავრობის
ჯანდაცვის დეპარტამენტი,
საერთაშორისო დაავადებების
კონტროლისა და პუბლიკ ჯანდაცვის
ცენტრი