

დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი

ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი

გილოცავთ ახალ 2017 წელს

და გისურვებთ ჯანმრთელობას!

(საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის მინისტრის ბრძანება
N01-57/6 19 ნოემბერი 2015 წ.).

[illegible]

2017	იანვარი / JANUARY						თებერვალი / FEBRUARY					მარტი / MARCH					
კვირა	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Week
ორშაბათი		2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27	MONDAY
სამშაბათი		3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28	TUESDAY
ოთხშაბათი		4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29	WEDNESDAY
ხუთშაბათი		5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30	THURSDAY
პარასკევი		6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31	FRIDAY
შაბათი		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25		SATURDAY
კვირა	1	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26		SUNDAY
	აპრილი / APRIL						მაისი / MAY					ივნისი / JUNE					
კვირა	17	18	19	20	21		22	23	24	25		26	27	28	29	30	Week
ორშაბათი		3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26	MONDAY
სამშაბათი		4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27	TUESDAY
ოთხშაბათი		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28	WEDNESDAY
ხუთშაბათი		6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	THURSDAY
პარასკევი		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	FRIDAY
შაბათი	1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24		SATURDAY
კვირა	2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25		SUNDAY
	ივლისი / JULY						აგვისტო / AUGUST					სექტემბერი / SEPTEMBER					
კვირა	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	Week
ორშაბათი		3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25	MONDAY
სამშაბათი		4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26	TUESDAY
ოთხშაბათი		5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27	WEDNESDAY
ხუთშაბათი		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28	THURSDAY
პარასკევი		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29	FRIDAY
შაბათი	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30	SATURDAY
კვირა	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24		SUNDAY
	ოქტომბერი / OCTOBER						ნოემბერი / NOVEMBER					დეკემბერი / DECEMBER					
კვირა	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	Week
ორშაბათი		2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25	MONDAY
სამშაბათი		3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26	TUESDAY
ოთხშაბათი		4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27	WEDNESDAY
ხუთშაბათი		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28	THURSDAY
პარასკევი		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	FRIDAY
შაბათი		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	SATURDAY
კვირა	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	SUNDAY

დღეასწავლები, დასვენების დღეები

- 1, 2 იანვარი ახალი წელი
- 7 იანვარი შობა
- 19 იანვარი ნათლისღება
- 3 მარტი დედის დღე
- 8 მარტი ქალთა საერთაშორისო დღე
- 9 აპრილი საქართველოს ეროვნული ერთიანობის დღე
- 14 აპრილი დიდი პარასკევი
- 16 აპრილი უფლისა ჩვენისა იესო ქრისტეს ბრწყინვალე აღდგომის დღე
- 17 აპრილი მიცვალებულთა მოხსენიების დღე
- 9 მაისი ფაშიზმზე გამარჯვების დღე
- 12 მაისი წმინდა ანდრია პირველწოდებულის ხსენების დღე
- 26 მაისი საქართველოს დამოუკიდებლობის დღე
- 28 აგვისტო მარიამობა
- 14 ოქტომბერი სვეტიცხოვლობა
- 23 ნოემბერი გიორგობა

2018	იანვარი JANUARY					თებერვალი FEBRUARY					მარტი MARCH					აპრილი APRIL					
ორშაბათი	1	8	15	22	29	5	12	19	26		5	12	19	26		2	9	16	23	30	MONDAY
სამშაბათი	2	9	16	23	30	6	13	20	27		6	13	20	27		3	10	17	24		TUESDAY
ოთხშაბათი	3	10	17	24	31	7	14	21	28		7	14	21	28		4	11	18	25		WEDNESDAY
ხუთშაბათი	4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29	5	12	19	26		THURSDAY
პარასკევი	5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30	6	13	20	27		FRIDAY
შაბათი	6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31	7	14	21	28		SATURDAY
კვირა	7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25		1	8	15	22	29	SUNDAY
	მაისი MAY					ივნისი JUNE					ივლისი JULY					აგვისტო AUGUST					
ორშაბათი	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		MONDAY
სამშაბათი	1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21	28		TUESDAY
ოთხშაბათი	2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	WEDNESDAY
ხუთშაბათი	3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	THURSDAY
პარასკევი	4	11	18	25		1	8	15	22	29	6	13	20	27		3	10	17	24	31	FRIDAY
შაბათი	5	12	19	26		2	9	16	23	30	7	14	21	28		4	11	18	25		SATURDAY
კვირა	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		SUNDAY
	სექტემბერი SEPTEMBER					ოქტომბერი OCTOBER					ნოემბერი NOVEMBER					დეკემბერი DECEMBER					
ორშაბათი	3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31	MONDAY
სამშაბათი	4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25		TUESDAY
ოთხშაბათი	5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26		WEDNESDAY
ხუთშაბათი	6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	6	13	20	27		THURSDAY
პარასკევი	7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	7	14	21	28		FRIDAY
შაბათი	1	8	15	22	29	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	SATURDAY
კვირა	2	9	16	23	30	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	SUNDAY

2019	იანვარი JANUARY					თებერვალი FEBRUARY					მარტი MARCH					აპრილი APRIL					
ორშაბათი	7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25		1	8	15	22	29	MONDAY
სამშაბათი	1	8	15	22	29	5	12	19	26		5	12	19	26		2	9	16	23	30	TUESDAY
ოთხშაბათი	2	9	16	23	30	6	13	20	27		6	13	20	27		3	10	17	24		WEDNESDAY
ხუთშაბათი	3	10	17	24	31	7	14	21	28		7	14	21	28		4	11	18	25		THURSDAY
პარასკევი	4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29	5	12	19	26		FRIDAY
შაბათი	5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30	6	13	20	27		SATURDAY
კვირა	6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31	7	14	21	28		SUNDAY
	მაისი MAY					ივნისი JUNE					ივლისი JULY					აგვისტო AUGUST					
ორშაბათი	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		MONDAY
სამშაბათი	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		TUESDAY
ოთხშაბათი	1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21	28		WEDNESDAY
ხუთშაბათი	2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	THURSDAY
პარასკევი	3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	FRIDAY
შაბათი	4	11	18	25		1	8	15	22	29	6	13	20	27		3	10	17	24	31	SATURDAY
კვირა	5	12	19	26		2	9	16	23	30	7	14	21	28		4	11	18	25		SUNDAY
	სექტემბერი SEPTEMBER					ოქტომბერი OCTOBER					ნოემბერი NOVEMBER					დეკემბერი DECEMBER					
ორშაბათი	2	9	16	23	30	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	MONDAY
სამშაბათი	3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31	TUESDAY
ოთხშაბათი	4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25		WEDNESDAY
ხუთშაბათი	5	12	19	26		3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26		THURSDAY
პარასკევი	6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	6	13	20	27		FRIDAY
შაბათი	7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	7	14	21	28		SATURDAY
კვირა	1	8	15	22	29	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	SUNDAY

2017 იანვარი / JANUARY		
1	კვ./SUN	
2	ორშ./MON	
3	სამ./TUE	
4	ოთხ./WED	
5	ხუთ./THU	
6	პარ./FRI	
7	შაბ./SAT	
8	კვ./SUN	
9	ორშ./MON	
10	სამ./TUE	
11	ოთხ./WED	
12	ხუთ./THU	
13	პარ./FRI	
14	შაბ./SAT	
15	კვ./SUN	
16	ორშ./MON	
17	სამ./TUE	
18	ოთხ./WED	
19	ხუთ./THU	
20	პარ./FRI	
21	შაბ./SAT	
22	კვ./SUN	
23	ორშ./MON	
24	სამ./TUE	
25	ოთხ./WED	
26	ხუთ./THU	
27	პარ./FRI	
28	შაბ./SAT	
29	კვ./SUN	
30	ორშ./MON	
31	სამ./TUE	

2017 თებერვალი / FEBRUARY		
1	ოთხ./WED	
2	ხუთ./THU	
3	პარ./FRI	
4	შაბ./SAT	
5	კვ./SUN	
6	ორშ./MON	
7	სამ./TUE	
8	ოთხ./WED	
9	ხუთ./THU	
10	პარ./FRI	
11	შაბ./SAT	
12	კვ./SUN	
13	ორშ./MON	
14	სამ./TUE	
15	ოთხ./WED	
16	ხუთ./THU	
17	პარ./FRI	
18	შაბ./SAT	
19	კვ./SUN	
20	ორშ./MON	
21	სამ./TUE	
22	ოთხ./WED	
23	ხუთ./THU	
24	პარ./FRI	
25	შაბ./SAT	
26	კვ./SUN	
27	ორშ./MON	
28	სამ./TUE	

2017 მარტი / MARCH		
1	ოთხ./WED	
2	ხუთ./THU	
3	პარ./FRI	
4	შაბ./SAT	
5	კვ./SUN	
6	ორშ./MON	
7	სამ./TUE	
8	ოთხ./WED	
9	ხუთ./THU	
10	პარ./FRI	
11	შაბ./SAT	
12	კვ./SUN	
13	ორშ./MON	
14	სამ./TUE	
15	ოთხ./WED	
16	ხუთ./THU	
17	პარ./FRI	
18	შაბ./SAT	
19	კვ./SUN	
20	ორშ./MON	
21	სამ./TUE	
22	ოთხ./WED	
23	ხუთ./THU	
24	პარ./FRI	
25	შაბ./SAT	
26	კვ./SUN	
27	ორშ./MON	
28	სამ./TUE	
29	ოთხ./WED	
30	ხუთ./THU	
31	პარ./FRI	

2017 აპრილი / APRIL		
1	შაბ./SAT	
2	კვ./SUN	
3	ორშ./MON	
4	სამ./TUE	
5	ოთხ./WED	
6	ხუთ./THU	
7	პარ./FRI	
8	შაბ./SAT	
9	კვ./SUN	
10	ორშ./MON	
11	სამ./TUE	
12	ოთხ./WED	
13	ხუთ./THU	
14	პარ./FRI	
15	შაბ./SAT	
16	კვ./SUN	
17	ორშ./MON	
18	სამ./TUE	
19	ოთხ./WED	
20	ხუთ./THU	
21	პარ./FRI	
22	შაბ./SAT	
23	კვ./SUN	
24	ორშ./MON	
25	სამ./TUE	
26	ოთხ./WED	
27	ხუთ./THU	
28	პარ./FRI	
29	შაბ./SAT	
30	კვ./SUN	

2017 მაისი / MAY		
1	ორშ./MON	
2	სამ./TUE	
3	ოთხ./WED	
4	ხუთ./THU	
5	პარ./FRI	
6	შაბ./SAT	
7	კვ./SUN	
8	ორშ./MON	
9	სამ./TUE	
10	ოთხ./WED	
11	ხუთ./THU	
12	პარ./FRI	
13	შაბ./SAT	
14	კვ./SUN	
15	ორშ./MON	
16	სამ./TUE	
17	ოთხ./WED	
18	ხუთ./THU	
19	პარ./FRI	
20	შაბ./SAT	
21	კვ./SUN	
22	ორშ./MON	
23	სამ./TUE	
24	ოთხ./WED	
25	ხუთ./THU	
26	პარ./FRI	
27	შაბ./SAT	
28	კვ./SUN	
29	ორშ./MON	
30	სამ./TUE	
31	ოთხ./WED	

2017 ივნისი / JUNE		
1	ხუთ./THU	
2	პარ./FRI	
3	შაბ./SAT	
4	კვ./SUN	
5	ორშ./MON	
6	სამ./TUE	
7	ოთხ./WED	
8	ხუთ./THU	
9	პარ./FRI	
10	შაბ./SAT	
11	კვ./SUN	
12	ორშ./MON	
13	სამ./TUE	
14	ოთხ./WED	
15	ხუთ./THU	
16	პარ./FRI	
17	შაბ./SAT	
18	კვ./SUN	
19	ორშ./MON	
20	სამ./TUE	
21	ოთხ./WED	
22	ხუთ./THU	
23	პარ./FRI	
24	შაბ./SAT	
25	კვ./SUN	
26	ორშ./MON	
27	სამ./TUE	
28	ოთხ./WED	
29	ხუთ./THU	
30	პარ./FRI	

2017 ივლისი / JULY		
1	შაბ./SAT	
2	კვ./SUN	
3	ორშ./MON	
4	სამ./TUE	
5	ოთხ./WED	
6	ხუთ./THU	
7	პარ./FRI	
8	შაბ./SAT	
9	კვ./SUN	
10	ორშ./MON	
11	სამ./TUE	
12	ოთხ./WED	
13	ხუთ./THU	
14	პარ./FRI	
15	შაბ./SAT	
16	კვ./SUN	
17	ორშ./MON	
18	სამ./TUE	
19	ოთხ./WED	
20	ხუთ./THU	
21	პარ./FRI	
22	შაბ./SAT	
23	კვ./SUN	
24	ორშ./MON	
25	სამ./TUE	
26	ოთხ./WED	
27	ხუთ./THU	
28	პარ./FRI	
29	შაბ./SAT	
30	კვ./SUN	
31	ორშ./MON	

2017 აგვისტო / AUGUST		
1	სამ./TUE	
2	ოთხ./WED	
3	ხუთ./THU	
4	პარ./FRI	
5	შაბ./SAT	
6	კვ./SUN	
7	ორშ./MON	
8	სამ./TUE	
9	ოთხ./WED	
10	ხუთ./THU	
11	პარ./FRI	
12	შაბ./SAT	
13	კვ./SUN	
14	ორშ./MON	
15	სამ./TUE	
16	ოთხ./WED	
17	ხუთ./THU	
18	პარ./FRI	
19	შაბ./SAT	
20	კვ./SUN	
21	ორშ./MON	
22	სამ./TUE	
23	ოთხ./WED	
24	ხუთ./THU	
25	პარ./FRI	
26	შაბ./SAT	
27	კვ./SUN	
28	ორშ./MON	
29	სამ./TUE	
30	ოთხ./WED	
31	ხუთ./THU	

2017 სექტემბერი / SEPTEMBER		
1	პარ./FRI	
2	შაბ./SAT	
3	კვ./SUN	
4	ორშ./MON	
5	სამ./TUE	
6	ოთხ./WED	
7	ხუთ./THU	
8	პარ./FRI	
9	შაბ./SAT	
10	კვ./SUN	
11	ორშ./MON	
12	სამ./TUE	
13	ოთხ./WED	
14	ხუთ./THU	
15	პარ./FRI	
16	შაბ./SAT	
17	კვ./SUN	
18	ორშ./MON	
19	სამ./TUE	
20	ოთხ./WED	
21	ხუთ./THU	
22	პარ./FRI	
23	შაბ./SAT	
24	კვ./SUN	
25	ორშ./MON	
26	სამ./TUE	
27	ოთხ./WED	
28	ხუთ./THU	
29	პარ./FRI	
30	შაბ./SAT	

2017 ოქტომბერი / OCTOBER		
1	კვ./SUN	
2	ორშ./MON	
3	სამ./TUE	
4	ოთხ./WED	
5	ხუთ./THU	
6	პარ./FRI	
7	შაბ./SAT	
8	კვ./SUN	
9	ორშ./MON	
10	სამ./TUE	
11	ოთხ./WED	
12	ხუთ./THU	
13	პარ./FRI	
14	შაბ./SAT	
15	კვ./SUN	
16	ორშ./MON	
17	სამ./TUE	
18	ოთხ./WED	
19	ხუთ./THU	
20	პარ./FRI	
21	შაბ./SAT	
22	კვ./SUN	
23	ორშ./MON	
24	სამ./TUE	
25	ოთხ./WED	
26	ხუთ./THU	
27	პარ./FRI	
28	შაბ./SAT	
29	კვ./SUN	
30	ორშ./MON	
31	სამ./TUE	

2017 ნოემბერი / NOVEMBER		
1	ოთხ./WED	
2	ხუთ./THU	
3	პარ./FRI	
4	შაბ./SAT	
5	კვ./SUN	
6	ორშ./MON	
7	სამ./TUE	
8	ოთხ./WED	
9	ხუთ./THU	
10	პარ./FRI	
11	შაბ./SAT	
12	კვ./SUN	
13	ორშ./MON	
14	სამ./TUE	
15	ოთხ./WED	
16	ხუთ./THU	
17	პარ./FRI	
18	შაბ./SAT	
19	კვ./SUN	
20	ორშ./MON	
21	სამ./TUE	
22	ოთხ./WED	
23	ხუთ./THU	
24	პარ./FRI	
25	შაბ./SAT	
26	კვ./SUN	
27	ორშ./MON	
28	სამ./TUE	
29	ოთხ./WED	
30	ხუთ./THU	

2017 დეკემბერი / DECEMBER		
1	პარ./FRI	
2	შაბ./SAT	
3	კვ./SUN	
4	ორშ./MON	
5	სამ./TUE	
6	ოთხ./WED	
7	ხუთ./THU	
8	პარ./FRI	
9	შაბ./SAT	
10	კვ./SUN	
11	ორშ./MON	
12	სამ./TUE	
13	ოთხ./WED	
14	ხუთ./THU	
15	პარ./FRI	
16	შაბ./SAT	
17	კვ./SUN	
18	ორშ./MON	
19	სამ./TUE	
20	ოთხ./WED	
21	ხუთ./THU	
22	პარ./FRI	
23	შაბ./SAT	
24	კვ./SUN	
25	ორშ./MON	
26	სამ./TUE	
27	ოთხ./WED	
28	ხუთ./THU	
29	პარ./FRI	
30	შაბ./SAT	
31	კვ./SUN	

დემოგრაფიული და სოცო-ეკონომიკური მაჩვენებლები, 2015

მოსახლეობა – 3 717 100: ქალი – 52%; კაცი – 48%

ქალაქის მოსახლეობა – 57.2%

15 წლამდე მოსახლეობა – 18.9%

> 65 მოსახლეობა – 14.3%

შობადობა 100 მოსახლეზე – 15.9

სქესთა მეორეული თანაფარდობა – 1.1

სიკვდილიანობა 1000 მოსახლეზე – 13.2

სიცოცხლის მოსალოდნელი ხანგრძლივობა დაბადებისას – 72.9

საქართველო

დედათა სიკვდილიანობა 100 000 ცოცხალშობილზე – 32.1

5 წლამდე ბავშვთა სიკვდილიანობა 1000 ცოცხალშობილზე – 10.2

1 წლამდე ბავშვთა სიკვდილიანობა 1000 ცოცხალშობილზე – 8.6

მშვ ერთ სულ მოსახლეზე, აშშ \$ – 3743.1

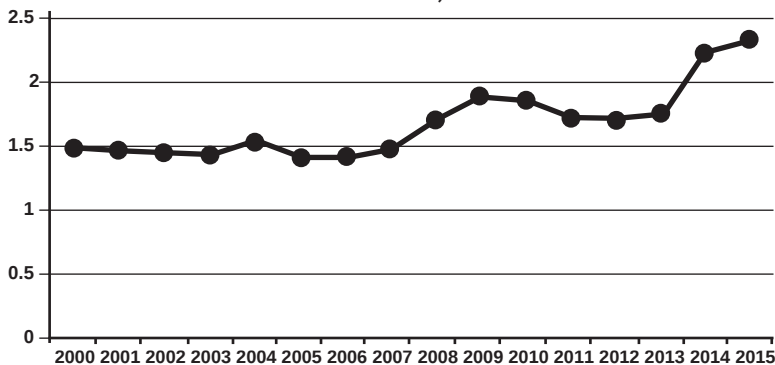
მშვ რეალური ზრდა – 2.8%

ძირითადი დემოგრაფიული მაჩვენებლები, 2015

ცოცხალშობილთა რაოდენობა (მაჩვენებელი 1000 მოსახლეზე)	59 249 (15.9)
ბუნებრივი მატება (მაჩვენებელი 1000 მოსახლეზე)	10 128 (2.7)
გარდაცვლილთა რაოდენობა (მაჩვენებელი 1000 მოსახლეზე)	49 121 (13.2)
მკვდრადშობადობა (მაჩვენებელი 1000 დაბადებულზე)	589 (9.9)
ქორწინება (მაჩვენებელი 1000 მოსახლეზე)	29 157 (7.8)
განქორწინება (მაჩვენებელი 1000 მოსახლეზე)	9 112 (2.5)
მიგრაციული მატება (მიგრაციული სალდო 1000 მოსახლეზე)	-3 400 (-3.4)

წყარო: სტატისტიკის ეროვნული სამსახური

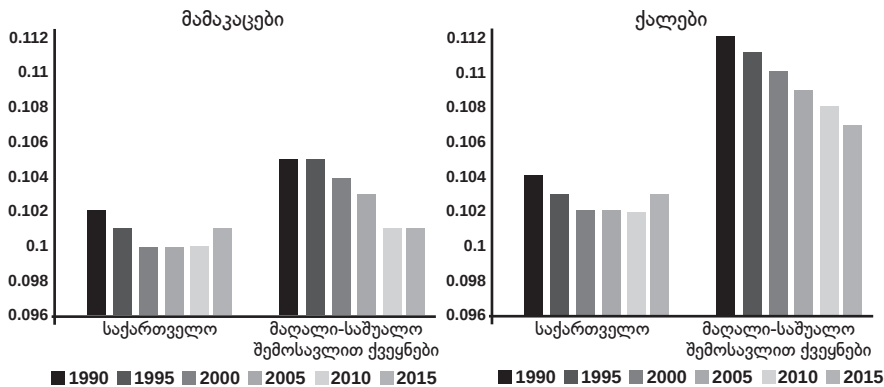
შობადობის დინამიკა, საქართველო



● შობადობის ჯამობრივი კოეფიციენტი

წყარო: სტატისტიკის ეროვნული სამსახური

შრომის შესაძლებლობის შეზღუდვით გათვარქული წლები 1 მოსახლეზე (YLD)



წყარო: ავადობის გლობალური ტვირთის 2015 წლის კვლევა

მდგრადი განვითარების მიზნები (Sustainable Development Goals – SDG)

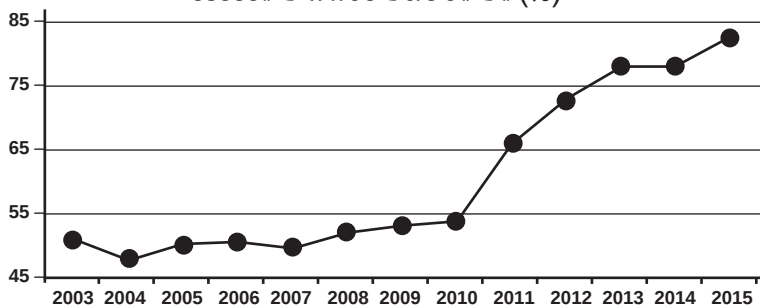
მდგრადი განვითარების 17 მიზანი და 169 ამოცანა, რომელიც გაცხადებულ იქნა 2015 წლის სექტემბერში გაეროს სამიტზე, წარმოადგენს მსოფლიოს განვითარების ახალ უნივერსალურ დღის წესრიგს, რომელიც ეფუძნება ათასწლეულის განვითარების მიზნებს, და მიმართულია იმ მიზნების შესრულებაზე, რომლებიც არ იყო მიღწეული.

უნივერსალური ხელმისაწვდომობა რეპროდუქციული და სქესობრივი ჯანმრთელობის სერვისებზე და ესენციური წამლების და ვაქცინების ხელმისაწვდომობის უზრუნველყოფა, ათასწლეულის განვითარების მიზნებში დაწყებული აქტივობების გაგრძელებას წარმოადგენს.

მდგრადი განვითარების მიზნებში დასახულია ახალი მიზნები არაგადამდებ დაავადებებთან და მენტალურ ჯანმრთელობის, ნივთიერებების მიმართ დამოკიდებულების, ტრავმატიზმის, ქიმიური ნივთიერებების, დაბინძურებული წყლის და ნიადაგის ჯანმრთელობაზე მავნე ზემოქმედების, ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მიერ შემუშავებული თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის (WHO FCTC) განხორციელების, ჯანდაცვის სექტორის ფინანსირების საჭიროებებისა და საკადრო მოთხოვნის განსაზღვრის კუთხით.

ახალ ამოცანას წარმოადგენს საყოველთაო ჯანდაცვა, და ის ერთადერთი მიზანია, რომელიც ჯანმრთელობის ყველა დანარჩენ მიზნებში აისახება და სხვა მიზნების ჯანმრთელობასთან ასოცირებულ ამოცანებთან არის დაკავშირებული.

ორსულობის პირველ ტრიმესტრში ანტენატალურ მეთვალყურეობაზე აყვანილ ორსულთა წილი (%)



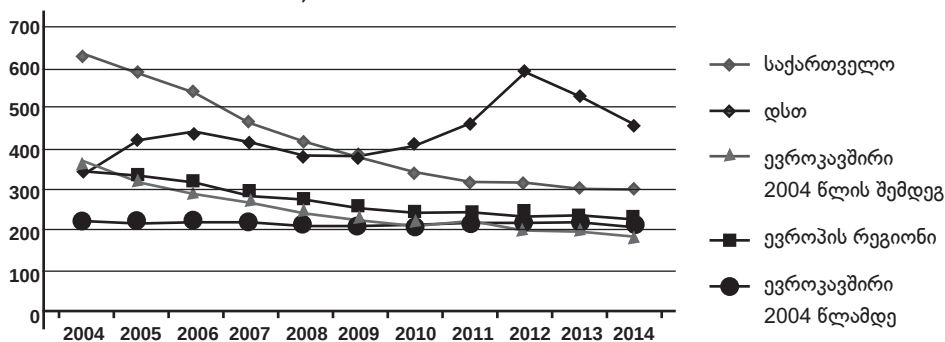
წყარო: დეკჯეც

რეპროდუქციული ჯანმრთელობის მაჩვენებლები

	2014	2015
ორსულთა რაოდენობა	89725	94017
ორსულობა მიიტანა ბოლომდე	90.3%	90.3%
ანტენატალური მომსახურებისთვის დროული მიმართვა	78.3%	82.7%
ანტენატალური 4 სრული ვიზიტით მოცვა	86.9%	88.3%
მშობიარობათა რაოდენობა	60 126	58 688
დროულად იმშობიარა	96.2%	82.1%
ფიზიოლოგიური მშობიარობა	57.0%	55.0%
პათოლოგიური მშობიარობა	43.0%	45.0%
მოზარდთა შობადობის მაჩვენებელი	51.5	48.6
კვალიფიციური სამედიცინო პერსონალის მიერ მიღებული მშობიარობების წილი	99.9%	99.8%

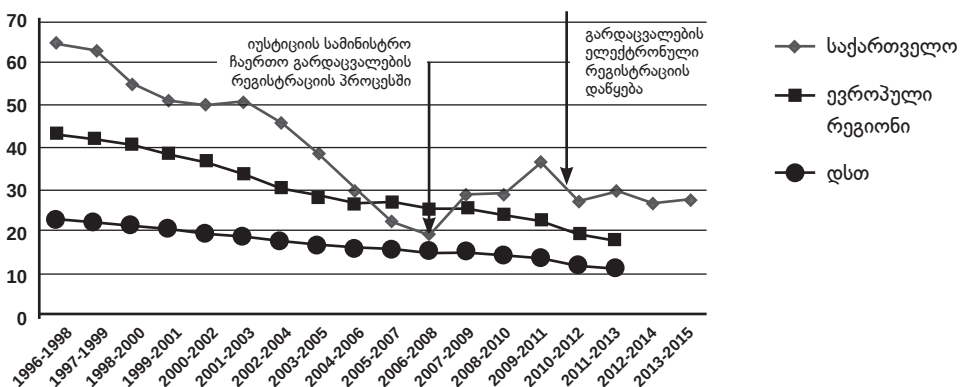
წყარო: დეკჯეცი

აბორტები, მაჩვენებლები 1000 ცოცხალშობილზე



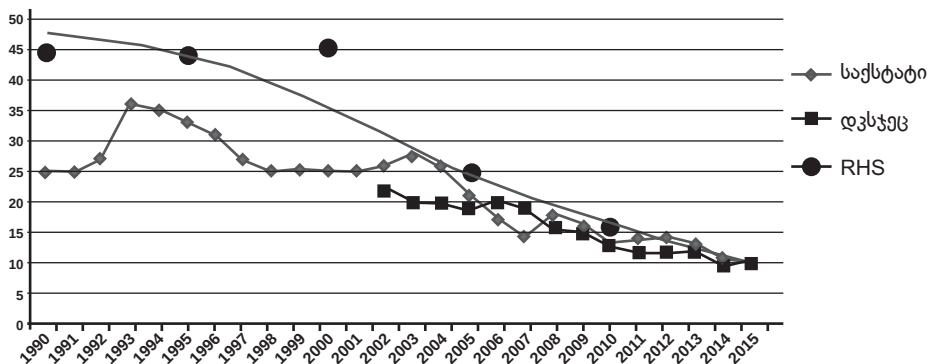
წყარო: ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემთა ბაზა „ჯანმრთელობა ყველასათვის“

დადატა სიკვდილიანობის 3 წლიანი საშუალო მცოცავი მაჩვენებელი 100000 ცოცხალშობილზე

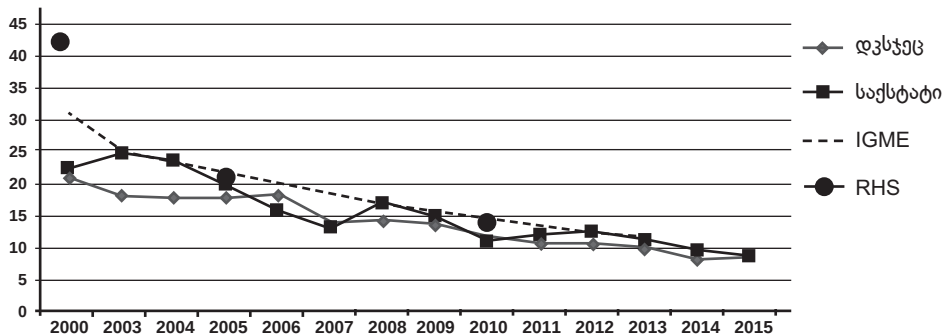


წყარო: ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემთა ბაზა „ჯანმრთელობა ყველასათვის“

0-5 წლამდე ასაკის ბავშვთა სიკვდილიანობის მაჩვენებელი 1000 ცოცხალშობილზე, საქართველო



0-1 წლამდე ასაკის ბავშვთა სიკვდილიანობის მაჩვენებელი 1000 ცოცხალშობილზე



ნეონატალური და პერინატალური სიკვდილიანობა, საქართველო

	0-28 დღემდე 1000 ცოცხალშობილზე	0-6 დღემდე 1000 ცოცხალშობილზე	7-28 დღემდე 1000 ცოცხალშობილზე	პერინატალური სიკვდილიანობა 1000 დაბადებულზე
2010	9.6	6.6	3.0	17.4
2011	8.5	6.1	2.4	15.6
2012	9.2	6.6	2.7	17.7
2013	8.4	6.7	1.7	16.1
2014	7.2	5.1	2.1	15.5
2015	5.8	3.8	2.1	13.6

წყარო: სტატისტიკის ეროვნული სამსახური

„დაბადების“ რეგისტრი

2016 წელს ქვეყნის მასშტაბით ამოქმედდა დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობის ანტენატალური და სამეანო მომსახურების შედამხედველობის აღრიცხვიანობის ელექტრონული სისტემა „ორსულთა და ახალშობილთა ჯანმრთელობის მეთვალყურეობის ელექტრონული მოდული“ („დაბადების“ რეგისტრი). ელექტრონული მოდულის მეშვეობით ხორციელდება თითოეული ორსულის უწყვეტი მონიტორინგი პირველი ანტენატალური ვიზიტიდან მშობიარობის ჩათვლით.

სისტემაში ასევე ფიქსირდება მონაცემები ახალშობილის ჯანმრთელობის მდგომარეობის შესახებ დაბადებისას. იმის გათვალისწინებით, რომ მსოფლიოში მხოლოდ რამდენიმე ქვეყანას გააჩნია დაბადების რეგისტრი, ეს ინიციატივა საქართველოსთვის უმნიშვნელოვანეს წინ გადადგმულ ნაბიჯს წარმოადგენს.

2016 წლის 6 თვის წინასწარი მონაცემებით, რეგისტრის მეშვეობით აღრიცხულია: მშობიარობა – 23 111, აბორტი – 11 394, ვიზიტები – 38 340, ცოცხლადშობილი – 23 140, მკვდრადშობილი – 210, გარე ორსულობა – 64.

კიბოს პოპულაციური რეგისტრი

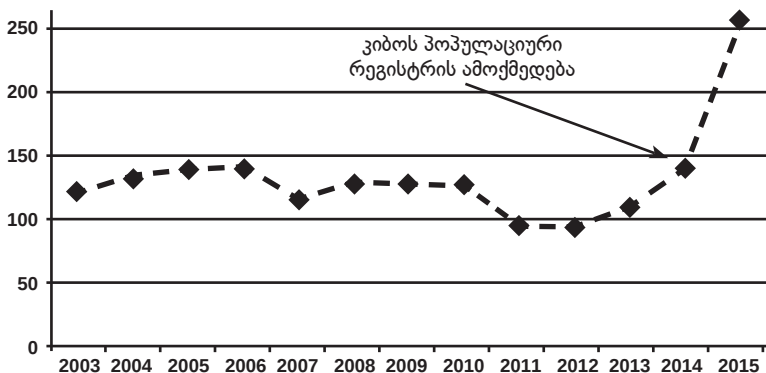
ავთვისებიანი სიმკვლეების გავრცელების შესახებ ხარისხიანი მონაცემების შეგროვების მიზნით, 2015 წლის 1 იანვრიდან საქართველოში ამოქმედდა კიბოს პოპულაციური რეგისტრი, რაც ქვეყნისთვის უმნიშვნელოვანეს წინ გადადგმულ ნაბიჯს წარმოადგენს. კიბოს რეგისტრის არსებობა ჯანდაცვის სისტემის ფუნქციონირების ერთერთ მნიშვნელოვან მახასიათებელს წარმოადგენს და ის დანერგილია ყველა განვითარებულ და მრავალ განვითარებად ქვეყანაში.

კიბოს რეგისტრის მნიშვნელობას განსაზღვრავს კიბოს გავრცელების შესახებ სრული და უტყუარი ინფორმაციის არსებობა, რაც შესაძლებელს ხდის კიბოზე კონტროლსა და ეპიდემიოლოგიური კვლევების ჩატარებას, სამოგადოებრივი ჯანდაცვითი პროგრამების დაგეგმვას, პაციენტების მკურნალობის გაუმჯობესებას.

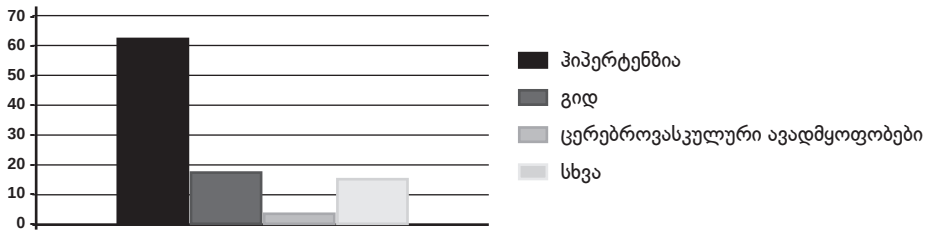
კიბოს პოპულაციური რეგისტრის განსაკუთრებულ უპირატესობას წარმოადგენს თითოეული დაავადებულის მკურნალობის ეტაპების შედამხედველობის შესაძლებლობა დროის განმავლობაში, რაც მკურნალობის ეფექტურობის ანალიზის საფუძველს იძლევა.

კიბოს რეგისტრის შემოღებამ და მონაცემთა შეგროვების ტექნოლოგიის ცვლილებამ გამოიწვია მკვეთრი სხვაობები წინა წლებში და 2015 წელს აღრიცხულ დაავადებულთა რაოდენობებს შორის, კიბოს რეგისტრის მეშვეობით მიღებული ახალი შემთხვევების რაოდენობა თითქმის ორჯერ აღემატება 2014 წლის მონაცემებს.

ავთვისებიანი ახალწარმოქმნები, ინციდენტობა 100000 მოსახლეზე



სისხლის მიმოქცევის სისტემის ავადმყოფობების სტრუქტურა (%), საქართველო, 2015

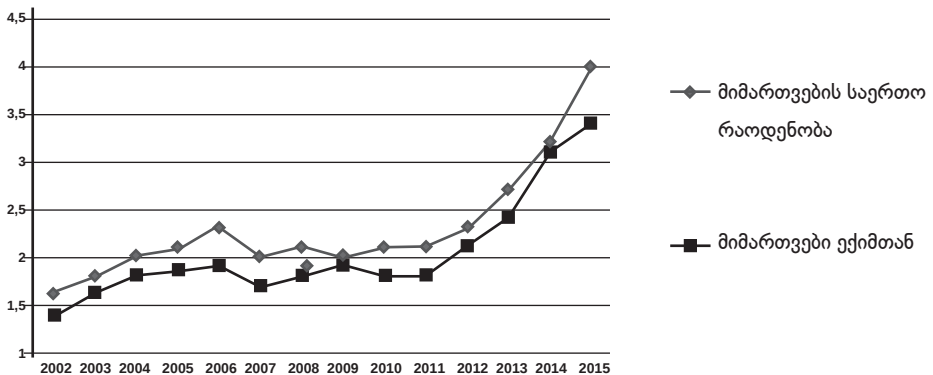


წყარო: დეკვეც

ჯანდაცვის რესურსები, საქართველო, 2015

ექიმების რაოდენობა	24307	სტაციონარული დაწესებულებების რაოდენობა	271
ექიმებით უზრუნველყოფა 100000 მოსახლეზე	653.9	პოლიკლინიკური დაწესებულებების რაოდენობა	367
ექთნების რაოდენობა	16374	ანტენატალური მომსახურების მიმწოდებელი დაწესებულებების რაოდენობა	268
ექთნებით უზრუნველყოფა 100000 მოსახლეზე	440.5	სასწრაფო დახმარების სადგურების რაოდენობა	78
ჰოსპიტალური საწოლების რაოდენობა	12830	სისხლის გადასხმის სადგურების რაოდენობა	18
ჰოსპიტალური საწოლებით უზრუნველყოფა 100000 მოსახლეზე	345.2	ჩვილ ბავშვთა სახლების რაოდენობა	1
მიმართვა ექიმთან	14696719	ს/კ ინსტიტუტების რაოდენობა	9
ექიმის ვიზიტი ბინაზე	471020	სოფლის ექიმი-მეწარმეს რაოდენობა	1270

ამბულატორულ-პოლიკლინიკურ დანახაულებებში მიმართვათა რაოდენობა 1 სულ მოსახლეზე, საქართველო



წყარო: დეკვეცი

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

1

კვირა/
SUNDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 იანვარი

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის კონსტიტუცია – ჯანმრთელობა წარმოადგენს სრულ ფიზიკურ, ფსიქიკურ და სოციალურ კეთილდღეობას და არა მხოლოდ დაავადების არარსებობას. ჯანმრთელობის შესაძლო უმაღლესი ონის მიღწევა არის ყოველი ადამიანის ძირითადი უფლება – მიუხედავად რასისა, რელიგიისა, პოლიტიკური რწმენისა, ეკონომიკური და სოციალური მდგომარეობისა. ყველა ხალხის ჯანმრთელობა მშვიდობისა და უსაფრთხოების მიღწევის ძირითადი ფაქტორია და დამოკიდებულია ცალკეული პირებისა და ქვეყნების მაქსიმალურად ფართო თანამშრომლობაზე.



World Health
Organization

www.who.int

2

იანვარი
JANUARYორშაბათი/
MONDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 იანვარი

საქართველოს კონსტიტუცია – ყველას აქვს უფლება ისარგებლოს ჯანმრთელობის დამცვევით, როგორც ხელმისაწვდომი სამედიცინო დახმარების საშუალებით. კანონით დადგენილი წესით განსაზღვრულ პირობებში უზრუნველყოფილია უფასო სამედიცინო დახმარება.

ყველას აქვს უფლება ცხოვრობდეს ჯანმრთელობისათვის უვნებელ გარემოში, სარგებლობდეს ბუნებრივი და კულტურული გარემოთი. ყველა ვალდებულია გაუფრთხილდეს ბუნებრივ და კულტურულ გარემოს (საქართველოს კონსტიტუციის 37-ე მუხლი).



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

იანვარი
JANUARY

3

სამშაბათი/
TUESDAY

3 იანვარი

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის კონსტიტუცია – ნებისმიერი ქვეყნის მიღწევები ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისა და დაცვის სფეროში ფასეულია ყველასათვის. ინფორმირებული საზოგადოებრივი აზრი და საზოგადოების მხრიდან აქტიური თანამშრომლობა უაღრესად მნიშვნელოვანია ადამიანთა ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისათვის. მთავრობები პასუხისმგებელნი არიან საკუთარი მოსახლეობის ჯანმრთელობაზე, რაც შეიძლება განხორციელდეს მხოლოდ სათანადო ღონისძიებების უზრუნველყოფით ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სფეროში.



**World Health
Organization**

www.who.int

4

იანვარი
JANUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 იანვარი

ჯანმრთელობის ხელშეწყობა – ჯანმრთელობის უმაღლესი დონის სტანდარტზე წვდომა თითოეული ადამიანის ფუნდამენტური უფლებაა. ჯანმრთელობის ხელშეწყობა ეფუძნება ადამიანის ამ უმნიშვნელოვანეს უფლებას და წარმოადგენს ჯანმრთელობის, როგორც ცხოვრების ხარისხის, (მ/შ ფსიქიური და გონებრივი კეთილდღეობის), მაჩვენებლის ყოვლისმომცველ კონცეფციას. ჯანმრთელობის ხელშეწყობა არის პროცესი, რომელიც საშუალებას აძლევს ადამიანს, აკონტროლოს საკუთარი ჯანმრთელობა და ჯანმრთელობის დეტერმინანტები, იგი წარმოადგენს საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ძირითად ფუნქციას და ხელს უწყობს გადამდები, არაგადამდები და ჯანმრთელობისათვის საშიშ სხვა დაავადებებთან ბრძოლას.



www.who.int/healthpromotion/about/en

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი JANUARY

5

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 იანვარი

საპარტეზლოს კანონი „საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შესახებ“ – გადამდებ დაავადებათა პროფილაქტიკის მიზნით, ტურისტული მომსახურების გამწვევი ორგანიზაციები ვალდებული არიან აცნობონ ტურისტებს შესაბამის ქვეყანაში ვიზიტთან დაკავშირებით ინფიცირების რისკის შესახებ; პროფილაქტიკური აცრებისა და სხვა პროფილაქტიკური ღონისძიებების საჭიროების შესახებ. ტურისტული მოგზაურობის დროს პროფილაქტიკური აცრები და სხვა პროფილაქტიკური ღონისძიებები ფინანსდება მოქალაქის ხარჯით. მივლინების მიზნით მოგზაურობის დროს პროფილაქტიკური აცრები და სხვა პროფილაქტიკური ღონისძიებები ფინანსდება დამსაქმებლის ხარჯით.



6

იანვარი
JANUARY

პარასკევი/
FRIDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

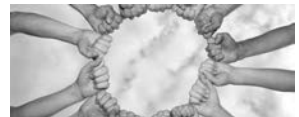
17:00

18:00

19:00

6 იანვარი

საზოგადოებრივი ჯანმრთელობა – “საზოგადოებრივი ჯანდაცვა არის მეცნიერება და ხელოვნება დაავადებათა პრევენციის, სიცოცხლის გახანგრძლივების, ასევე ფიზიკური ჯანმრთელობის ხელშეწყობის შესახებ, საზოგადოების ორგანიზებული ძალისხმევით, გარემოს სანიტარიის გაჯანსაღებით, ინფექციებთან ბრძოლით, პირადი ჰიგიენის საკითხებში მოსახლეობის განათლებით, დაავადებათა ადრეული გამოვლენისა და პრევენციული მკურნალობისათვის სამედიცინო საექთნო მომსახურების ორგანიზებით, იმ სოციალური მექანიზმების შემუშავებით, რომელიც უზრუნველყოფს თითოეული ადამიანის ჯანმრთელობისათვის შესაბამის ცხოვრების ხარისხს, და ამ უპირატესობების ორგანიზებით, რომელიც თითოეულ მოქალაქეს საშუალებას მისცემს მოახდინოს სიცოცხლის გახანგრძლივების უფლების რეალიზება”. C.E.A. Winslow (1920 წ.).



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

იანვარი JANUARY

7

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

8

კვირა / SUNDAY

7-8 იანვარი

- ✓ **დაავადებათა პრევენცია** მოიცავს ღონისძიებებს, რომელთა მიზანია რისკ-ფაქტორების, დაავადებათა და გართულებათა თავიდან აცილება, გამოსავლის გაუმჯობესება;
- ✓ **სოციალური პასუხისმგებლობა ჯანმრთელობისათვის** – ასახავს გადანაცვეტილებების მიმღებთა ქმედებებს სახელმწიფო და კერძო სექტორში ისეთი პოლიტიკისა და პრაქტიკის დანერგვის მიზნით, რომელიც ჯანმრთელობის გაუმჯობესებასა და დაცვას ემსახურება;
- ✓ **ჯანმრთელობა ყველასათვის** – მსოფლიოში ყველა ადამიანის მიერ ჯანმრთელობის მდგომარეობის ისეთი დონის მიღწევა, რომელიც სოციალურად და ეკონომიკურად ნაყოფიერი ცხოვრების შესაძლებლობას იძლევა. www.who.int



9

იანვარი
JANUARY

ორშაბათი/
MONDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 იანვარი

ჯანმრთელობის კომუნიკაცია წარმოადგენს ძირითად სტრატეგიას, რომლის მეშვეობითაც ხდება საზოგადოების ინფორმირება ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული მნიშვნელოვანი პრობლემებისა და საკითხების შესახებ; მასშედის, მულტიმედიისა და სხვა ტექნოლოგიური სიახლეების გამოყენება ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სასარგებლო ინფორმაციის საზოგადოებაში გავრცელების მიზნით, რაც ზრდის ინდივიდუალური და კოლექტიური ჯანმრთელობის სპეციფიური ასპექტების და ჯანმრთელობის მნიშვნელობის გაცნობიერებას. www.who.int



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

იანვარი
JANUARY

10

სამშაბათი/
TUESDAY

10 იანვარი

- ✓ **ჯანმრთელობის ინდიკატორები** – ცალკეული ინდივიდის, მოსახლეობისა ან გარემოს მახასიათებლები, რომლებიც გამოხატავს (პირდაპირი ან ირიბი) და შეიძლება გამოყენებულ იქნეს ინდივიდისა და/ან მთლიანი მოსახლეობის ჯანმრთელობის ამ-სახველი ერთი ან მეტი ასპექტის აღსაწერად (ხარისხის, რაოდენობის და დროის პარამეტრები).
- ✓ **ჯანმრთელობის დეტერმინანტები** – ეთნიკური, სოციალური, ეკონომიკური და გარემო ფაქტორების ერთობლიობა, რომელიც განსაზღვრავს ცალკეული პიროვნებებისა ან მოსახლეობის ჯანმრთელობის მდგომარეობას.
- ✓ **ჯანმრთელობის დაცვის პოლიტიკა** – ინსტიტუტებსშიდა (კერძოდ, სამთავრობო) ფორმალური შეთანხმება ან პროცედურა, რომელიც ჯანმრთელობის დაცვის მოთხოვნების, არსებული რესურსების ან პოლიტიკური ზემოქმედების მიხედვით განსაზღვრავს ქმედებათა პრიორიტეტებსა და პარამეტრებს.



11

იანვარი JANUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 იანვარი

ინვესტიციები ჯანმრთელობაში – რესურსები, რომლებიც მიმართულია კონკრეტულად ჯანმრთელობასა და ჯანმრთელობისათვის უპირატესობების შექმნაზე. ინვესტიციები შეიძლება განხორციელდეს სახელმწიფო ან კერძო ორგანიზაციების ან მოსახლეობის მიერ (როგორც ინდივიდუალურად, ისე ჯგუფურად). ჯანმრთელობაში ინვესტიციების სტრატეგია ეფუძნება ცოდნას ჯანმრთელობის დეტერმინანტების შესახებ და მიმართულია პოლიტიკური ვალდებულებების მიღწევაზე ჯანსაღი სახელმწიფოებრივი პოლიტიკის თვალსაზრისით.



www.who.int

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

12

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 იანვარი

ცხოვრების ხარისხი ჯანმრთელობის გაუმჯობესების კონტექსტში არის ინდივიდთა მიერ ცხოვრებაში საკუთარი ადგილის გაცნობიერება იმ კულტურისა და ფასეულობების სისტემაში, რომელშიც ისინი ცხოვრობენ, მათ მიზნებთან, მოლოდინებსა და სტანდარტებთან მიმართებაში. ეს არის ფართომასშტაბიანი კონცეფცია, რომელიც კომპლექსურად მოიცავს ინდივიდის ფიზიკურ ჯანმრთელობას, ფსიქოლოგიურ სტატუსს, დამოუკიდებლობის დონეს, სოციალურ ურთიერთობებს, პერსონალურ მოლოდინებს და ურთიერთკავშირს გარემოს მახასიათებლებთან.



13

იანვარი
JANUARY

პარასკევი/
FRIDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 იანვარი

სარისკო ქმევა – ქცევის სპეციფიური ფორმები, რომლებიც დადასტურებულად ასოცირდება კონკრეტული დაავადების აღმოცენებასთან. რისკ-ფაქტორები – სოციალური, ეკონომიკური ან ბიოლოგიური სტატუსი, ქცევა ან გარემო, რომელიც რაიმე დაავადების, ჯანმრთელობის გაუარესებისა ან ტრავმისადმი მიდრეკილების ზრდასთან არის ასოცირებული ან აღნიშნულის მიზეზს წარმოადგენს.

www.who.int



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

იანვარი
JANUARY

14

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

15

კვირა / SUNDAY

14 – 15 იანვარი

ჯანმრთელობის მხარდამჭერი გარემო – ადამიანს აძლევს საშუალებას – დაიცვას საკუთარი ჯანმრთელობა მავნე ზემოქმედებისაგან, გააძლიეროს საკუთარი შესაძლებლობები ჯანმრთელობის კონტროლის მიზნით. ამ თვალსაზრისით მნიშვნელოვანია ადამიანის საცხოვრებელი და სამუშაო გარემო, ჯანდაცვის რესურსებისადმი ხელმისაწვდომობა და გამუხტუბის შესაძლებლობა.

www.who.int



16

იანვარი JANUARY

ორშაბათი/
MONDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 იანვარი

ჯანმრთელობის ხელშეწყობა – კრიტიკულ როლს თამაშობს როგორც გადამდები, ასევე არაგადამდები დაავადებების პრევენციისა და კონტროლის გამოსავლის გაუმჯობესებაში, ასევე, მდგარი განვითარების მიზნების მიღწევაში. ჯანმრთელობის ხელშეწყობა ჯანმრთელობისა და ცხოვრების ხარისხის გაუმჯობესების კრეატიულ და ეფექტურ საშუალებას წარმოადგენს. ჯანმრთელობის ხელშეწყობა გადამწყვეტ როლს თამაშობს ჯანმრთელობაზე ორიენტირებული საზოგადოებრივი პოლიტიკისა და ჯანმრთელობის ხელშეწყობი გარემოს განვითარებაში, ისევე როგორც უკეთესი სოციალური მდგომარეობის, პერსონალური უნარჩვევების გამომუშავებასა და ჯანსაღი ცხოვრების წესის დამკვიდრებაში.

www.who.int/healthpromotion/about/en



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

17

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 იანვარი

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ჯანმრთელობის ხელშეწყობის
სტრატეგიული მიდგომები:

- ✓ ჯანმრთელობის ხელშეწყობის და რისკების პრევენციის მხარდამჭერი პო-
ლიტიკის და ინვესტირების ადვოკატირება;
- ✓ ჯანმრთელობის ხელშეწყობი გარემოსა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის
მომსახურების მხარდაჭერა;
- ✓ მდგრადი დაფინანსების გაძლიერება და მტკიცებულებაზე დაფუძნებული
ჯანმრთელობის ხელშეწყობის უზრუნველყოფა;
- ✓ ჯანმრთელობის განმსაზღვრელი ფაქტორების შესახებ ცნობიერების ამაღლება.



18

იანვარი JANUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 იანვარი

ბანგკოკის ქართია ჯანმრთელობის ხელშეწყობის შესახებ გლობალიზებულ სამ-
ყაროში, 2015 წლის 11 აგვისტო. ძირითადი სტრატეგიული მიმართულებები –
ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ადამიანის უფლებებისა და სოლიდარობის ადვო-
კატირება; ინვესტიციების განხორციელება მდგრადი პოლიტიკის, ინტერვენციებისა და
ინფრასტრუქტურის მიმართულებით, რაზეც დამოკიდებულია ჯანმრთელობის დეტერმინან-
ტები; შესაძლებლობების გაძლიერება ჯანმრთელობის ხელშეწყობის პოლიტიკის შექმნი-
სათვის; კანონმდებლობის გაძლიერება ზიანისაგან დაზღვევის მიზნით; თითოეული ადა-
მიანისათვის თანაბარი შესაძლებლობების მიცემა ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის უზრუნველსა-
ყოფად; პარტნიორული ურთიერთობების გაუმჯობესება სახელმწიფო, კერძო, არასამთავრობო, საერ-
თაშორისო ორგანიზაციებთან და სამოქალაქო სექტორთან მდგრადი ინტერვენციების განხორციელების
მიზნით. www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი JANUARY

19

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 იანვარი

საქართველოს კანონი „საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შესახებ“ – საქართველოს ტერიტორიაზე მყოფი ყველა ადამიანი ვალდებულია: არ განახორციელოს ისეთი საქმიანობა, რომელიც ქმნის გადამდები და არაგადამდები დაავადებების გავრცელების საფრთხეს, ინვესს ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული რისკების წარმოქმნას; გადამდები დაავადებების აღმოცენებისა და გავრცელების საშიშროების შემთხვევაში, ჩაიტაროს ყველა სამედიცინო პროცედურა, რომელიც აუცილებელია სხვა პირის ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული საფრთხის თავიდან ასაცილებლად; შეწყვიტოს საქმიანობა, თუ ის საფრთხეს უქმნის საზოგადოების ჯანმრთელობას; სამედიცინო უკუჩვენებების არარსებობის შემთხვევაში ჩაიტაროს ვაქცინაცია გადამდები დაავადებების აფეთქების ან ფართოდ გავრცელების, ან/და ეპიდემიის დანყების საშიშროებისას; ჩაიტაროს პროფილაქტიკური აცრა, თუ მისი საქმიანობა დაკავშირებულია გადამდები დაავადებების გავრცელების მაღალ რისკთან.



20

იანვარი
JANUARYპარასკევი/
FRIDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 იანვარი

საქართველოს კანონი „საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შესახებ“ –

საქართველოს ტერიტორიაზე მყოფი ყველა ადამიანის უფლებაა: სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელ დაწესებულებაში დაცული იყოს გადამდები დაავადებებისაგან; უარი თქვას პროფილაქტიკური ღონისძიებების ჩატარებაზე, თუ საქმე არ ეხება ეპიდემიას ან პანდემიას. პროფილაქტიკური ღონისძიებების ჩატარებაზე უარის თქმის უფლება არ აქვს იმ პირს, რომლის საქმიანობაც დაკავშირებულია გადამდები დაავადებების გავრცელების მაღალ რისკთან; ცხოვრობდეს ჯანმრთელობისათვის უვნებელ გარემოში; დროულად მიიღოს ამომწურავი ინფორმაცია პროფილაქტიკური აცრის არსისა და აუცილებლობის, მოსალოდნელი კლინიკური გამოსავლის, აცრასთან დაკავშირებული რისკისა და აცრაზე უარის თქმის შემთხვევაში შესაძლო შედეგების შესახებ.



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

იანვარი
JANUARY

21

შაბათი/
SATURDAY

22

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

21 - 22 იანვარი

საპარტოვლოს კანონი „საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შესახებ“ – სახელმწიფო უზრუნველყოფს: პროფილაქტიკური აცრების ეროვნული კალენდრით განსაზღვრული აცრების ორგანიზებასა და ზედამხედველობას; პროფილაქტიკური აცრების ეროვნული კალენდრით განსაზღვრული აცრებისათვის საჭირო პრეპარატების მომარაგების, შენახვისა და ტრანსპორტირების ორგანიზებასა და ზედამხედველობას; ეპიდემიების შემთხვევაში პროფილაქტიკური აცრებისა და გადაადგილებების დაავადებების აქტიური გამოვლენის ორგანიზებას.



23

იანვარი
JANUARYორშაბათი/
MONDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 იანვარი

საპარტოვლოს კანონი „ჯანმრთელობის დაცვის შესახებ“ – სამედიცინო დაწესებულება და ჯანმრთელობის დაცვის პერსონალი ვალდებული არიან დაიცვან ინტერესთა შეუთავსებლობის შემდეგი ნორმები: ა) პროფესიული სამედიცინო საქმიანობის განხორციელების პროცესში პაციენტებთან ურთიერთობისას არ იმოქმედონ ანგარებით, მათ შორის, მესამე პირის სასარგებლოდ; ბ) არ შევიდნენ გარიგებაში რომელიმე სამედიცინო დაწესებულებასთან ან/და ფარმაცევტულ კომპანიასთან იმ მიზნით, რომ პირადი კომერციული დაინტერესების სანაცვლოდ გამოიყენებენ პაციენტებს და ამით რაიმე მატერიალურ სარგებელს ნახავენ; გ) პროფესიული სამედიცინო საქმიანობის განხორციელების პროცესში დაუშვებელია ფარმაცევტული პროდუქტის განმასხვავებელი ნიშნის მქონე სამედიცინო დოკუმენტაციის ფორმების გამოყენება.



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

24

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 იანვარი

საპარტევლოს კანონი „ჯანმრთელობის დაცვის შესახებ“ – დაუშვებელია პაციენტის დისკრიმინაცია რასის, კანის ფერის, ენის, სქესის, აღმსარებლობის, პოლიტიკური და სხვა შეხედულებების, ეროვნული, ეთნიკური და სოციალური კუთვნილების, წარმოშობის, ქონებრივი და წოდებრივი მდგომარეობის, საცხოვრებელი ადგილის, დაავადების, სექსუალური ორიენტაციის ან პირადული უარყოფითი განწყობის გამო. დაუშვებელია პენიტენციურ დაწესებულებაში მოთავსებული პაციენტის დისკრიმინაცია სამედიცინო დახმარების განვებისას.



25

იანვარი JANUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 იანვარი

საქართველოს კანონი „ჯანმრთელობის დაცვის შესახებ“ – სახელმწიფო ხელს უწყობს უსაფრთხო დედობას, სანარმოებსა და დანესებულებებში ბავშვთა მოვლისათვის საჭირო პირობების შექმნის და დაფინანსების საკანონმდებლო უზრუნველყოფას, დედათა და ბავშვთა უფლებების დაცვის აუცილებლობის შესახებ საზოგადოებრივი აზრის ჩამოყალიბებას. ორსული ქალის სამედიცინო მეთვალყურეობა, მშობიარობისა და მშობიარობის შემდგომი სამედიცინო დახმარება უზრუნველყოფილია საქართველოს კანონმდებლობის შესაბამისად.



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

26

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 იანვარი

საპარტეზლოს კანონი „ჯანმრთელობის დაცვის შე-
სახეპ“ – მოსახლეობის ჯანმრთელობის დაცვის მიზნით
სახელმწიფო მხარს უჭერს თამბაქოს წვეის და ალკო-
ჰოლის ნაწარმის ჭარბი გამოყენების საპროფილაქტიკო
ლონისძიებებს და ქმნის მათი განხორციელების მექანიზ-
მებს. საზოგადოებრივი თავშეყრის ადგილებში თამბაქოს
მონევის შემღუდვა და მცირეწლოვანთათვის თამბაქოსა
და ალკოჰოლური ნაწარმის მიყიდვა წესრიგდება სა-
ქართველოს კანონმდებლობით.



27

იანვარი
JANUARYპარასკევი/
FRIDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 იანვარი

თანდაყოლილი ანომალიების პრევენციის თვე – თანდაყოლილი ანომალია ახალშობილთა გარდაცვალების ერთ-ერთ მიზეზს წარმოადგენს. თანდაყოლილი ანომალიები შეიძლება იყოს გენეტიკური, ინფექციური წარმოშობის ან გარემო ფაქტორებით გამოწვეული. ყველაზე გავრცელებული თანდაყოლილი დარღვევებია: გულის დეფექტები, ნერვული ღეროს დეფექტები და დაუნის სინდრომი. თანდაყოლილ ანომალიებს შეიძლება მოყვეს გრძელვადიანი შემზღუდული შესაძლებლობები, რომელიც მნიშვნელოვან ზემოქმედებას ახდენს არა მარტო თვით პიროვნებაზე, არამედ ოჯახზე, ჯანდაცვის სისტემასა და საზოგადოებაზე, თუმცა 21 საუკუნის მედიცინის და კერძოდ, გენეტიკის მიღწევები უკვე იძლევა თანდაყოლილი ანომალიების დიაგნოსტიკისა და პრევენციის საშუალებას, ასევე ადამიანის გენომის გაშიფვრის შემდეგ იმედის მომცემი ხდება გენური თერაპია. www.ncdc.ge; www.cdc.gov



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

იანვარი JANUARY

28

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

29

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

28 იანვარი

თანდაყოლილი ანომალიების პრევენცია – ორსულობის 3-8 კვირა ყველაზე მგრძნობიარე პერიოდია ნაყოფის ფორმირებისას, ამიტომ ანომალიების პრევენცია უნდა განხორციელდეს დაორსულობამდე, ორსულობის პერიოდში ცხოვრების ჯანსაღი წესის დაცვითა და ისეთი ღონისძიებების გატარებით, როგორიცაა მაგალითად ფოლიუმის მჟავის მიღება ორსულობამდე 2 თვით ადრე და ორსულობის პირველი 12 კვირის განმავლობაში – ეს ამცირებს ნერვული ღეროს დეფექტის, ანენცეფალის განვითარების რისკს.

www.ncdc.ge; www.cdc.gov

BIRTH DEFECTS FACTS

- Birth defects affect **1 in 33** babies every year.
- Many birth defects are **not found** immediately at birth.
- There is **no** known safe amount of alcohol or safe time to drink during pregnancy.
- The cause of most birth defects are **unknown**.
- Best ways to prevent birth defects: wash hands often, avoid cigarettes & alcohol, **get regular prenatal checkups.**

UF&Shands
The University of Florida Health System

30

იანვარი
JANUARY

ორშაბათი/
MONDAY

იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 იანვარი

მდგრადი განვითარება წარმოადგენს განვითარების ისეთ ფორმას, რომელიც გულისხმობს ამჟამინდელი თაობის მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილებას ისე, რომ არ დაირღვეს მომავალი თაობების მოთხოვნილებათა დაკმაყოფილების შესაძლებლობა. ის მოიცავს მრავალ ელემენტს და ყველა დარგს, მათ შორის ჯანმრთელობის დაცვას, რომელმაც ხელი უნდა შეუწყოს მდგრადი განვითარების მიღწევას.

www.who.int



იანვარი/JANUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

იანვარი
JANUARY

31

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

31 იანვარი

ჯანმრთელობის კვლევები წარმოადგენს ახალი სისტემატიზებული ცოდნისა და ტექნოლოგიების მიღების პროცესს, მოიცავს ბაზისურ და გამოყენებით კვლევებს და მიმართულია ჯანმრთელობის გაუმჯობესების, სამედიცინო მომსახურების ხელმისაწვდომობისა და ხარჯთაღმწიკრების გაზრდისკენ. მისი ამოცანებია: კვლევებისათვის აუცილებელი სიმძლავრეების განვითარება; ჯანდაცვის საჭიროებებზე ორიენტირებული კვლევების პრიორიტეტების მხარდაჭერა; კვლევითი პრაქტიკისთვის აუცილებელი ნორმების განსაზღვრა და კვლევების შედეგების პოლიტიკად გარდაქმნისთვის ხარისხიანი მტკიცებულებების უზრუნველყოფა.





საქართველოს ჯანმრთელობის
სადაცვის სამინისტრო

საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტრო წარმოადგენს სახელმწიფო პოლიტიკის გამსაზღვრელ და განმახორციელებელ სტრუქტურას შრომის, ჯანმრთელობის, დასაქმებისა და სოციალური დაცვის კუთხით.

სამინისტროს საქმიანობის სფერო და ამოცანები:

მოსახლეობის შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სახელმწიფო პოლიტიკის შემუშავება, განხორციელება და საქმიანობის კოორდინაცია; საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის დაცვის უზრუნველყოფა; სამედიცინო და ფარმაცევტული საქმიანობის რეგულირება; მოსახლეობის მიზნობრივი სოციალური დახმარებით უზრუნველყოფა; ოჯახში ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლისა და ოჯახში ძალადობის მსხვერპლთა დაცვის პოლიტიკის შემუშავებისა და განხორციელების ხელშეწყობა.

შრომითი ურთერთობებისა და სოციალური პარტნიორობის ხელშეწყობა; შრომითი მიგრაციის რეგულირება; დასაქმების ხელშეწყობა, არასამხედრო, ალტერნატიულ შრომით სამსახურში განწვევის საკითხების კოორდინაცია. ორგანიზაცია-დანესებულებებში შრომის უსაფრთხოების დაცვის მექანიზმების დანერგვისა და შრომითი დისკრიმინაციის შემთხვევების აღმოფხვრის ხელშეწყობა.

სამინისტროს კომპეტენცია:

სამინისტროს მმართველობას მიკუთვნებულ სფეროში კანონმდებლობით დადგენილი წესით შესაბამისი სამართლებრივი აქტების პროექტების შემუშავება და დადგენილი წესით მათი მიღება (გამოცემა); სამედიცინო საქმიანობის ხარისხის კონტროლი და უსაფრთხოების უზრუნველყოფა; საექიმო, საექთნო და ფარმაცევტული სპეციალობების ნუსხის განსაზღვრა; ინდივიდუალური სამედიცინო მომსახურების უზრუნველყოფისათვის სახელმწიფო პროგრამების შემუშავება, განხორციელება და კონტროლი; საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის საჭიროებებისათვის გამიზნული სახელმწიფო პროგრამების შემუშავება, დამტკიცება, განხორციელების კონტროლისა და შედეგების მონიტორინგი; ქვეყანაში სამედიცინო მომსახურების წესების, პირობებისა და ნორმატივების შემუშავება და მათი შესრულების კონტროლი; სახელმწიფო ნებართვებისა და ლიცენზიების გაცემის უზრუნველყოფა; საექიმო საქმიანობის სფეროში სპეციალისტთა სერტიფიცირების პროცესის ორგანიზება; ეპიდსაწინააღმდეგო ღონისძიებათა შემუშავება, განხორციელება და ზედამხედველობა; შესაბამის დაინტერესებულ უწყებებთან ერთად სამედიცინო მომსახურების, ინფრასტრუქტურის ნორმების შემუშავების ორგანიზება და დამტკიცება; სამედიცინო კადრების მომზადების დონის ამაღლების, კვალიფიკაციისა და უწყვეტი სამედიცინო განათლების პროცესის ორგანიზება; საქართველოში მიმოქცევაში არსებულ სამკურნალო საშუალებათა ხარისხის კონტროლი; მიზნობრივი სოციალური დახმარებით მოსახლეობის ხელშეწყობა. დასაქმებულთა შრომის უსაფრთხო პირობების დაცვის ხელშეწყობა და შრომით ურთიერთობებში დისკრიმინაციის პრევენცია.

ოჯახში ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლისა და ოჯახში ძალადობის მსხვერპლთა დაცვის პოლიტიკის შემუშავებისა და განხორციელების ხელშეწყობა; ყოველწლიური ცნობის წარდგენა კანონმდებლობით განსაზღვრული ორგანოებისათვის სამინისტროში შემოსულ საჯარო ინფორმაციასთან დაკავშირებით; კანონმდებლობით დადგენილი წესით, ხელშეკრულებებისა და შეთანხმებების, აგრეთვე ურთიერთგაგების მემორანდუმების გაფორმება როგორც საქართველოს, ისე სხვა ქვეყნების ფიზიკურ და იურიდიულ პირებთან; კანონმდებლობით დადგენილი წესით სამინისტროს სახელმწიფო კონტროლს დაქვემდებარებული საჯარო სამართლის იურიდიული პირების საშტატო ნუსხებისა და საქმიანობის გეგმების შეთანხმება; საერთაშორისო სამართლებრივ ნორმებთან საქართველოს კანონმდებლობის ჰარმონიზაციაში მონაწილეობა; კანონმდებლობით განსაზღვრულ სხვა უფლებამოსილებათა განხორციელება.

www.moh.gov.ge



საყოველთაო ჯანდაცვა

სამედიცინო მომსახურებით მოსახლეობის საყოველთაო მოცვა გლობალური ჯანმრთელობის უმთავრეს პრიორიტეტს წარმოადგენს და გულისხმობს მოსახლეობის არა მარტო ფინანსური რისკებისაგან დაცვას, არამედ მათთვის მაღალხარისხიანი სამედიცინო მომსახურების თანაბარი და სამართლიანი მიწოდების გარანტიას.

უნივერსალური მოცვის იდეა პირველად გაცხადებული იქნა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის 1948 წლის კონსტიტუციით,

როდესაც ჯანმრთელობა გამოცხადდა ადამიანის ფუნდამენტურ უფლებად. 1978 წელს ალმა-ატაში სტრატეგიით „ჯანმრთელობა ყველასათვის“ კიდევ ერთხელ გავსვა ხაზი მის მნიშვნელობას. 2012 წლის ჯანმრთელობის მსოფლიო ასამბლეის და გაეროს გენერალური ასამბლეის რეზოლუციებში კვლავ გაჟღერდა უნივერსალიზმის პრიორიტეტულობა. 2030 წელს მსოფლიოში ჯანმრთელობის საყოველთაო მოცვის უზრუნველყოფის მიღწევა ასევე აისახა გაეროს მდგრადი განვითარების მე-3 მიზანშიც.

უნივერსალური ჯანდაცვით უზრუნველყოფილია ყველა მაღალგანვითარებული (აშშ-ის გარდა) და 30-ზე მეტი საშუალო განვითარების ქვეყანა. 2013 წელს, საყოველთაო ჯანდაცვის პროგრამის ამოქმედებით, საქართველოც შეუერთდა მათ რიგებს და შექმნა უნივერსალური უფლებების ფუნდამენტი ჯანდაცვის სისტემის ფარგლებში.

ბოლო წლებში უპრეცედენტოდ გაიზარდა ჯანდაცვის სექტორისთვის გამოყოფილი სახელმწიფო ასიგნებების მოცულობა (2012-2016 წ. – 140%-იანი ზრდა). ქვეყნის მოსახლეობის 90%-ზე მეტი წარმოადგენს საყოველთაო ჯანდაცვის პროგრამის მოსარგებლეს, ხოლო დანარჩენს აქვს კერძო სამედიცინო დაზღვევა.

პროგრამა მოიცავს გეგმიურ ამბულატორიულ, გადაუდებელ ამბულატორიულ და სტაციონარულ, გეგმიურ ქირურგიულ მომსახურებას, ონკოლოგიური დაავადებების მკურნალობასა და მშობიარობას. ასევე ხდება საბაზისო მედიკამენტების დაფინანსება მოსახლეობის მიზნობრივი ჯგუფებისთვის.

საყოველთაო ჯანდაცვის რეფორმამ უზრუნველყო ჯანდაცვის სერვისებზე ხელში სანვდო-მობის გაუმჯობესება, შეამცირა ფინანსური ბარიერები და ჯიბიდან დანახარჯები (76% – 2012 წ. და 65% – 2014 წ.), გაზარდა ფინანსური დაცულობა.

2013 წლიდან დაფიქსირდა სამედიცინო მომსახურების უტილიზაციის ზრდა, 2015 წელს ამბულატორიულ მიმართვათა რაოდენობამ ერთ სულ მოსახლეზე 4.0 შეადგინა (2012 წელს – 2.3), ხოლო ჰოსპიტალიზაციის მაჩვენებელი 100 სულ მოსახლეზე გაიზარდა 8.0-დან (2012) 12.6-მდე (2015).

სახელმწიფო განაგრძობს ჯანდაცვის სექტორში მიმდინარე სტრატეგიულ რეფორმებს, რომელთა მიზანია ხარისხიანი სამედიცინო მომსახურების ხელმისაწვდომობის უზრუნველყოფა და ჯანდაცვაზე დანახარჯების გამო ნეგატიური ეკონომიკური ზეგავლენის შემცირება.



World Health Organization

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია (ჯანმო) – გაეროს სპეციალიზებული სააგენტო

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია (ჯანმო) წარმოადგენს გაერთიანებული ერების ორგანიზაციის (გაერო) სისტემის ფარგლებში ჯანდაცვის სფეროს წარმმართველ და მავორდინირებელ ორგანოს. მის პასუხისმგებლობას განეკუთვნება გლობალური ჯანმრთელობის პრობლემების გადაწყვეტა, სამეცნიერო კვლევების პრიორიტეტების განსაზღვრა, ჯანდაცვის სისტემაში მოქმედი ნორმებისა და სტანდარტების დადგენა, მტკიცებულებებზე დაფუძნებული პოლიტიკის შემუშავება, ქვეყნების ტექნიკური მხარდაჭერის განხორციელება და ჯანდაცვის სფეროში ცვლილებების დინამიკის მონიტორინგი და შეფასების უზრუნველყოფა. ჯანმოს დახმარებით წევრ სახელმწიფოებს წარმატებით შეუძლიათ გადაჭრან ჯანდაცვის გლობალური პრობლემები და გააუმჯობესონ ხალხთა კეთილდღეობა.

ჯანმო-ს ისტორია

1919 წელს შეიქმნა ერთა ლიგა, რომლის ერთ-ერთ ამოცანას დაავადებათა პრევენციისა და კონტროლისთვის საერთაშორისო დამოკიდებულების განსაზღვრა წარმოადგენდა. 1920 წელს OIHP-ის (L'Office international d'hygiène publique – საზოგადოებრივი ჯანდაცვის საერთაშორისო ოფისი) პარალელურად ფენევაში დაფუძნდა ერთა ლიგის ჯანმრთელობის ორგანიზაცია, რომელიც პრინციპში, ჯანმოს წინამორბედს წარმოადგენდა.

ახლად შექმნილი გაერთიანებული ერების ორგანიზაციის ფარგლებში ერთი საერთაშორისო ორგანიზაციის შექმნის იდეა, რომლის უფლებამოსილება გავრცელდებოდა საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ყველა სფეროზე, პირველად წარმოიშვა 1945 წელს გაეროს მიერ სან-ფრანცისკოში გამართულ კონფერენციაზე. აღნიშნულ თავყრილობაზე ბრაზილიისა და ჩინეთის დელეგაციებმა წარმოადგინეს გაერთიანებული დეკლარაცია რეკომენდაციით, რათა უახლოესი თვეების მანძილზე მოენვიათ სპეციალური კონფერენცია ჯანდაცვის საერთაშორისო ორგანიზაციის დაფუძნების მიზნით. კონფერენციის მონაწილეებმა წარმოდგინეს დეკლარაციას ერთსულოვნად დაუჭირეს მხარი. იმავე წლის ზაფხულში ნიუ-იორკში გაიმართა ჯანმრთელობის საერთაშორისო ორგანიზაციის დამფუძნებელი კონფერენცია. მასში მონაწილეობდა გაეროს წევრი ქვეყნების 51 დელეგაცია და მრავალი დამკვირვებელი.

1946 წლის 22 ივლისს 61 ქვეყნის წარმომადგენლებმა ხელი მოაწერეს ჯანმოს კონსტიტუციის ტექსტს, რომელიც ძალაში შევიდა 1948 წლის 7 აპრილს (ამ დღეს ყოველწლიურად აღნიშნავენ, როგორც ჯანმრთელობის მსოფლიო დღეს).

1948 წლის ივნისში ჯანმოს 55 წევრიდან 53 სახელმწიფოს დელეგატი შეიკრიბა ჯანმრთელობის მსოფლიო ასამბლეის პირველ სესიაზე. მათი გადანაცვებით განისაზღვრა, რომ ჯანმოს მთავარი პრიორიტეტები იქნებოდა – მაღარია, დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობა, ტუბერკულოზი, ვენერიული დაავადებები, კვებასა და გარემოსთან დაკავშირებული პრობლემები – ბევრი მათგანი დღემდე ინარჩუნებს თავის აქტუალობას. მას შემდეგ ჯანმომ გააფართოვა მუშაობის არეალი და მოიცვა ჯანმრთელობის ისეთი პრობლემები, რომლებიც 1948 წელს ჯერ კიდევ არ იყო ცნობილი, მათ შორის – ისეთი შედარებით ახალი დაავადება, როგორიცაა აივ/შიდსი.

კონსტიტუციის მიხედვით, ჯანმოს მიზანს წარმოადგენს ყველა ადამიანისთვის შეძლებისდაგვარად საუკეთესო ჯანმრთელობის მდგომარეობის მიღწევა. კონსტიტუციაში ჯანმრთელობა განისაზღვრება, როგორც სრული ფიზიკური, გონებრივი და სოციალური კეთილდღეობა და არა მხოლოდ – დაავადების არარსებობა.

საქართველო ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის წევრი გახდა 1992 წლის 16 მაისს. 1993 წელს საქართველოში დაარსდა საკოორდინაციო ოფისი. 1995 წელს ოფისის სახელი შეეცვალა და მას დაერქვა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის საქართველოს ოფისი.

საქართველოში ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ძირითადი მიზანია:

დაეხმაროს საქართველოს მთავრობას ეროვნული ჯანდაცვის პოლიტიკის შემუშავებასა და ჯანდაცვის სისტემის გაძლიერების საქმეში; საჭიროების შემთხვევაში გაუწიოს სათანადო ტექნიკური დახმარება; ხელი შეუწყოს საგანგებო სიტუაციებისათვის მზადყოფნის გაძლიერებას; ხელი შეუწყოს ჯანდაცვის სექტორში განათლების სტანდარტების დამკვიდრებასა და ტრენინგების ჩატარებას; გასწიოს მტკიცებულებებზე დამყარებული ექსპერტიზა და ჯანდაცვის სექტორს მიაწოდოს საჭირო ინფორმაცია ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ძირითადი მიზნის მისაღწევად.

1

თებერვალი FEBRUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 თებერვალი

ჯანდაცვის დაფინანსების სისტემა – უზრუნველყოფს ადეკვატური ინვესტირების შესაძლებლობას და ხანგრძლივ ფინანსურ სტაბილურობას, რათა ყველა ადამიანისთვის შექმნას პრევენციულ და ინდივიდუალურ მომსახურებაზე თანაბარი ხელმისაწვდომობა და თავიდან ააცილოს მათ სერიოზული ფინანსური, ან გაღარიბების რისკი. მისი ძირითადი ფუნქციებია: შემოსავლების მობილიზება, მოზიდული სახსრების გაერთიანება და ფინანსური ფონდების შექმნა, მომსახურების შესყიდვისა და მიმწოდებლების ანაზღაურების მექანიზმების შერჩევა.

www.who.int/topics/health_economics/en



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი
FEBRUARY

2

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 თებერვალი

ჯანდაცვის სისტემები არის რესურსების, ორგანიზაციისა და მართვის ერთობლიობა, რომლის დანიშნულებაცაა ჯანდაცვის სერვისების მიწოდების უზრუნველყოფა. მისი მთავარი მიზნებია: ჯანმრთელობის მდგომარეობის გაუმჯობესება; სოციალური და ფინანსური რისკებისაგან დაცვა და რესურსების ეფექტურად გამოყენება. ხოლო ძირითადი ფუნქციებია: სამედიცინო მომსახურების მიწოდება, ადამიანური რესურსების უზრუნველყოფა, წამლებზე ხელმისაწვდომობა, ჯანდაცვის საინფორმაციო სისტემის დანერგვა, ფინანსური სახსრების მობილიზაცია და მმართველობა.

who.int/topics/health_systems/en

3

თებერვალი FEBRUARY

პარასკევი/
FRIDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 თებერვალი

ფინანსური კრიზისი და გლობალური პანდემია – გლობალური ეკონომიკური განვითარების შემცირების დროს არსებული გამოწვევები აღიქმება, როგორც ჯანმრთელობის კრიზისი, ჯანდაცვის დაფინანსებაზე დიდი ზეგავლენის გამო. მნიშვნელოვანია გლობალური ჯანმრთელობის როლი ფინანსური კრიზისების მართვაში, ვინაიდან იგი მიმართულია საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის პრობლემებზე, რომლებიც სცილდება ეროვნულ საზღვრებს და რეაგირებისთვის საჭიროებს მულტისექტორულ ძალისხმევას. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია წარმოადგენს ცენტრალურ მოთამაშეს გლობალური ჯანმრთელობის საერთაშორისო ინიციატივებში.

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

4

კიბოს მსოფლიო დღე

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

5

10:00

კვირა / SUNDAY

12:00

14:00

16:00

18:00

4-5 თებერვალი

კიბოს მსოფლიო დღე – 1993 წლიდან მსოფლიოს მრავალ ქვეყანაში აღინიშნება და მიზნად ისახავს კიბოს შესახებ საზოგადოების ინფორმირებულობისა და ცნობიერების გაზრდას და მოუწოდებს მთავრობებს გადადგან ქმედითი ნაბიჯები კიბოს წინააღმდეგ ბრძოლაში. კიბო აერთიანებს დაავადებათა დიდ ჯგუფს, რომელიც შესაძლოა განვითარდეს ადამიანის ნებისმიერ ორგანოში. როგორც წესი, კიბო ერთი საწყისი უჯრედისგან ვითარდება. მისი განვითარების ერთ-ერთ მნიშვნელოვან მახასიათებელს პათოლოგიური უჯრედების სწრაფი გამრავლება წარმოადგენს, რომლებიც ნორმალური უჯრედისთვის დამახასიათებელი გარსის გარეშე იზრდებიან. ამ პროცესმა შესაძლოა ჩაითრიოს მიმდებარე ორგანოები და მოგვიანებით მეტასტაზების სახით გავრცელდეს სხვა ორგანოებზეც.



www.worldcancerday.org

6

თებერვალი FEBRUARY

ორშაბათი/
MONDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 თებერვალი

კიბოს განვითარების რისკის ფაქტორები – ონკოლოგიური დაავადებები მულტიფაქტორულია. სამეცნიერო კვლევებით დასტურდება უდავო კავშირი ცხოვრების წესსა და სხვადასხვა ლოკალიზაციის კიბოს შორის. ონკოლოგიურ დაავადებათა მართვად რისკის ფაქტორებს შორის გამოყოფენ: თამბაქოს მოხმარებას, ალკოჰოლის ჭარბ მოხმარებას, ჭარბ წონას, სიმსუქნესა და დაბალ ფიზიკურ აქტივობას. ჰაერში, წყალსა და ნიადაგში არსებულ ქიმიურ კანცეროგენებს ონკოლოგიურ დაავადებათა 1-4% უკავშირდება. ცნობილია 40-ზე მეტი აგენტი, ნივთიერება და ექსპოზიციური ფაქტორი, რომლებსაც პროფესიულ კანცეროგენებად მიიჩნევენ. ონკოლოგიურ პაციენტთა თითქმის 25-30%-ს კიბოს ოჯახური ანამნეზი გააჩნია.



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

7

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 თებერვალი

კიბოს პრევენცია – კიბოს შემთხვევათა 30%-ის პრევენცია შეიძლება განხორციელდეს ძირითადი რისკის ფაქტორების თავიდან აცილების გზით:

- ✓ თამბაქოს მოხმარებაზე უარის თქმა; წონის კორექცია; ხილისა და ბოსტნეულის ჩართვა ყოველდღიურ რაციონში; ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა; ალკოჰოლის ზომიერი მოხმარება; C ჰეპატიტის პრევენცია; ადამიანის პაპილომა ვირუსისა და B ჰეპატიტის წინააღმდეგო ვაქცინაციის ჩატარება; დიდ ქალაქებში ატმოსფერული ჰაერის დაბინძურების კონტროლი; შენობებში მყარი საწვავის გამოყენებით გამოწვეული ჰაერის დაბინძურების პრევენცია.



8

თებერვალი

FEBRUARY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 თებერვალი

ჯანმრთელობის დანახარჯები: გლობალური მიმოხილვა: “ჯანდაცვის ინდუსტრია” შეადგენს მსოფლიოს გლობალური ეკონომიკის 10%-ს (\$7,5 ტრილიონი – 2013 წ.), აქედან 60%-ის წყაროა სახელმწიფო ბიუჯეტი. ჯანდაცვაზე დანახარჯების გეოგრაფიული განაწილება არათანაბარია და ქმნის ე.წ. „20/80 სინდრომს“ – განვითარებული ეკონომიკის მქონე ქვეყნების მოსახლეობის 20% მოიხმარს ჯანდაცვის რესურსების 80%-ს. დანახარჯების უმეტესი წილი სტაციონარულ (38%), ამბულატორიულ (26%) მომსახურებასა და სამკურნალო საშუალებებით უზრუნველყოფაზე (21%) მოდის.

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

9

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 თებერვალი

გახსოვდეთ, კიბო განკურნებადი დაავადებაა, თუ ის ადრეულ სტადიაზე გამოვლინდება, ამისათვის მონოდებულია სკრინინგის პროგრამები. დადგენილია, რომ თუ დაავადებას ადრეულ სტადიაზე აღმოვაჩენთ და მკურნალობა დროულად დაიწყება, გამოჯანმრთელება შესაძლებელია 95-98%-ში.

კიბოს სკრინინგის მიზანია ასიმპტომურ სამიზნე პოპულაციაში ადამიანთა იმ ჯგუფების გამოვლენა, რომელთაც კიბოსწინარე პათოლოგიები ან კიბოს ადრეული სტადია აღენიშნებათ.

www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en;

www.cdc.gov/cancer



10

თებერვალი FEBRUARY

პარასკევი/
FRIDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 თებერვალი

ჯანმრთელობის სოციალური დეტერმინანტები – ის სოციალური და ეკონომიკური პირობებია, რომელშიც ხდება ადამიანის დაბადება, განვითარება, ცხოვრება და საქმიანობა. ეს გარემოებები გავლენას ახდენენ ავადობის რისკზე და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული უთანასწორობისა და უსამართლობის წამყვანი მიზეზებია. ჯანმრთელობის სოციალურ დეტერმინანტებს შორისაა: ცხოვრების წესი, განათლება, დასაქმება და უმუშევრობა, გენდერული ფაქტორები, სამედიცინო მომსახურება, საცხოვრებელი პირობები, შემოსავლები და მათი განაწილება და სხვ.



www.who.int/topics/social_determinants

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

11

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

12

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

11 - 12 თებერვალი

საქართველოში 2005 წლიდან ხორციელდება დაავადებათა აღრეული გამოვლენა და სკრინინგის პროგრამა, რომლის ერთ-ერთ მნიშვნელოვან კომპონენტს წარმოადგენს ეპილეფსიის დიაგნოსტიკა და ზედამხედველობა, რაც გულისხმობს ეპილეფსიით დაავადებულთა გამოვლენას, დაავადების მართვის ოპტიმიზაციას და ფსიქო-სოციალურ რეაბილიტაციას. ეპილეფსიური გულყრების ამოცნობას კარდინალური მნიშვნელობა აქვს პაციენტის დროული დიაგნოსტიკის, ადეკვატური მკურნალობის, ფსიქო-სოციალური სრულფასოვნების შენარჩუნებისა და სრული გამოჯანმრთელებისათვის.



13

თებერვალი FEBRUARY

ორშაბათი/
MONDAY

ეპილეფსიის საერთაშორისო დღე

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

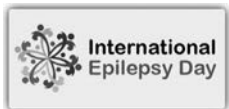
17:00

18:00

19:00

13 თებერვალი

ეპილეფსიის საერთაშორისო დღე – აღინიშნება ყოველწლიურად თებერვლის მეორე ორშაბათს და მიზნად ისახავს საზოგადოების ცნობიერების დონის ამაღლებას. ეპილეფსია ერთ-ერთი ყველაზე გავრცელებული ნევროლოგიური დარღვევაა, რომლის დიაგნოსტიკასა და მკურნალობას ესაჭიროება სპეციფიკური მეთოდოლოგია. ჯანმოს მონაცემებით მსოფლიოში 50 მილიონზე მეტი ადამიანი დაავადებულია ეპილეფსიით და ყოველწლიურად 2.4 მილიონი ახალი შემთხვევა ფიქსირდება. ჯანმომ, ეპილეფსიის წინაღმდეგ მებრძოლმა ინტერნაციონალურმა ლიგამ (ILAE), ეპილეფსიის საერთაშორისო ბიურომ (IBE) ეპილეფსია საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ერთ-ერთ მნიშვნელოვან პრობლემად მიიჩნია და შეიმუშავა ეპილეფსიისა და მისი გართულებების ეპიდემიამხედველობის, პროფილაქტიკისა და სწორი მკურნალობის კონტროლის ეფექტური ღონისძიებების ხელშეწყობისტრატეგია. www.epilepsy.org



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

14

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 თებერვალი

ეპილეფსია, სტიგმის დაძლევა – ეპილეფსია საზოგადოებისთვის სტიგმატიზირებული თემაა, რომელიც ეპილეფსიასთან დაკავშირებული ფსიქოსოციალური ტვირთის უმნიშვნელოვანეს ნაწილს შეადგენს. სტიგმის დაძლევა ორი გზით არის შესაძლებელი: პირველი ემსახურება საზოგადოებაში არსებული სტერეოტიპის დამსხვრევას და ამ გზით ეპილეფსიით დაავადებულთა მხარდაჭერას, მეორე კი მიმართულია ინდივიდზე და სენსიტიურობის შემცირების მიზნით ფსიქოლოგიურ დახმარებას ითვალისწინებს. ეპილეფსიასთან ასოცირებული სტიგმის დასაძლევად აუცილებელია საზოგადოების ინფორმირებულობის გაზრდა, მიზნობრივ ჯგუფებზე მიმართული სპეციალური სასწავლო პროგრამების შემუშავებისა და დანერგვის გზით.



ერთად დავამსხვრიეთ ეპილეფსიის სტიგმა!

15

თებერვალი
FEBRUARYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

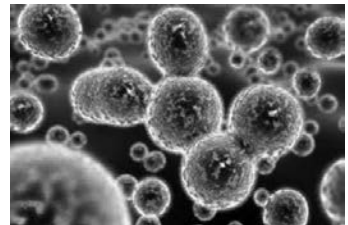
17:00

18:00

19:00

15 თებერვალი

გადამდები ან ინფექციური დაავადებები – პათოგენური ბიოლოგიური აგენტებით გამოწვეული დაავადებები. განსაზღვრება გამომდინარეობს ტერმინიდან "ინფექცია", რაც მაკროორგანიზმში რაიმე დაავადების გამომწვევი მიკროორგანიზმის (ბაქტერია, ვირუსი, პარაზიტი, პრიონი, სოკო) შეჭრას და გამრავლებას ან ცხოველმყოფელობას გულისხმობს. ინფექცია შესაძლოა იყოს როგორც კლინიკური სიმპტომებით, ასევე უსიმპტომოდ მიმდინარე, მათ შორის გამომწვევის მტარებლობის სახით გამოხატული. ინფექციას აქვს ინკუბაციური, პროდრომული, კლინიკური გამოვლინებისა და რეკონვალესცენციის პერიოდები.



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

16

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 თებერვალი

პეიდაფეთქება (ეპიდემიური აფეთქება) – მოსახლეობის შემზღუდულ რაოდენობაში გადამდები დაავადების ახალი შემთხვევების სიხშირის მკვეთრი ზრდა ხანმოკლე პერიოდში (საქართველოს კანონი „საზოგადოებრივი ჯანდაცვის შესახებ“), (www.matsne.gov.ge). საქართველოში, სხვა ქვეყნების მსგავსად ტერმინი გამოიყენება ისეთ შემთხვევებში, როდესაც ერთ ან რამდენიმე დასახლებულ პუნქტში, ან მუნიციპალიტეტში, ან რეგიონში აღირიცხება მსგავსი კლინიკით და სავარაუდოდ ერთმანეთთან დაკავშირებული, ან ერთი ფაქტორით განპირობებული დაავადების 3 და მეტი შემთხვევა.



17

თებერვალი
FEBRUARYპარასკევი/
FRIDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 თებერვალი

აღმოცენებადი დაავადებები – დაავადებები, რომლებიც პირველად გამოჩნდნენ პოპულაციაში, ან ადრე აღირიცხებოდნენ კონკრეტულ ტერიტორიებზე და/ან მოსახლეობაში, თუმცა სოციალურ-ეკონომიური, სან-ჰიგიენური პირობების გაუმჯობესებისა და იმუნიზაციის წყალობით აღარ წარმოადგენდნენ პრობლემას ადამიანთა ჯანმრთელობისთვის, მაგრამ „შემობრუნდნენ“, ან შეიძინეს მდგრადობა ანტიმიკრობული პრეპარატებისადმი, სწრაფად მატულობს მათი ინციდენტობა ან გავრცელების არეალი.



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

18

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

19

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

18 - 19 თებერვალი

ჰანსენის დაავადება (ვეთრი, Leprosy) – ქრონიკული ინფექციური დაავადება, გამომწვევია მიკობაქტერია (ჰანსენის ჩხირი). ახასიათებს კანის, ლორწოვანი გარსისა და პერიფერიული ნერვული სისტემის დაზიანება, რაც მგრძნობელობის ან შეგრძნების დაკარგვას იწვევს. ცნობილია უხსოვარი დროიდან და “ლომის სახის” სახელითაცაა ცნობილი. უმთავრესად წვეთოვანი გზით ვრცელდება. ახასიათებს 3-20 წლიანი ხანგრძლივობის ინკუბაციური პერიოდი. საქართველოში ბოლო 30 წელია აღარ აღრიცხულა. დაავადებულები მკურნალობის კურსს გადიან სპეციალიზებულ კლინიკებში – ლევროზორიუმებში. დაავადება შესაძლოა თვითგანკურნებითაც დამთავრდეს.



20

თებერვალი
FEBRUARYორშაბათი/
MONDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 თებერვალი

მძიმე მწვავე რესპირატორული სინდრომი (SARS) – SARS-ი რესპირატორული დაავადებაა, რომელსაც იწვევს კორონავირუსი. სხვა რესპირატორული ვირუსების მსგავსად, მასაც ახასიათებს $>38^{\circ}\text{C}$ ტემპერატურა, თავის და კუნთების ტკივილი, ზოგადი სისუსტე. დაავადება კონტაქტური და წვეთოვანი გზებით ვრცელდება. პრევენცია SARS-ის ყველა საეჭვო შემთხვევა საჭიროებს კონტაქტურ და წვეთოვან იზოლაციას, ასევე დაავადებულთან ურთიერთობისას პირადი ჰიგიენის დაცვასა და ინდივიდუალური დაცვის საშუალებების (მ.შ. რესპირატორი) გამოყენებას.



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი
FEBRUARY

21

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

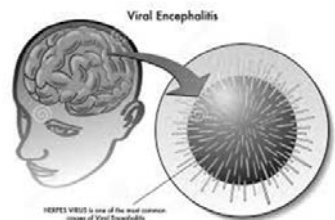
19:00

21 თებერვალი

ვირუსული ენცეფალიტი – ენცეფალიტი მწვავედ მიმდინარე დაავადებაა, რომელიც თავის ტვინის პარენქიმის დაზიანებით მიმდინარეობს და იწვევს ცერებრული ფუნქციის შეცვლას. მწვავე ვირუსული ენცეფალიტი ცხელებით, თავის ტკივილით და მენტალური სტატუსის ცვლილებებით ხასიათდება. ვირუსული ენცეფალიტების ერთ-ერთი ყველაზე ხშირი გამომწვევია არბოვირუსები. ტკიპის კბენის შედეგად დაინფიცირების გარდა, შესაძლებელია დაავადება ალიმენტური გზითაც გავრცელდეს.

wwwnc.cdc.gov/eid/article/19/9/13-0201_article;

www.who.int/topics/encephalitis_viral/en



22

თებერვალი
FEBRUARYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

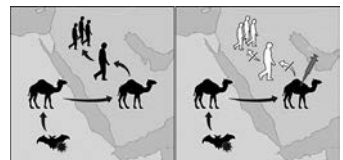
17:00

18:00

19:00

22 თებერვალი

კორონავირუსული ინფექციები – კორონავირუსები შედარებით ახლად გამოვლენილი აგენტებია. დღეისთვის ცნობილია, რომ კორონავირუსების ძირითადად 4 შტამი HCoV-229E, HCoV-OC43, HCoV-NL63 და HCoV-HKU1 ცირკულირებს ადამიანებში. ახლო (შუა) აღმოსავლეთის კორონა (MERS) ვირუსი მიჩნეულია როგორც ცხოველური წარმოშობის და ვრცელდება სპორადულად ჯერ კიდევ დაუდგენელი გზით, თუმცა მას აქვს ადამიანიდან ადამიანზე გადაცემის უნარიც. მათ შორის ჰოსპიტალებშიც. პრევენციისთვის რეკომენდებულია ცხოველების მოვლისას პირადი ჰიგიენის დაცვა და ცხოველთა დაავადების შესახებ ვეტერინარული სამსახურების დროული ინფორმირება, ინფექციის კონტროლის წესების დაცვა. www.cdc.gov/coronavirus/index.html; www.who.int/csr/sars/casedefinition/en



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

23

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 თებერვალი

პროტიტფელდ-იაკობის დაავადება ტვინის ფატალური, იშვიათი, ნეირო-დეგენერაციული, შეუქცევადი დაავადება. იგი მიეკუთვნება ტრანსმისიულ, ღრუბლისებრ ენცეფალოპათიებს. მისი განვითარება დაკავშირებულია ორგანიზმში პრიონის არსებობასთან. **გადაცემის გზა კონტაქტური** და ინფიცირებულის/დაავადებულის თავ-მურგ-ტვინის სითხესთან ექსპოზიციაა აუცილებელი.



პროფილაქტიკა – აკრძალულია დაავადებული ჰირის სისხლის, ქსოვილებისა და ორგანოების დონაცია. დაავადებული ცხოველი ექვემდებარება განადგურებას.

www.alz.org/dementia/creutzfeldt-jakob-disease-cjd-symptoms.asp;

www.ninds.nih.gov/disorders/cjd/detail_cjd.htm

24

პარასკევი/
FRIDAYთებერვალი
FEBRUARY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 თებერვალი

„ჯანმრთელი ქალაქების“ პროგრამა – ჯანმო-ს ხელშეწყობით, შექმნილია „ჯანმრთელი ქალაქების“ პროგრამა, რომლის მთავარი იდეა მდგომარეობს ურბანულ ჯანმრთელობის გაუმჯობესებაში. სადაც მთავარ პრიორიტეტად მიჩნეულია ყველა პროგრამა ეფუძნებოდეს ვალდებულებას ჯანმრთელობის შესახებ და საერთო ძალისხმევა მიმართულია იქეთ, რომ ჯანმრთელობის ხელშეწყობა და დაავადებათა პრევენცია პრიორიტეტად იქნება მიჩნეული. პროგრამა ახდენს ინტერსექტორული აპროპიაციის სტიმულირებას, ასეთ მაგალითს წარმოადგენს ქალაქის შიგნით ფართო გამწვანების ზოლის უზრუნველყოფა. საზოგადოების აქტიური ჩართულობა და სიახლეების დანერგვა.

www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/activities/healthy-cities



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი
FEBRUARY

25

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

26

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

25 - 26 თებერვალი

მერების შეთანხმება – წარმოადგენს ევროკავშირის ერთ-ერთ წარმატებულ ინიციატივას, რომელშიც ნებაყოფლობით არიან გაერთიანებული აღმოსავლეთ ევროპის ადგილობრივი და რეგიონალური თვითმართველობა. ინიციატივა ითვალისწინებს ენერგოეფექტურობის გაზრდასა და ადგილობრივი ტერიტორიების საზღვრების ფარგლებში განახლებადი ენერგორესურსების გამოყენების გაფართოებას. 2010 წელს თბილისის მერია შეუერთდა ევროკავშირის 2020 წლის საერთო მიზანს, რომელიც ადგილობრივი ტერიტორიების საზღვრებში სათბური გაზების CO2-ის ემისიების მინიმუმ 20%-ით შემცირებასა და მდგრადი ენერგეტიკის ხელშეწყობი სამოქმედო გეგმის განხორციელებას ითვალისწინებს (SEAP).



27

თებერვალი
FEBRUARYორშაბათი/
MONDAY

თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 თებერვალი

მენინგიტი – თავისა და ზურგის ტვინის გარსების ანთებაა. მენინგიტი შეიძლება გამოიწვიოს ბაქტერიებმა, ვირუსებმა და სოკოებმა. მენინგიტების გადაცემის მექანიზმი უმეტესად წვეთოვანია, ხოლო ენტეროვირუსული ინფექციის შემთხვევაში კი ფეკალურ-ორალური. მენინგიტების სანიანალმდეგო პრევენციის საუკეთესო საშუალებაა *Haemophilus Influenzae*, *Streptococcus Pneumoniae*, *Mycobacterium Tuberculosis*, პოლიომიელიტის, ყბაყურას, წითელას, გრიპის ვაქცინებით იმუნიზაცია. *Neisseria Meningitidis*-ის სანიანალმდეგო ვაქცინაცია ჩვენს ქვეყანაში სავალდებულო არ არის, თუმცა რეკომენდებულია “მენინგოკოკური სარტყელის” აფრიკულ ქვეყნებში და ხაჭმე მოგზაურობის წინ.



თებერვალი/FEBRUARY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

თებერვალი FEBRUARY

28

იშვიათი დაავადებების
მსოფლიო დღე

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 თებერვალი

იშვიათი დაავადებების მსოფლიო დღე – 2017 წელს აღინიშნება 28 თებერვალს. დაავადება აღიარებულია იშვიათად, თუ მისი სიხშირე 2000 მოსახლეზე ერთს არ აღემატება. იშვიათი დაავადებების 80% ცნობილი გენეტიკური გენეზისაა (ვითარდება ერთი ან რამდენიმე გენური ან ქრომოსომული დარღვევის შედეგად); დანარჩენი 20% შესაძლოა გამოწვეული იყოს ინფექციური აგენტით, ალერგენებით, ქიმიური ნივთიერებით ან რადიაციული გამოსხივებით.

ძირითადი იშვიათი დაავადებები:

- ✓ პროგრესული მულტიფოკალური ლეიკოენცეფალიტი;
- ✓ პარანევროპლასტიკური ნევროლოგიური სინდრომი (PNS);
- ✓ დერკუმის დაავადება;
- ✓ იდიოპათიური ბაზალური განგლიის ოჯახური კალციფიკაცია;
- ✓ ნევრომიელიტი „ოპტიკა“ (დევიკის დაავადება).





დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი

სსიპ ლ.საყვარელიძის სახელობის დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი (დკსჯეც) საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის სფეროში წამყვან ორგანიზაციას წარმოადგენს. ორგანიზაციის ისტორია სათავეს ჯერ კიდევ საქართველოში შავი ჭირის საწინააღმდეგო სადგურის დაარსების თარიღიდან

(1937 წელი) იღებს. საქართველოს დამოუკიდებლობის აღდგენის შემდეგ, 1992 წელს შავი ჭირის საწინააღმდეგო საქართველოს სადგური განსაკუთრებით საშიში დაავადებების სამეცნიერო-პრაქტიკულ ცენტრად გარდაიქმნა, 1996 წელს გატარებული სანიტარულ-ეპიდემიოლოგიური სისტემის რეფორმის შედეგად კი დაარსდა დაავადებათა კონტროლის ეროვნული ცენტრის სტატუსით. 2003-2007 წლებში ჩატარდა ცენტრის ფართომასშტაბიანი რეორგანიზაცია, რომელიც დასრულდა სამედიცინო სტატისტიკის ცენტრის და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის დეპარტამენტის ფუნქციების შემოერთებით. 2013 წელს განხორციელდა რიჩარდ ლუგარის საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის კვლევითი ცენტრის დკსჯეც-ში სრული ინტეგრაცია.

დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი არის საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს სახელმწიფო კონტროლს დაქვემდებარებული საჯარო სამართლის იურიდიული პირი და ფინანსდება სახელმწიფო ბიუჯეტში მისთვის გამოყოფილი საბიუჯეტო ასიგნებებიდან. ცენტრი წარმოადგენს ეროვნულ დონეზე წამყვან ორგანიზაციას გადამდები და არაგადამდები დაავადებების პრევენციისა და კონტროლის განხორციელებაში. იგი შეიმუშავებს ეროვნულ სტანდარტებს, სახელმძღვანელო რეკომენდაციებს (გაიდლაინებს), ხელს უწყობს საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის გაუმჯობესებას, ახორციელებს ეპიდემიოლოგიურ მონიტორინგს, იმუნიზაციის პროგრამას, ლაბორატორიულ სამუშაოებს, კვლევებს, უზრუნველყოფს კონსულტაციებს და რეაგირებს საზოგადოებრივ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ საგანგებო მდგომარეობებზე. მოსახლეობის ჯანმრთელობის მდგომარეობის მონიტორინგის და შესაბამისი პოლიტიკის შემუშავების პროცესის ხელშეწყობის მიზნით, დკსჯეც აწარმოებს ჯანდაცვის სტატისტიკას.

2013 წლიდან დკსჯეც გახდა აივ/შიდსთან, ტუბერკულოზთან და მალარიასთან ბრძოლის „გლობალური ფონდის“ გრანტების ძირითადი მიმღები. 2014 წლის აპრილიდან დკსჯეც ახორციელებს „გლობალური ფონდის“ ორ უმნიშვნელოვანეს პროგრამას ტუბერკულოზისა და აივ/შიდსის მიმართულებით.

ხედვა: ჩვენი ცოდნით საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის სამსახურში

მიზნა: საქართველოს მოსახლეობის ჯანმრთელობის დაცვა და გაუმჯობესება მეცნიერულ მტკიცებულებებზე დაფუძნებული დაავადებათა პრევენციის, საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის საფრთხეებისადმი მზადყოფნის და დროული რეაგირების გზით.

2013-2017 წლების სტრატეგიული გეგმის შესაბამისად, დკსჯეც-ს გამოკვეთილი აქვს სტრატეგიული პრიორიტეტები ოთხი მიმართულებით:

- ✓ გადამდები დაავადებებით განპირობებული ავადობის, შემლუდული შესაძლებლობების და სიკვდილიანობის შემცირება;
- ✓ არაგადამდები დაავადებებით განპირობებული ავადობის, შემლუდული შესაძლებლობების და სიკვდილიანობის შემცირება;
- ✓ გარემოს საშიშრო შემოქმედებისა და ქცევითი რისკფაქტორების შეფასება და კორექცია მოსახლეობის ჯანმრთელობის სტატუსის გაუმჯობესების მიზნით;
- ✓ გამოყენებითი და ფუნდამენტური ბიოსამედიცინო და ბიოტექნოლოგიური სამეცნიერო კვლევების პოტენციალის განვითარება.



რიჩარდ ლუგარის საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის კვლავითი ცენტრი

რიჩარდ ლუგარის საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის კვლევითი ცენტრი დაავადებათა კონტროლის და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის შემადგენელი ნაწილია და წარმოადგენს საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სისტემის რეფერალურ ლაბორატორიას. ცენტრის მშენებლობა დაიწყო 2007 წელს, 2002 წელს აშშ და საქართველოს შორის გაფორმებული

შეთანხმების „ბიოლოგიური იარაღის განვითარებასთან დაკავშირებული ტექნოლოგიების, პათოგენების და გამოცდილების გავრცელების თავიდან აცილების სფეროში თანამშრომლობის შესახებ“, საფუძველზე, რომლის ფარგლებში, ბოლო 14 წლის განმავლობაში, ხორციელდება უპრეცედენტო ფინანსური და ტექნიკური დახმარების პროგრამა (Cooperative Biological Engagement Program-CBEP, განმახორციელებელი DTRA – Defense Threat Reduction Agency). ქვეყანაში მოეწყო თანამედროვე დონეზე აღჭურვილი ბიოუსაფრთხოების ლაბორატორიული ქსელი ადამიანისა და ცხოველთა დაავადებათა დიაგნოსტიკისთვის. სერიოზული ინვესტიცია განხორციელდა ადამიანური რესურსების მომზადებაში.

ლუგარის ლაბორატორია მნიშვნელოვან როლს თამაშობს, როგორც საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შენარჩუნების და განმტკიცების, ასევე ქვეყნის უსაფრთხოების უზრუნველყოფის საკითხებშიც. ძირითადი ფუნქციებია: გადამდები დაავადებების აღმოჩენის, ზედამხედველობისა და რეაგირების ერთიანი ლაბორატორიული სისტემის გამართული ფუნქციონირება; სამეცნიერო კვლევების ჩატარება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის, ეპიდემიოლოგიის, ბიოლოგიური უსაფრთხოების, ეპიზოოტოლოგიის, ენტომოლოგიის, გარემოს ჯანმრთელობის პრობლემებზე; სამეცნიერო კადრების მომზადება უმაღლეს საგანმანათლებლო დაწესებულებებთან თანამშრომლობით;

ცენტრი აერთიანებს თანამედროვე დონეზე აღჭურვილ ბიოუსაფრთხოების მე-2 და მე-3 დონის ლაბორატორიებს, რომელთა მიზანია ადამიანისა და ცხოველთა პათოგენების დროული აღმოჩენა და რეაგირება „ერთიანი ჯანმრთელობის“ პრინციპით. ბიოუსაფრთხოების მე-3 დონის (BSL-3) ზონაში განთავსებულია ბაქტერიოლოგიისა და ვირუსოლოგიის ლაბორატორიები და ასევე პათოგენების ეროვნული „მუზეუმი“, სადაც უსაფრთხოდაა დაცული ადამიანისა და ცხოველის დაავადებების გამომწვევი განსაკუთრებით საშიში პათოგენების ეროვნული კოლექცია. ლუგარის ცენტრი ერთადერთი BSL-3 ლაბორატორიაა არა მხოლოდ საქართველოში, არამედ მთელს კავკასიისა და ცენტრალური აზიის რეგიონში. ცენტრში ფუნქციონირებს ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის (ჯანმო) მიერ აკრედიტებული 3 ვირუსოლოგიური ლაბორატორია (პოლიომიელიტის, გრიპის, ნითელა-ნითურას), გარდა ამისა, 5 ლაბორატორია ჩართულია საერთაშორისო ქსელებში, ხარისხის გარე კონტროლით: ანტიბიოტიკორეზისტენტობის, როტავირუსების, ინვაზიური მენინგიტების, სალმონელოზების და მალარიის დიაგნოსტიკაში. ყოველივე ეს საშუალებას იძლევა ცენტრმა წარადგინოს განაცხადი ჯანმოს მოთანამშრომლეთა ცენტრის სტატუსის მოსაპოვებლად.

ლუგარის ცენტრის ლაბორატორიული შესაძლებლობებით სარგებლობენ სოფლის მეურნეობის სამინისტროს ლაბორატორია (LMA), ელიავას სახელობის ბაქტერიოფაგის, მიკრობიოლოგიის და ვირუსოლოგიის სამეცნიერო კვლევით ინსტიტუტი – BSL-3 სივრცეში და ქართული უნივერსიტეტები და აშშ უოლტერ რიდის სახელობის სახმელეთო ძალების კვლევითი ცენტრი (WRAIR) – BSL-2 სივრცეში. ცენტრში არსებულ, კავკასიაში უნიკალურ, გენომის ლაბორატორიაში ხორციელდება ერთობლივი სამეცნიერო პროექტები ევროპელ და მეზობელი ქვეყნების მეცნიერებთან ერთად.



ბაქტერიებისა და ვირუსების ეროვნული საცავი

დკსჯეც-ის ბაქტერიებისა და ვირუსების ეროვნულ საცავში განთავსებულია ინფექციურ დაავადებათა, მათ შორის საშიშ და საყურადღებო დაავადებათა გამომწვევების შტამები/კულტურები; ადამიანისთვის პათოგენურ მიკროორგანიზმთა კონსოლიდირება ბაქტერიებისა და ვირუსების ეროვნულ საცავში სათანადო იღებს გასული საუკუნის 60-იანი წლებიდან, როდესაც

საქართველოს შავი ჭირის საწინააღმდეგო სადგურის „ცოცხალი კულტურების მუზეუმი“-ში დაიწყო აზიური ქოლერის *V.cholerae asiatica*-ს „ოგავას“ (OGAWA) ბიოვარიანტის ორი შტამის შენახვა/კულტივირება.

ბაქტერიებისა და ვირუსების ეროვნულ საცავში გაყინულ (-80°C) მდგომარეობაში ინახება 60 წლის განმავლობაში საქართველოს ტერიტორიაზე იზოლირებული ადამიანისათვის პათოგენურ მიკროორგანიზმთა (შავი ჭირის, ჭილვის, ტულარემიის, ბოტულიზმის, ქოლერის, ბრუცელოზის, სალმონელეზის, შიგელების და ა.შ.) შტამები. საცავში, რომელიც განთავსებულია რ. ლუგარის სჯ კვლევითი ცენტრის BSL-3-ის არეში, დაცულია უსაფრთხო სამუშაო პირობები.

საცავში აღრიცხვა, შენახვა, გაცემა, გადაცემა და ა.შ. სრულ თანხვედრაშია საშიშ ბიოლოგიურ აგენტებზე მომუშავე თბილისში რეკომენდებულ ბიოსაფრთხოებისა და ბიოდაცვის საერთაშორისო სტანდარტებთან.

ძალზე მნიშვნელოვანია, რომ საცავში დაცულ მიკროორგანიზმთა გენეტიკურ/ეპიდემიური მარკერების შესწავლა საშუალებას იძლევა, დადგინდეს ინფექციურ დაავადებათა მ.შ. განსაკუთრებით საშიშ დაავადებათა გამომწვევების „ისტორიული ხაზები“ და, რაც მთავარია, განისაზღვროს შტამების გეოგრაფიული წარმომავლობა.

საცავში ინახება არამართო ადამიანისათვის, არამედ ცხოველთათვის პათოგენურ მიკროორგანიზმთა შტამებიც, რომელთა მონიტორინგს ძალზე დიდი მნიშვნელობა აქვს ქვეყნის ეკონომიკური კეთილდღეობისათვის.

განსაკუთრებით საშიში პათოგენების კვლევის სამსახური

განსაკუთრებით საშიში პათოგენების კვლევის სამსახური წარმოდგენილია დკსჯეც-ის სტრუქტურული ერთეულით, რომელიც 60 წელზე მეტია ახორციელებს განსაკუთრებით საშიში პათოგენების კვლევას ქვეყანაში. ამ სამსახურში თავმოყრილია BSL-3 და BSL-2 უსაფრთხოების დონეების სადიაგნოსტიკო ლაბორატორიები, ალჭურვილობა და კვალიფიციური/ექსპერტული კადრები.

განსაკუთრებით საშიში პათოგენების კვლევის სამსახური წარმოადგენს ისტორიული „შავი ჭირის საწინააღმდეგო სადგურის“ მემკვიდრეს და ამჟამად წარმოადგენს ჩვენს ქვეყანაში ჯანმრთელობის გლობალური უსაფრთხოების ერთ-ერთ მთავარ საყრდენს. სამსახური მუშაობს დკსჯეც-ის სტრატეგიული პრიორიტეტებიდან გამომდინარე ისეთ მნიშვნელოვან საკითხებზე, როგორცაა: ა) განსაკუთრებით საშიში პათოგენების იდენტიფიკაცია და დეტექცია, ბ) განსაკუთრებით საშიში პათოგენების გადაადგილების და ბუნებრივი კერების/რეზერვუარების/ვექტორების მონიტორინგი, გ) ინფექციურ დაავადებათა, მ.შ. საქართველოში/სამხრეთ კავკასიის რეგიონში განსაკუთრებით საშიშ დაავადებათა გავრცელების ლაბორატორიული დიაგნოსტიკის და ბიოლოგიური საფრთხეების სამეცნიერო – პრაქტიკული ასპექტების კვლევა. აქედან გამომდინარე, სამსახურის საქმიანობა, გენომურ ცენტრთან ერთად, დკსჯეც-ს ქვეყნის ეპიდემიოლოგიური უსაფრთხოების ძირითად და უმნიშვნელოვანეს რგოლად აქცევს.



გენომური კვლევები

ლეგარის ცენტრის მოლეკულური ეპიდემიოლოგიის ლაბორატორიაში ფუნქციონირებს გენომის ცენტრი, რომელსაც გააჩნია როგორც კლასიკური (სანგერ), ასევე ახალი თაობის სექვენირების აპარატურა (MiSeq, Illumina), ამ ტექნოლოგიების სრულფასოვანი ფუნქციონირებისათვის აუცილებელი დამატებითი აღჭურვილობა და პროგრამული უზრუნველყოფა, რაც რეგიონში გენომის კვლევის უნიკალურ შესაძლებლობებს იძლევა. კერძოდ, შესაძლებელია როგორც შერჩეული გენების ფრაგმენტების, ასევე სრული ბაქტერიული გენომების, რნმ-ებისა და ტრანსკრიპტომების, ასევე მეტაგენომური ნიმუშების სექვენირება.

ახალი თაობის სექვენირებით მიღებული შედეგების ანალიზისათვის ცენტრში ხელმისაწვდომია CLC-Bio, EDGE და სხვა კომპიუტერული პროგრამები. ცენტრის თანამშრომლები მონაწილეობენ სამეცნიერო პროექტებში სხვადასხვა ქართულ და უცხოურ ორგანიზაციებთან ერთად. ისინი უტარებენ ტრენინგებს და კონსულტაციებს უწევენ საქართველოსა და რეგიონის ქვეყნების უნივერსიტეტებისა და ინსტიტუტების თანამშრომლებსა და სტუდენტებს სექვენირებისა და გენოტიპირების მეთოდებში.

ზოგადი ბაქტერიოლოგიური ლაბორატორია

ზოგადი ბაქტერიოლოგიური ლაბორატორია ახორციელებს სადიაგნოსტიკო და კვლევით საქმიანობას გრამდადებით/გრამუარყოფით აერობებზე და ანაერობებზე, პარაზიტებზე და სოკოებზე. ლაბორატორიის საქმიანობის ძირითადი მიმართულებებია: მიკრო-ორგანიზმების (ბაქტერიები, სოკოები, პროტოზოები) მორფოლოგიური და ბიოქიმიური მახასიათებლების კვლევა; ანტიბიოტიკოზრეზისტენტობის დადგენისა და სხვადასხვა სა-დღმინფექციო საშუალების მიმართ მგრძნობელობის შესწავლა; გადამდები დაავადებების პროფილაქტიკისა და პრევენციის პროგრამაში მონაწილეობის მიღება;

ლაბორატორია წარმოადგენს ეპიდემიოლოგიის პროგრამის განუყოფელ ნაწილს; მონაწილეობს რამდენიმე სახელმწიფო და სამეცნიერო-კვლევით პროგრამაში.

ჯანმო-ს ეგიდით ლაბორატორია ფუნქციონირებს, როგორც ანტიბიოტიკოზრეზისტენტობის (AMR) რეფერენს ლაბორატორია და ქვეყნის მასშტაბით ხელმძღვანელობს ეროვნულ მიკრობიოლოგიურ ლაბორატორიულ ქსელს.

ზოოენთომოლოგიური სამსახური

ინფექციურ დაავადებათა, მ.შ. განსაკუთრებით საშიში დაავადებების გამომწვევთა რეზერვუარებზე და გადამტანებზე/ვექტორებზე მონიტორინგს ახორციელებს დესჭეც-ის ზოოენტომოლოგიის ლაბორატორია. ლაბორატორიის ენტომოლოგები და ზოოლოგები სისტემატურად იკვლევენ საქართველოს ტერიტორიაზე ინფექციურ დაავადებათა მ.შ. განსაკუთრებით საშიშ დაავადებათა ბუნებრივ კერებს, მოიპოვენ



აღნიშნულ დაავადებათა გადამტანებს, ადგენენ მათ რიცხოვნობას, შეისწავლიან ეპიზოოტოლოგიურ სიტუაციას შემთხვევების და ეპიდემიოქეების დროს.

ზოოენტომოლოგიის ლაბორატორია პრაქტიკულად ერთადერთია ქვეყანაში და მასში თავმოყრილი ექსპერტული ცოდნა უაღრესად მნიშვნელოვანია ინფექციურ დაავადებებზე ეპიდემიოლოგიის განხორციელების დროს.

1

მარტი
MARCH

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 მარტი

დაავადებების კლასიფიკაცია – მოსახლეობაში სხვადასხვა დაავადებების სიხშირისა და გავრცელების მონიტორინგის და ანალიზის მიზნით ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ყველა წევრი ქვეყანა, მათ შორის საქართველო, იყენებს ავადმყოფობათა და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სხვა პრობლემების საერთაშორისო სტატისტიკურ კლასიფიკატორს – ასკ-10 (ICD-10), რომლის მიზანს სისტემატიზებული რეგისტრაციის, ანალიზის, ინტერპრეტაციის პირობების შექმნა და სხვადასხვა ქვეყანასა და რეგიონში სხვადასხვა დროს მიღებული სიკვდილიანობის და ავადობის მონაცემთა შედარება წარმოადგენს.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

2

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 მარტი

ჯანსაღი ცხოვრების წესი

- ✓ კიბო, გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებები, დიაბეტი, სიმსუქნე/ჭარბწონიანობა – ეს იმ დაავადებების მოკლე ჩამონათვალია, რომელსაც არასწორი კვება, თამბაქოს მოხმარება, ალკოჰოლის ჭარბი ოდენობით მიღება და დაბალი ფიზიკური აქტივობა იწვევს;
- ✓ ჯანსაღი ცხოვრების წესის დაცვით მცირდება ამ დაავადებების, ასევე, მათგან გამომწვეული ნაადრევი სიკვდილის რისკი.



აირჩიე ჯანსაღი ცხოვრების წესი!

3

მარტი
MARCHპარასკევი/
FRIDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 მარტი

რეგულარული ფიზიკური აქტივობა – რეგულარული საშუალო ინტენსივობის ფიზიკური აქტიურობა, როგორცაა ფეხით სიარული, ველოსიპედით გადაადგილება, ვარჯიში, ცეკვა, ძალზედ მნიშვნელოვანია ჯანმრთელობისთვის. ის ხელს უწყობს:

- სხეულის წონის კონტროლი;
- გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების რისკის შემცირებას;
- მეტაბოლური სინდრომის რისკის შემცირებას;
- ზოგიერთი სახეობის კიბოს რისკის შემცირებას;
- ძვალ-კუნთოვანი სისტემის სიჯანსაღეს;
- გუნება-განწყობის გაუმჯობესებას;
- ცხოვრების ხარისხის ამაღლებას;
- ჯანსაღი ცხოვრების წლების გახანგრძლივების შესაძლებლობას.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

4

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

5

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

4-5 მარტი

ინფექციების კონტროლი – ღონისძიებათა სისტემა, რომელიც მიმართულია სამედიცინო დაწესებულებებში ინფექციურ დაავადებათა აღმოცენებისა და გავრცელების პრევენციისკენ.

ინფექციების კონტროლის ძირითადი კომპონენტებია: ხელების ჰიგიენა, უსაფრთხო ინექციების პრაქტიკა, დეზინფექცია და სტერილიზაცია, სამედიცინო ნარჩენების მართვა, სამედიცინო პერსონალის პროფესიულ ჯანმრთელობაზე ზრუნვა, ნოზოკომიური ინფექციების ეპიდემიამხედველობა და ეპიდემიოლოგიის მართვა, პაციენტთა იმუნოლოგიურ-მემბლუდველი ღონისძიებები, ანტიმიკრობული პრეპარატების გამოყენებაზე დაკვირვება და კონტროლი.

6

მარტი
MARCHორშაბათი/
MONDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

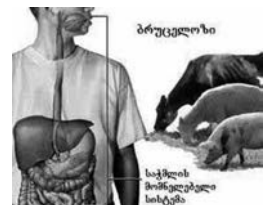
17:00

18:00

19:00

6 მარტი

ბრუცელოზი – ზოონოზური ინფექციაა, რომელსაც იწვევს ბრუცელას (*Bruceella*) სხვადასხვა სახეობის ბაქტერიები. ბრუცელოზით ავადდებიან ბალახისმჭამელი ცხოველები და ადამიანი. ადამიანისთვის ინფექციის წყაროა ინფიცირებული/დაავადებული ცხოველი. გადაცემის გზებია: კონტაქტური, საკვებისმიერი, იშვიათად ასპირაციული. პროფილაქტიკა: ცხოველების იმუნიზაცია, სპეციალური ტანსაცმლის გამოყენება ცხოველების მოვლის, მშობიარობის, დაკვლა-დამუშავების, სადგომის დასუფთავების, მატყლის დამზადების დროს, რძის აუცილებელი პასტერიზაცია/ადუღება, დაუშვებელია აუდუღარი რძით დამზადებული პროდუქტების, და თერმულად დაუმუშავებელი ხორცის საკვებად მიღება! www.ncdc.ge



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

7

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 მარტი

ლეპტოსპიროზი – მწვავე ინფექციური დაავადებაა, გამომწვევია ბაქტერია *Leptospira*. სხვადასხვა სახეობები. ინფექციის წყაროს წარმოადგენენ დაავადებული/მტარებელი გარეული და შინაური ცხოველები, რომლებიც გამომწვევის შემცველი შარდით აბინძურებენ ნიადაგს, წყალსა და საკვებ პროდუქტებს.

დაავადება გადაეცემა ალიმენტური და კონტაქტური გზით.

პროფილაქტიკა:

- ✓ წყლისა და საკვები პროდუქტების დაცვა დაბინძურებისაგან;
- ✓ ვეტერინარული ღონისძიებების გატარება შინაური ცხოველების მიმართ;
- ✓ ჰირადი დაცვის საშუალებების გამოყენება;
- ✓ დერატიზაცია.



8

მარტი
MARCHოთხშაბათი/
WEDNESDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

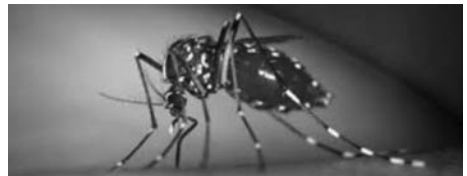
17:00

18:00

19:00

მარტი

დენგის ცხელება – ვირუსული ჰემორაგიულ ცხელება. იგი გავრცელებულია ტროპიკულ და სუბტროპიკულ ქვეყნებში. შემთხვევები მატულობს ევროპაშიც. საქართველოში აღირიცხება ერთეული შემოტანილი შემთხვევები. ყოველწლიურად მსოფლიოში ამ ინფექციით ავადდება საშუალოდ 500 000-მდე ადამიანი, მათგან 22 000 კვდება. სიკვდილიანობა განსაკუთრებით მაღალია ბავშვებში. დაავადების გადამტანი არის კოლო (*Aedes aegypti* და *Aedes albopictus*). სპეციფიკური ვაქცინა ჯერ არაა შექმნილი. ასევე არ არსებობს სპეციფიური მკურნალობაც. ინფექციის პრევენციის მთავარი მიმართულება კოლოს კბენისაგან თავის დაცვაა. www.cdc.gov



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი MARCH

9

თირკმლის მსოფლიო დღე

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 მარტი

თირკმლის მსოფლიო დღე – ნეფროლოგიის საერთაშორისო საზოგადოებისა (ISN) და თირკმლის ფონდების საერთაშორისო ფედერაციის (IFKF) ერთობლივი ინიციატივა. ეს დღე აღინიშნება ყოველწლიურად მარტის მეორე ხუთშაბათს და მისი მიზანია ადამიანის ჯანმრთელობისთვის თირკმლის ნორმალური ფუნქციის როლის შესახებ მოსახლეობის ცნობიერების დონის ამაღლების მიზნით. 2017 წლის კამპანიის თემა: **თირკმლის დაავადება და სიმსუქნე: სლოგანით „ჯანსაღი ცხოვრების წესი ჯანმრთელი თირკმლისათვის“**.

www.worldkidneyday.org/about



10

მარტი
MARCH

პარასკევი/
FRIDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 მარტი

ბუღარაქია – მწვავე ინფექციური ზოონოზური დაავადება, რომელიც ხასიათდება ცხელებით, ზოგადი ინტოქსიკაციით, ლიმფური კვანძების, კანის, ლორწოვანი გარსების დაზიანებით, ხოლო აეროგენული ინფიცირების შემთხვევაში – ფილტვების დაზიანებით; მისი გამომწვევია *Francisella tularensis*. ტულარემია ადამიანს გადაეცემა ინფიცირებული/დაავადებული ცხოველიდან (ძირითადად მღრღნელები) კონტაქტური, ალიმენტური, ასპირაციული და ტრანსმისიული გზით.

პროფილაქტიკა: ბრძოლა მღრღნელებთან, პროდუქტებისა და წყლის დაცვა. ეპიდემიოლოგიური ჩვენების მიხედვით შესაძლოა ჩატარდეს ვაქცინაცია.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

11

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

12

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

11 - 12 მარტი

ზოონოზები – ზოონოზები ის დაავადებებია რომლებიც ადამიანს ცხოველიდან გადაეცემა. მათი გამომწვევებია ბაქტერიები, ვირუსები, პარაზიტები და სოკოები. ადამიანის დაავადების ყოველი 10 შემთხვევიდან 6 ზოონოზურია. მათი გადაცემა ადამიანებზე ხდება ინფიცირებული ცხოველის ნერწყვთან, სისხლთან, შარდთან ან განავალთან კონტაქტით, სისლმწოვი მწერების კბენით, რძისა და ხორცის პროდუქტებით, დაბიძურებული ხილითა და ბოსტნეულით. ზოონოზების პრევენცია შესაძლებელია პირადი ჰიგიენის, სურსათის უვნებლობის წესების, მწერების კბენისაგან დაცვით, ცხოველებში ამ დაავადების პრევენციით. ზოგიერთის მიმართ არსებობს მაღალეფექტური ვაქცინები. www.cdc.gov



13

მარტი
MARCH

ორშაბათი/
MONDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 მარტი

მარილი და ჯანმრთელობა – მარილის ჭარბი მოხმარება არტერიული წნევის მატების და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების განვითარების მნიშვნელოვანი რისკის ფაქტორია; გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები სიკვდილიანობისა და შემღუდული შესაძლებლობების წამყვან მიზეზს წარმოადგენს მსოფლიოში. მომატებულ სისტოლურ წნევას (140/90 მმ ვერცხლ სვ და მეტი) ინსულტის შემთხვევათა 60%-ზე მეტი და მიოკარდიუმის ინფარქტის შემთხვევათა თითქმის 50% უკავშირდება. მარილის დღიური დოზის 5 გრამამდე შემცირება იწვევს არტერიული წნევის შემცირებას, რაც ინსულტით გამოწვეული სიკვდილიანობას 24%-ით, ხოლო გულის კორონარულ დაავადებასთან დაკავშირებული სიკვდილიანობას 18%-ით ამცირებს.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

14

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 მარტი

მნიშვნელოვანი ფაქტები მარილთან დაკავშირებით:

- ✓ საქართველოში უკვე გამზადებული საკვების საკუთარ ულუფაზე მარილის დამატების ჩვევა გვხვდება გამოკითხულთა თითქმის 56–60%-ში.
- ✓ მარილის ჭარბი მოხმარება გლობალური პრობლემაა, მსოფლიოს მოსახლეობის 75% მოიხმარს რეკომენდირებულ დოზაზე ორჯერ მეტ სუფრის მარილს;
- ✓ მსოფლიოში 2,3 მილიონი კარდიული სიკვდილი უკავშირდება მარილის ჭარბ მოხმარებას, მ.შ. 1 მილიონი შემთხვევა აღწერილია 69 წლამდე და უფრო დაბალ ასაკობრივ კატეგორიში;
- ✓ ამერიკის გულის ასოციაციის 2010 წლის მონაცემებით, ქვეყანაში 10 ადამიანიდან ერთი კვდება კვების რაციონში ჭარბი მარილის გამო.



15

მარტი
MARCH

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 მარტი

მნიშვნელოვანი ფაქტები მარილთან დაკავშირებით

- ✓ გულის კორონარული დაავადებების, ინსულტისა და სხვა კარდიო-ვასკულური პათოლოგიების 15% ასოცირებულია მარილის ჭარბ მოხმარებასთან, მ.შ. სიკვდილის შემთხვევების დიდი ნაწილი მოდის დაბალი შემოსავლის მქონე ქვეყნებზე;
- ✓ მარილის ჭარბი მოხმარება ასოცირებულია ჯანმრთელობის ისეთ პრობლემებსა და მდგომარეობებთან, როგორიცაა ოსტეოპოროზული ცვლილებები, კუჭის კიბო, თირკმლის ქრონიკული დაავადება, მ.შ. თირკმლის კენჭოვანი დაავადება, ზოგადი სიმსუქნე; ის ამძიმებს მენიერის დაავადებისა და დიაბეტის სიმპტომატიკას.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

16

მარილის კვირეული
(16-22 მარტი)

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 მარტი

მარილის მოხმარების პრევენციის მსოფლიო კვირეული – ყოველწლიურად მარტში აღინიშნება მარილისა და ჯანმრთელობის შესახებ მსოფლიო აქტივობის WASH (World Action on Salt and Health) ჯგუფის ინიციატივით. WASH ჯგუფი მოსახლეობას ურჩევს შეზღუდოს მარილის მოხმარება. კვირეულის მიზანია ადამიანთა ინფორმირება საკუთარ ჯანმრთელობაზე ზრუნვის მიზნით. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის რეკომენდაციით მარილის მოხმარების დღიური ნორმაა 5 გრამი დღეში.



17

მარტი
MARCHპარასკევი/
FRIDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

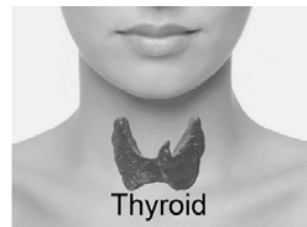
17:00

18:00

19:00

17 მარტი

იოდდეფიციტურ დაავადებათა დაძლევა წარმოადგენს უმნიშვნელოვანეს სამედიცინო-სოციალურ ამოცანას. იოდდეფიციტის დაავადებათა სპექტრი მრავალფეროვანია. ის მოიცავს ყველა ასაკობრივ ჯგუფს. იოდდეფიციტით გამოწვეული აბორტი, მკვდრადშობადობა, განვითარების თანდაყოლილი მანკები, მალა-ლი ჰერინატალური სიკვდილიანობა, ფსიქომოტორული განვითარების პათოლოგია, ნეონატალური ჰიპოთირეოზი, გონებრივი და ფიზიკური განვითარების დარღვევა – ის დაავადებები და მდგომარეობებია, რომლის პრევენციაც და თავიდან აცილება შესაძლებელია!



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

18

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

19

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

18 - 19 მარტი

- ✓ **იოდლაფიციტური დაავადებები** – პათოლოგიურ დარღვევათა კომპლექსი, რომელთა განვითარების აცილება შესაძლებელია იოდის ადეკვატური მოხმარებით;
- ✓ იოდდეფიციტის განვითარების **რისკ ფაქტორები**: ბავშვები, ორსული და მეძუძური ქალები;
- ✓ მარილის საყოველთაო იოდირება იწვევს იოდის მოხმარების ნორმალიზებას და ხელს უწყობს იოდის დეფიციტის პრევენციას.



20

მარტი
MARCHორშაბათი/
MONDAYპირის ღრუს ჯანმრთელობის
მსოფლიო დღე

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 მარტი

პირის ღრუს ჯანმრთელობის მსოფლიო დღე – ყოველწლიურად 20 მარტს აღინიშნება. პირის ღრუს პათოლოგიებიდან ოდითგანვე ყველაზე გავრცელებული იყო კარიესი და პარადონტოზი. მსოფლიოში მილიონობით ბავშვს ყოველდღიურად ანუხებს კბილის ტკივილი, დენტალური ქრონიკული აბსცესი, ღეჭვის გაძნელება, უხერხულობა დაზიანებული კბილების გამო, სწავლისა და თამაშისაგან დისტანცირება. პირის ღრუს დაავადებებთან თავიდან აცილება შესაძლებელია, თუ შეამცირებთ შაქრის მოხმარებას და მუდმივად დაიცავთ ბალანსირებული კვების წესებს, რაც მოახდენს კბილებში ღრმულების წარმოქმნისა და კბილების დაკარგვის პრევენციას; მიირთმევთ ხილსა და ბოსტნეულს; შეწყვიტთ თამბაქოსა და ალკოჰოლის მოხმარებას, რაც შეამცირებს პირის ღრუს კიბოს, ღრძილების დაავადებებისა და კბილების დაკარგვის რისკს; დაიცავთ პირის ღრუს ჰიგიენის წესებს; გამოიყენებთ დამსავე საპნოშრობილო ალჭურვილობას სახის დაზიანების თავიდან ასაცილებლად; დავიცავთ გარემოს უსაფრთხოებას.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

21

დაუნის სინდრომის
მსოფლიო დღე

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 მარტი

დაუნის სინდრომის მსოფლიო დღე აღინიშნება 21 მარტს და მიზნად ისახავს დაუნის სინდრომის შესახებ საზოგადოების ცნობიერების დონის ამაღლებას. **დაუნის სინდრომი** მდგომარეობაა, როდესაც ადამიანს ზედმეტი ქრომოსომა აქვს. სწორედ ქრომოსომები განაპირობებენ ბავშვის ორგანიზმის ჩამოყალიბების პროცესს ორსულობის დროს, და მის განვითარებას როგორც მუცლადყოფნის, ასევე დაბადების შემდგომ პერიოდში. ჩვეულებრივად, ბავშვი იბადება 46 ქრომოსომით. ბავშვებს დაუნის სინდრომით აქვთ ზედმეტი 21-ე ქრომოსომა. სამედიცინო ენაზე მას „21-ე ტრისომია“-ს უწოდებენ. სწორედ ზედმეტი ქრომოსომა ხდება ბავშვის ფიზიკური და გონებრივი განვითარების ცვლილების მიზეზი. დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანებისათვის დამახასიათებელია ბევრი მსგავსი გარეგნული ნიშან-თვისებები და ქცევები, მაგრამ მიუხედავად ამისა, თითოეულ მათგანს სხვადასხვა შესაძლებლობები გააჩნია.



www.cdc.gov, www.ncdc.gov

22

მარტი
MARCHოთხშაბათი/
WEDNESDAYწყლის რესურსების დაცვის
მსოფლიო დღე

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 მარტი

წყლის რესურსების დაცვის მსოფლიო დღე ყოველწლიურად, 22 მარტს აღინიშნება. მისი მიზანია განსაკუთრებული ყურადღება მიექცეს სასმელი წყლის მნიშვნელობასა და წყლის რესურსების მართვის ადვოკატირებას. ეს დღე ყველას შეახსენებს, რომ ბუნებრივი რესურსები რაციონალურად უნდა გამოვიყენოთ და გავუფრთხილდეთ წყალს! ის გამოიყენება სასმელად, საკვების მოსამზადებლად, მრეწველობაში, საყოფაცხოვრებო თუ რეკრეაციული მიზნებისათვის. წყლის ეფექტურმა გამოყენებამ შესაძლებელია ხელი შეუწყოს და მნიშვნელოვანი წვლილი შეიტანოს ქვეყნის ეკონომიკის განვითარებასა და სიღარიბის დაძლევაში.



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

23

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 მარტი

წყალი ადამიანის სიცოცხლისა და ჯანმრთელობისათვის აუცილებელი ბუნებრივი რესურსია. ხარისხიანი, საკმარისი რაოდენობისა და ფინანსურად ხელმისაწვდომი სასმელი წყლით მოსახლეობის უზრუნველყოფა კეთილდღეობის, ჯანმრთელობისა და ქვეყნის ეკონომიკური განვითარების ერთ-ერთი წინაპირობაა. იგი დიდ გავლენას ახდენს ადამიანის ჯანმრთელობაზე, რამდენადაც სასმელი წყლით გადდიცემა სხვადასხვა ინფექციური, პარაზიტული და არაგადამდები დაავადებები. ჯანმო-ს შეფასებით თანამედროვე მსოფლიოში დიარეულ დაავადებათა საერთო ტვირთის 88% შეიძლება თავიდან იქნეს აცილებული სასმელი წყლის ხარისხის გაუმჯობესების, ადეკვატური სანიტარიის, ჰიგიენის და წყლის რესურსების რაციონალური გამოყენების გზით.

www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates_regional/en/index.html



24

მარტი
MARCHპარასკევი/
FRIDAY

ტუბერკულოზის მსოფლიო დღე

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 მარტი

ტუბერკულოზის მსოფლიო დღე – ყოველი წლის 24 მარტს ტუბერკულოზის მსოფლიო დღე აღინიშნება. სწორედ ამ დღეს, 1882 წელს რობერტ კოხმა აღმოაჩინა ტუბერკულოზის გამომწვევი მიკობაქტერია. ტუბერკულოზის მსოფლიო დღის ისტორია იწყება 1982 წლიდან, როდესაც ტუბერკულოზისა და ფილტვის დაავადებების საწინააღმდეგო საერთაშორისო კავშირმა (International Union Against Tuberculosis and Lung Disease) 24 მარტი ტუბერკულოზის მსოფლიო დღედ გამოაცხადა კოხის აღმოჩენის 100 წლისთავის აღსანიშნავად. ამ დღის აღნიშვნის მიზანია ტუბერკულოზის ტვირთის, პრევენციისა და მასთან ბრძოლის შესახებ საზოგადოების ცნობიერების ამაღლება.

ტუბერკულოზი განაურნებადია!



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

25

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

26

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

25 - 26 მარტი

ტუბერკულოზი ხანგრძლივად მიმდინარე ინფექციური დაავადებაა, რომელსაც ტუბერკულოზის მიკობაქტერია იწვევს. დაავადება უპირატესად ფილტვებში ლოკალიზდება, მაგრამ შეიძლება დაზიანდეს ნებისმიერი ორგანო და სისტემა. ფილტვის ტუბერკულოზის საეჭვო სიმპტომებია: ხველა 2 კვირაზე მეტხანს, სხეულის ტემპერატურის მატება 37–38°C, ღამის ოფლიანობა, წონის კლება, უმადობა, სისუსტე, ტკივილი მკერდის არეში. ტუბერკულოზით დაავადებული პირი სუნთქვისას გამოყოფს ბაქტერიებს ჰაერში, რომლის ჩასუნთქვითაც ხდება ინფიცირება. ტუბერკულოზი ვრცელდება მხოლოდ ჰაერით!



დაავადების პრევენციის საშუალებას საშუალებაა ვაქცინაცია და ოთახების ხშირი განიავება!

www.ncdc.ge; www.tbgeo.ge; www.who.int/tb/en

27

მარტი
MARCHორშაბათი/
MONDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 მარტი

დაუნის სინდრომის ტიპები:

- ✓ **ტრისომია 21.** დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანების 95%-ს აქვთ ტრისომია 21. ამ ტიპის დაუნის სინდრომის დროს, ორგანიზმის თითოეულ უკრედს აქვს 21-ე ქრომოსომის 3 წყვილი ნაცვლად ორისა;
- ✓ **ტრანსლოკაცია.** გვხვდება დაუნის სინდრომის მქონე პირების მხოლოდ 3%-ში. ტრანსლოკაციის შემთხვევაში 21-ე ქრომოსომა მიბმულია სხვა ქრომოსომასთან;
- ✓ **მოზაიციზმი** – გვხვდება დაუნის სინდრომის მქონე პირთა 2%-ში. მოზაიციზმის შემთხვევის დროს, ზოგიერთი უკრედის ქრომოსომა შეიცავს 21-ე ქრომოსომის 3 წყვილს, სხვა ქრომოსომებს კი, ჩვეულებრივ, აქვთ 21-ე ქრომოსომის 2 წყვილი. www.cdc.gov



მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

28

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 მარტი

ცხოვრება დაუნის სინდრომით – დაუნის სინდრომი არის მდგომარეობა, რომელიც გრძელდება მთელი სიცოცხლის მანძილზე. სერვისები სიცოცხლის ადრეულ ეტაპზე ეხმარება ბავშვებსა და ახალდაბადებულებს ფიზიკური და ინტელექტუალური შესაძლებლობების გაუმჯობესებაში, მათი პოტენციალის განვითარებაში. ეს სერვისები მოიცავს შეტყვევების, პროფესიულ და ფიზიკურ თერაპიებს, რომელიც მიეწოდება ბავშვებს ადრეული ინტერვენციის სახით. დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვებს შესაძლებელია ესაჭიროებოდეთ დამატებითი მზრუნველობა ან მეტი ყურადღება სკოლაში, თუმცა ბევრი დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვი სწავლობს ჩვეულებრივ კლასში. დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანების შეუძლიათ იცხოვრონ პროდუქტიულად და სრულფასოვნად. შეუძლიათ ჰქონდეთ სამსახური და იცხოვრონ დამოუკიდებლად. გარდა ამისა, მათთვის ძალზედ მნიშვნელოვანია იყვნენ საზოგადოებაში ინტეგრირებულები, შეძლონ საკუთარ თავზე ზრუნვა და რეგულარულად იყვნენ ექიმის მეთვალყურეობის ქვეშ. www.cdc.gov



29

მარტი MARCH

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

“საქართველო თამბაქოს
გარეშე”

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 მარტი

საქართველო თამბაქოს გარეშე – ყოველწლიურად, 29 მარტს საქართველოში აღინიშნება დღე „საქართველო თამბაქოს გარეშე“. მისი აღნიშვნა თამბაქოსაგან თავისუფალი გარემოს მნიშვნელობაზე საზოგადოების ცნობიერების ამაღლებას ისახავს მიზნად. უნდა აღინიშნოს, რომ თამბაქოს მოხმარება სიკვდილის ერთერთი წამყვანი მიზეზია მსოფლიოში. თამბაქოს მოხმარება აუარესებს სიცოცხლის ხარისხს, იწვევს მნიშვნელოვან სოციალურ და ეკონომიკურ ხარჯს საზოგადოებისა და ოჯახებისათვის. ამის გამო, ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია და თამბაქოს წინააღმდეგ მებრძოლი სამთავრობო თუ არასამთავრობო ორგანიზაციები წლიდან წლამდე უფრო დიდ ყურადღებას აქცევენ არამწველთა, განსაკუთრებით კი ბავშვთა დაცვას თამბაქოს კვამლისგან.



www.ncdc.ge

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

მარტი
MARCH

30

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 მარტი

თამბაქოს ეპიდემია – თამბაქოს კვამლი დაახლოებით 400-მდე ქიმიურ ნივთიერებას შეიცავს, აქედან 250 მავნეა ჯანმრთელობისათვის და 50-ზე მეტი იწვევს სიმსივნურ დაავადებებს. დახურულ სივრცეში თამბაქოს კვამლის ზემოქმედებას განიცდის როგორც მწეველი, ასევე არამწეველი.

თამბაქოს მოხმარების გამო ყოველწლიურად 6 მილიონი ადამიანი იღუპება, აქედან 600,000 ადამიანი თამბაქოს მეორადი კვამლის მსხვერპლია; საქართველოში თამბაქოს მოხმარების გამო ყოველწლიურად 11 000 ადამიანი იღუპება (სიკვდილის შემთხვევათა 20-25%); ხოლო 3,000 – ადამიანი იღუპება მეორადი კვამლის მსხვერპლია. www.who.int; www.ncdc.ge



31

მარტი
MARCHპარასკევი/
FRIDAY

მარტი/MARCH

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

31 მარტი

თამბაქოს მოხმარებით გამოწვეული ზიანი – მსოფლიოში სიკვდილობის 63% არაგადამდებ დაავადებებზე მოდის, რომელთა წამყვანი რისკ-ფაქტორი თამბაქოს მოხმარებაა. თამბაქო აღიარებულია ფილტვის კიბოს გამომწვევ ძირითად მიზეზად. ფილტვის კიბოს თავიდან აცილების საუკეთესო გზა მოწვეისაგან თავის შეკავება ან დანებებაა. მნიშვნელოვანია დავიცვათ მოზარდები და არ დავიშუროთ ძალისხმევა, რომ არ დაინყონ მოწვეა. აუხსენით შვილებს, თუ რატომ არ გსურთ, რომ მოწიონ.

პასიური მოწვეა წარმოადგენს ფილტვის კიბოს განვითარების ერთ-ერთ ძირითად რისკ-ფაქტორს. არ არსებობს თამბაქოს უსაფრთხო დოზა პასიური მწვევლებისათვის.

დაიცავით თქვენი ჯილბაბი და გარშემოგორსო პასიური მოწვეისაგან!





ტუბერკულოზი

ტუბერკულოზი ხანგრძლივად მიმდინარე ინფექციური დაავადებაა, რომელსაც იწვევს ტუბერკულოზის მიკობაქტერია. დაავადება უპირატესად ფილტვებში ლოკალიზდება. ყველაზე გავრცელებული ფორმაა **ფილტვის ტუბერკულოზი**. შედარებით იშვიათია **ფილტვზარე** (ცენტრალური ნერვული სისტემის, ძვლების, სახსრების, საშარდე და სასქესო ორგანოების, ლიმფური კვანძების) **ტუბერკულოზი**.

ფილტვის ტუბერკულოზისათვის დამახასიათებელი სიმპტომებია: გახანგრძლივებული (ორ კვირაზე მეტი) ხველა, მათ შორის სისხლიანი ნახველით, სხეულის ტემპერატურის მატება (37°C - 38°C), ღამის ოფლიანობა, წონის კლება, უმადობა, სისუსტე, ტკივილი მკერდის არეში.

აქტიური ტუბერკულოზით დაავადებული პირი ლაპარაკის, სიცილის, მოქნარების და ხველების დროს გამოყოფს ბაქტერიებს ჰაერში. ახლოს მყოფი პირი ჩაისუნთქავს მიკრობის შემცველ ჰაერს და ამ გზით მის ფილტვებში ხვდება მიკობაქტერია, რამაც შეიძლება დაინფიცირება გამოიწვიოს.

რემისტენტული ტუბერკულოზი ისეთივე ინფექციური დაავადებაა, როგორიც ჩვეულებრივი ტუბერკულოზი, მაგრამ ამ დროს ბაქტერიები რემისტენტულნი არიან სტანდარტული ტუბერკულოზის საწინააღმდეგო მედიკამენტების მიმართ. ასეთ შემთხვევაში მკურნალობის სქემებში ერთვება უფრო ფართო სპექტრის პრეპარატები. რემისტენტული ტუბერკულოზით დაავადების ორი გზა არსებობს: 1) ადამიანი შეიძლება თავიდანვე რემისტენტული შტამის ბაქტერიებით დაინფიცირდეს. ეს ხდება რემისტენტული ტუბერკულოზით დაავადებულთან კონტაქტის დროს; 2) რეგულარული ტუბერკულოზის მკურნალობისას ბაქტერიებმა შესაძლოა შეიძინონ მანამდე არარსებული რემისტენტობა, თუ ავადმყოფმა შეწყვიტა მკურნალობა, გამოტოვა წამლის დოზები ან იმკურნალა არასწორი სქემით.

ტუბერკულოზი ვრცელდება მხოლოდ ჰაერით! დაინფიცირების თავიდან ასაცილებლად საუკეთესო საშუალებაა სივრცის ვენტილაცია (განიავება). დაავადება არ ვრცელდება ჭურჭლით, თეთრეულით, საყოფაცხოვრებო ნივთებით ან ხელის ჩამორთმევით. ამიტომ არ არის საჭირო საცხოვრებელი ადგილის დეზინფექცია. ტუბერკულოზის საწინააღმდეგო აცრების ჩასატარებლად გამოიყენება კალმეტ-გერენის BCG ვაქცინა. ვაქცინაცია ორგანიზმს მთლიანად ვერ იცავს დაავადებისგან, მაგრამ ხელს უშლის ტუბერკულოზის მძიმე ფორმების განვითარებას ბავშვებში. BCG ვაქცინაცია ტარდება სამშობიაროში.

ncdc.ge; tbgeo.ge; who.int/tb/en

ტუბერკულოზი განკურნებადი!



თამბაქო – ჯანმრთელობის მთავარი რისკ-ფაქტორი

თამბაქოს მომხარება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ყველაზე მნიშვნელოვანი პრობლემაა. თამბაქოს გლობალური ეპიდემია დაახლოებით 6 მილიონ ადამიანს კლავს ყოველწლიურად, აქედან 1.5 მილიონი ქალია და 600 000-ზე მეტი მეორადი კვამლით იღუპება. მე-

20 საუკუნეში თამბაქომ 100 მილიონი ადამიანის სიცოცხლე შეინარა; თუ არსებული ტენდენცია გაგრძელდება, 21-ე საუკუნეში ის ერთ მილიარდ ადამიანს შეინარავს¹.

თამბაქოს ეპიდემიის გლობალიზაციის პასუხად ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციამ შეიმუშავა თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო-კონვენცია, საქართველომ ჩარჩო-კონვენციის რატიფიცირება მოახდინა 2005 წელს.

თამბაქოს მოხმარების კუთხით საქართველოს ერთ-ერთი მონიავე ადგილი უკავია ევროპის რეგიონის ქვეყნებს შორის. ჯანმო-ს მონაცემებით, საქართველოში თამბაქოსაგან გამოწვეული დაავადებებით ყოველწლიურად 9 000-დან 11 000-მდე ადამიანი იღუპება, მათ შორის 3 000-მდე პასიური მოწვეის მსხვერპლია.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის STEPS² მეთოდოლოგიის სტანდარტიზებული ინსტრუმენტების გამოყენებით ჩატარებული არაგადამდები დაავადებების რისკ-ფაქტორების კვლევის³ შედეგების მიხედვით, ამჟამად თამბაქოს მოხმარის მოსახლეობის 30.3% (მამაკაცების 55.5% და ქალების 4.8%).

13-15 წლის ასაკის ბავშვებში ჩატარებული კვლევის (Global Youth Tobacco Survey 2014) შედეგების მიხედვით მოსწავლეთა 7.0% (9.9% ბიჭი და 3.8% გოგონა) ამჟამინდელი მწველია. ევროპის ალკოჰოლისა და სხვა ნარკოტიკების სასკოლო პროექტის (European School Project on Alcohol and Other Drug – ESPAD 2015) 2015 წლის მონაცემებით რეგულარული მწვეელია 16 წლის ქართველ მოსწავლეებში სიცოცხლის განმავლობაში სიგარეტის მოწვეის გავრცელება 43.1%-ია; უკანასკნელი 1 თვის განმავლობაში სიგარეტის მოწვეის გავრცელება 18%-ია (ბიჭების 26% და გოგონათა 9%). რეგულარული მწვეელია მოსწავლეთა 12% (ბიჭების 19% და გოგონათა 4%).

საქართველოში თამბაქოს კონტროლის ღონისძიებების საერთაშორისო და ეროვნულ კანონმდებლობასთან შესაბამისობაში მოსაყვანად და თამბაქოსთან ბრძოლის ფართომასშტაბიანი მოძრაობის დასაწყებად, 2013 წელს შეიქმნა თამბაქოს კონტროლის სახელმწიფო კომისია, დამტკიცდა თამბაქოს კონტროლის ეროვნული სტრატეგია და 5-წლიანი სამოქმედო გეგმა. მომზადებულია კანონპროექტები: საქართველოს კანონი თამბაქოს კონტროლის შესახებ, რეკლამის შესახებ, მაუწყებლობის შესახებ, ადმინისტრაციულ სამართალდარღვევათა კოდექსი, საგადასახადო კოდექსი.

თამბაქოს კონტროლის სახელმწიფო სტრატეგიის⁴ და სამოქმედო გეგმის⁵ ძირითადი მიზანია საქართველოს მოსახლეობის ჯანმრთელობის ხელშეწყობა და მისთვის მეტი ჯანმრთელი წლების უზრუნველყოფა თამბაქოს მოხმარების შემცირების და მეორადი კვამლისგან დაცვის გზით.

ჯანმოს თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის სამდივნო, ჯანმოს ევროპის რეგიონული ოფისი მხარს უჭერს ქვეყნის აქტივობებს არაგადამდებ დაავადებათა და თამბაქოს საკითხებზე; განხორციელდა და ხორციელდება სხვადასხვა საერთაშორისო პროექტი: თამბაქოსაგან 100%-ით თავისუფალი ჯანდაცვის და საგანმანათლებლო დაწესებულებები და ხელშეწყობი გარემოს შექმნა თამბაქოს კონტროლის ეფექტური საგადასახადო პოლიტიკის შემუშავებისა და დანერგვისათვის საქართველოში⁶; ეროვნული კვლევა თამბაქოს შესახებ მოზრდილ მოსახლეობაში, კვლევა ქალებში მოწვეასა და მოწვეისადმი შეხედულებების შესახებ, კვლევა სამედიცინო მუშაკებში მოწვეასა და მოწვეისადმი შეხედულებების შესახებ⁷; ტექნიკური დახმარება თამბაქოზე ოპტიმალური გადასახადისა და ფასის შემუშავების საკითხებში⁸. 2015 წლიდან ხორციელდება “ჯანმრთელობის ხელშეწყობის” სახელმწიფო პროგრამა რომლის ერთ-ერთ ძირითად კომპონენტს თამბაქოს მოხმარების კონტროლის გაძლიერება წარმოადგენს.

¹ www.who.int

² www.who.int

³ www.ncdc.ge

⁴ www.ncdc.ge

⁵ www.ncdc.ge

⁶ ბლუმბერგ ფილანტროპის, ფილტვის მსოფლიო ფონდისა და ტუბერკულოზისა და ფილტვის დაავადებების წინააღმდეგ ბრძოლის

საერთაშორისო კავშირი

⁷ ემროს უნივერსიტეტი

⁸ მსოფლიო ბანკი

გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები

გული გასაოცარი ორგანოა, გულისცემის სიხშირე წუთში 60-100, ნიშნავს რომ დღეში ის 100 000-ჯერ იკუმშება და უზრუნველყოფს ყველა ორგანოს სისხლით მომარაგებას



გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებს უხშირესად ათეროსკლეროზული პროცესი უდევთ საფუძვლად, როცა სისხლძარღვის კედელში ათეროსკლეროზული ფოლადის განვითარება იწვევს მის შევიწროვებას, სისხლის ნაკადის შენელებას ან სისხლძარღვის სრულ დახშობას. ეს დაავადებები განიხილება როგორც ნომერი პირველი მკვლეელი მსოფლიოში.

ამ დაავადებათა სიმრავლისა და განსხვავებული პათოფიზიოლოგიური მექანიზმების გამო, ხშირად მათ ყოფენ – გულის (სტენოკარდია, მიოკარდიუმის ინფარქტი, არითმია, კარდიომიოპათია, გულის თანდაყოლილი და შეძენილი მანკები, გულის რევმატული დაავადებები, გულის უკმარისობა), თავის ტვინთან დაკავშირებულ (ჰემორაგიული და იშემიური ინსულტი) და სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებებად (არტერიული ჰიპერტენზია, ღრმა ვენების თრომბოზი, პერიფერიული არტერიების დაავადება, ფილტვის ემბო-ლია).

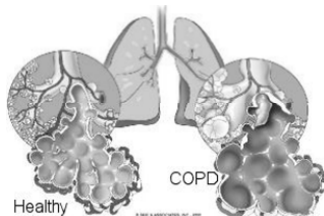
დაავადებათა აღნიშნულ ჯგუფს საერთო რისკის ფაქტორები აქვთ, ესენია:

- ✓ ასაკი
- ✓ სქესი
- ✓ მემკვიდრული დატვირთვა
- ✓ თამბაქო
- ✓ ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება
- ✓ არაჯანსაღი კვებითი ჩვევები (რაციონში ცხოველური ცხიმის შემცველი პროდუქტების სიჭარბე და ხილისა და ბოსტნეულის დეფიციტი, მარილის ჭარბი მოხმარება და სხვ.)
- ✓ დაბალი ფიზიკური აქტივობა
- ✓ გარემოს დაბინძურება
- ✓ სოციალურ-ეკონომიკური დეტერმინანტები

გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები საქართველოში საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის მნიშვნელოვან პრობლემას წარმოადგენს. მაღალი არტერიული წნევის ანუ არტერიული ჰიპერტენზიის ხვედრითი წილი მაღალია ქართული პოპულაციის ავადობისა და სიკვდილობის სტრუქტურაში. სკრინინგი ანუ ასიმპტომურ პირთა შორის დაავადების ადრეული გამოვლენა დადებითი პროგნოზის განმსაზღვრელი ფაქტორია. დაავადების პროფილაქტიკა მოიცავს პირველადი პრევენციის ანუ რისკის ფაქტორების კორექციის აქტივობებს და ასევე, მეორადი პრევენციის მიდგომას. ამ კლინიკური მდგომარეობის ეფექტური მართვის ძირითადი მიდგომებია: მკურნალობის დანება და პრეპარატის დოზის შეჩვენა ექიმის რეკომენდაციით, მკურნალობის მონიტორირების პროცესში სამედიცინო პერსონალის მონაწილეობა, ანტიჰიპერტენზიული პრეპარატების თვით-ნებური ცვლისგან თავის შეკავება და უწყვეტობა მკურნალობაში. ქვეყანაში საყოველთაო ჯანდაცვის პროგრამის ამოქმედება გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების მართვის სერვისების ხელ-მისაწვდომობის გამრადის საფუძველია, თუმცა პოპულაციის გათვითცნობიერების დეფიციტი გარკვეულ ბარიერს ქმნის.

ძირითადი გზავნილი: დაავადებათა პრევენცია შესაძლებელია და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები მიაკუთვნება ქრონიკულ, ხანგრძლივად სამკურნალო დაავადებათა ჯგუფს, რომლის ეფექტური მართვის გასაღები ექიმთან პარტნიორულ ურთიერთობაშია.

ქრონიკული რესპირაციული დაავადებები



ქრონიკული რესპირაციული დაავადებები (ქრდ) სასუნთქი გზების და ფილტვის სხვა სტრუქტურების ქრონიკულ დაავადებებს წარმოადგენს. მათ შორის ყველაზე გავრცელებულია ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადება (ფქოდ), ასთმა, ფილტვის პროფესიული დაავადებები და ფილტვისმიერი ჰიპერტენზია.

ქრონიკული რესპირაციული დაავადებები გლობალურად თანამედროვე საზოგადოების სერიოზულ ტვირთს წარმოადგენს. ეს დაავადებები მილიარდზე მეტ ადამიანს აწუხებს. ტუბერკულოზი, ასთმა, პნევმონია, გრიპი, ფილტვის კიბო, ფქოდ-ი მსოფლიოში ფართოდაა გავრცელებული მოსახლეობის ყველა ასაკობრივ ჯგუფში და მათზე გლობალური სიკვდილიანობის 19% და ავადობის გლობალური ტვირთის 15% მოდის.

ქრონიკული რესპირაციული დაავადებების გამომწვევი ძირითადი რისკ-ფაქტორებია: თამბაქოს მოხმარება (მეორადი კვამლის ჩათვლით), შენობაში ჰაერის დაბინძურება, ატმოსფერული ჰაერის დაბინძურება, ალერგენები, პროფესიული მტვერი და ქიმიური ნივთიერებები.

იმისათვის, რომ თავიდან იქნას აცილებული ქრონიკული რესპირაციული დაავადებების გართულებები, საჭიროა ადრეული სიმპტომების დროული ამოცნობა და მართვა. ასთმის ადრეული სიმპტომებია: ხშირი ხველა, განსაკუთრებით ღამით, სუნთქვის უკმარისობა, ფიზიკური დატვირთვისას ადვილად დაღლა ან სისუსტე, ფილტვის ფუნქციის შემცირება ან ცვლილება, გაციების ან ალერგიის ნიშნები (ცემინება, სურდო, ხველა, ყელის და თავის ტკივილი), უძილობა. ფქოდ-ის ყველაზე დამახასიათებელი სიმპტომია – ქოშინის გაუარესება, ნახველიანი ხველით და ხიხინის ეპიზოდებით, გართულებული სუნთქვა.

ქრონიკული რესპირაციული დაავადებების თავიდან ასაცილებლად ან რისკის მინიმუმამდე შემცირებლად საჭიროა შემდეგი ღონისძიებების გატარება:

- ✓ **თუ ხარტ მწველი, აუცილებელია თავი დაანებოთ თამბაქოს და თუ ამისთვის დახმარება გჭირდებათ, მიმართეთ თქვენს მაურნალ ექიმს;**
- ✓ **თუ არ ეწვევით, არ დაიწყეთ:** მოწევა ფილტვის დაავადებების გამომწვევი სერიოზული მიზეზია;
- ✓ **თავი დაიცავით თამბაქოს მეორადი კვამლისგან:** აკრძალეთ მოწევა და განათავსეთ მოწევის ამკრძალავი ნიშნები სახლში, მანქანაში თუ სამუშაო ადგილას.
- ✓ **აკონტროლეთ მტვერი,** განსაკუთრებით თუ თქვენ ალერგიული ხართ ცხოველის მტვერსა და ტკიპებზე: მტვრის ტკიპები ბუდობენ მატრასებში, სავარძლებში, რბილ ავეჯსა და საწოლის თეთრეულში. საწოლის თეთრეული უნდა გაირეცხოს ცხელი წყლით. შეინარჩუნეთ ხალიჩები სუფთად და მშრალად;
- ✓ **ხშირად გაანიავეთ სახლი;**
- ✓ **მნიშვნელოვანია ფილტვის მწვავე ინფექციების თავიდან აცილება. რეგულარულად კარგად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით.** დადგენილია, რომ გავრცელებული მწვავე რესპირაციული ინფექციების 80% ხელებით ვრცელდება. შეგიძლიათ მნიშვნელოვნად შეამციროთ ეს რისკი ხელების რეგულარული დაბანით.

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

1

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

აუტიზმის შესახებ ინფორმაციის
გავრცელების მსოფლიო დღე

2

10:00

კვირა / SUNDAY

12:00

14:00

16:00

18:00

1-2 აპრილი

აუტიზმის შესახებ ინფორმაციის გავრცელების მსოფლიო დღე – 2007 წლის 18 დეკემბერს მიღებული A/RES/62/139 რეზოლუციით, გაეროს გენერალურმა ასამბლეამ 2 აპრილი აუტიზმის ცნობადობის ამაღლების მსოფლიო დღედ გამოაცხადა, ინიციატივას ერთხმად შეუერთდა მსოფლიოს ყველა ქვეყანა, მათ შორის საქართველო. აუტიზმი წარმოადგენს განვითარების სპექტრულ აშლილობას. იგი შეიძლება გამოიხატოს სხვადასხვა სიმპტომების სახით. აუტიზმი მნიშვნელოვნად ზემოქმედებს ბავშვის განვითარებაზე და ხელს უშლის მას ვერბალური და არავერბალური კომუნიკაციის დამყარებაში, სოციალური ურთიერთობების ჩამოყალიბებისა და გონებრივი განვითარების პროცესებში. აუტიზმის სიმპტომები, ჩვეულებრივ, თავს იჩენს ბავშვის ცხოვრების პირველი სამი წლის განმავლობაში. www.autismspeaks.org



3

აპრილი
APRIL

აპრილი/APRIL

ორშაბათი/
MONDAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 აპრილი

ბავშვთა სკოლამდელ დაწესებულებებში კვების ორგანიზაციის სანიტარული წესები და ნორმები განსაზღვრულია ტექნიკური რეგლამენტით. იგი ადგენს ზოგად მოთხოვნებს სკოლამდელი ასაკის ბავშვთა დაწესებულებებისადმი განურჩევლად მათი ორგანიზაციულ-სამართლებრივი ფორმისა და ტიპისა. კანონმდებლობა განსაზღვრავს ბავშვთა სკოლამდელი დაწესებულებების ჰიგიენურ მოწყობას და სწავლა-აღზრდის ორგანიზებას. ნორმირებულ მოთხოვნებს უნდა პასუხობდეს კვების ბლოკი, პროდუქტების შენახვა და საკვების მომზადება, პერსონალის პირადი ჰიგიენა, დღის რეჟიმი, სასწავლო მეთოდებისა და ფიზიკური აღზრდის ორგანიზება, მიწის ნაკვეთი შენობით, ოთახების სანიტარული მდგომარეობა, სითბური და საჰაერო რეჟიმი, ბუნებრივი და ხელოვნური განათება და სხვ.



www.matsne.gov.ge; www.preskola.ge

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

4

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 აპრილი

პედიკულოზი (დატილიანება) – პარაზიტული დაავადებაა, რომელიც ხასიათდება ადამიანის თმის ნაწილის დატილიანებით. რისკის ჯგუფებს მიეკუთვნებიან ბავშვები სკოლამდელ დაწესებულებებში. დატილიანების პირობებს ქმნის სანიტარულ-ჰიგიენური ნორმების დაუცველობა. ბავშვს პედიკულოზი აქვს თუ:

- ✓ გამუდმებით იქავეს თავს, განსაკუთრებით ყურის უკან მიდამოს;
- ✓ უჭირს ძილი – ტილები განსაკუთრებით ღამით აქტიურდებიან;
- ✓ აქვს შეგრძნება, თითქოს მის თავზე რაღაც დაცოცავს;
- ✓ თმის გადაწვისას კანზე ნაკარები შეინიშნება, რომელიც შეიძლება დაჩირქებულიც კი იყოს.

ტილების სანიწაღმდეგო პრეპარატები – პედიკულოციდები ნებისმიერ ადრეულ ასაკში იყიდება.

www.dermatologist.ge



5

აპრილი
APRIL

აპრილი/APRIL

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 აპრილი

ჯანსაღი კვება – არაგადამდებ დაავადებათა ერთ-ერთ მნიშვნელოვან დეტერმინანტად მოიაზრება არაჯანსაღი კვება. არაჯანსაღი კვებითი ქცევები ასოცირებულია მრავალ ქრონიკული დაავადებასთან (დიაბეტი, კარდიოვასკულური დაავადებები, ავთვისებიანი სიმსივნური დაავადებები, იოდის, რკინის და სხვა მიკრონუტრიენტების დეფიციტით გამოწვეული დარღვევები, ოსტეოპოროზი, სიმსუქნე, კარისი და სხვ.), რომელთა ხვედრითი წილი მსოფლიოში საერთო სიკვდილობის დაახლოებით 60%-ს შეადგენს. უარყოფითი კვების ფაქტორი და დაბალი ფიზიკური აქტივობა განაპირობებს: დიაბეტის შემთხვევების დაახლოებით 60%-ის; ძუძუს, ნაწლავისა და პროსტატის კიბოს შემთხვევების 35%-ის, ართროზების 25%-ის, გულის კორონარული დაავადებებისა და ინსულტის შემთხვევების დაახლოებით 20%-ის განვითარებას. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ბოლო მონაცემებით ადამიანის ჯანმრთელობის მდგომარეობას 70%-ში ცხოვრების წესი და კვების ფაქტორი განაპირობებს.



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

6

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 აპრილი

ავადობის გლობალური ტვირთი – ავადობის გლობალური ტვირთი განიხილება, როგორც სხვაობა არსებული ჯანმრთელობის სტატუსსა და იმ იდეალურ სიტუაციას შორის, როდესაც ყველა ადამიანი ცხოვრობს ხანდაზმულ ასაკამდე დაავადებების და უუნარობის გარეშე. აღნიშნულ სხვაობას განაპირობებს ნაადრევი სიკვდილი, შეზღუდული შესაძლებლობები და გარკვეული რისკ-ფაქტორები, რომლებიც ჯანმრთელობის გაუარესებას იწვევს. ჯამურ ინდიკატორს, რომელიც ასახავს დაავადების, შეზღუდული შესაძლებლობის და სიკვდილიანობის გავლენას მოსახლეობის ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე, წარმოადგენს DALY (Disability-adjusted life years) – შეზღუდული შესაძლებლობების შედეგად დაკარგული ცხოვრების წლები.



7

აპრილი
APRIL

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

პარასკევი/
FRIDAY

ჯანმრთელობის მსოფლიო დღე

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 აპრილი

ჯანმრთელობის მსოფლიო დღე – ყოველწლიურად, 7 აპრილს, ჯანმრთელობის მსოფლიო დღის აღსანიშნავად, ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია ირჩევს თემას და ყურადღებას ამახვილებს საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის გლობალურ პრობლემასა და პრობლემის გადაჭრის გზებზე. ამ დღის აღნიშვნა უკავშირდება ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის დაარსების თარიღს 1948 წელს.



www.who.int

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

8

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

9

10:00

კვირა / SUNDAY

12:00

14:00

16:00

18:00

8-9 აპრილი

შეზღუდული შესაძლებლობები – გაეროს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირთა (შპმპ) უფლებების კონვენციის თანახმად: „შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს განეკუთვნებიან ადამიანები – ხანგრძლივი ფიზიკური, ფსიქიკური, ინტელექტუალური ან სენსორული დარღვევებით, რაც სხვადასხვა დარღვევებთან ერთიერთმედეგისას შეიძლება ხელს უშლიდეს მათ სრულ, ეფექტურ და თანასწორ მონაწილეობას საზოგადოებრივ ცხოვრებაში.“ შეზღუდული შესაძლებლობების გამომწვევ ფაქტორებს მიეკუთვნება დაავადება (თანდაყოლილი ან შეძენილი) და დაზიანება. შეზღუდული შესაძლებლობები ამ დაავადების/დაზიანების საფუძველზე აღმოცენებული სოციალური მოვლენაა, ამგვარად მნიშვნელოვანია შეზღუდული შესაძლებლობების გამომწვევი მიზეზების შემცირებაზე მიმართული პრევენციული ღონისძიებების დაგეგმვა/განხორციელება და გარემოს ადაპტირება. www.un.org/disabilities/convention



CONVENTION on the RIGHTS of
PERSONS with DISABILITIES

10

აპრილი APRIL

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 აპრილი

სიკვდილიანობა – მოსახლეობის ჯანმრთელობის მდგომარეობის ამსახველ ერთერთ უმთავრეს ცნებას სიკვდილიანობა წარმოადგენს, რომელიც მიეკუთვნება დემოგრაფიული მაჩვენებლების ჯგუფს. სიკვდილიანობის ყველაზე გავრცელებული მაჩვენებელია სიკვდილიანობის ზოგადი კოეფიციენტი, რომელიც უჩვენებს გარდაცვლილთა რაოდენობას 1000 სულ მოსახლეზე. სიკვდილიანობაში სიკვდილის ცალკეული მიზეზის მნიშვნელობის შეფასება შესაძლებლობას იძლევა გაკეთდეს დასკვნა, თუ სიკვდილიანობის დონის შემცირებისთვის რომელი დაავადებების წინააღმდეგ უნდა იქნას მიმართული ძირითადი ძალისხმევა, განისაზღვროს ღონისძიებათა ეფექტიანობა ამა თუ იმ დაავადებათა წინააღმდეგ ბრძოლაში.

$$\text{სიკვდილიანობის ზოგადი კოეფიციენტი} = \frac{\text{გარდაცვლილთა საერთო რაოდენობა} * 1000}{\text{მოსახლეობის საშუალო რაოდენობა}}$$

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

11

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 აპრილი

სიკვდილის
10 წამყვანი
მიზეზი,
1990-2010,
საქართველო
წყარო:
ვაშინგტონის
უნივერსიტეტის
ჯანმრთელობის
გაზომვების
და შეფასების
ინსტიტუტი, 2015

1990	
1	გულის იშემიური ავადმყოფობა
2	ინსულტი
3	ქვემო სასუნთქი გზების ინფექცია
4	ციროზი
5	ფილტვის კიბო
6	საგზაო-სატრანსპორტო ტრავმა
7	გულის ჰიპერტენზიული ავადმყოფობა
8	ნეონატალური ენცეფალოპათია
9	კუჭის კიბო
10	ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადება

2010	
1	გულის იშემიური ავადმყოფობა
2	ინსულტი
3	გულის და სისხლძარღვთა სხვა ავადმყოფობები
4	ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადება
5	გულის ჰიპერტენზიული ავადმყოფობა
6	ციროზი
7	გულის რევმატული ავადმყოფობა
8	ფილტვის კიბო
9	დიაბეტი
10	ქვემო სასუნთქი გზების ინფექცია

12

აპრილი APRIL

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 აპრილი

სამოქალაქო რეგისტრაცია – რატომ არის დაბადების და გარდაცვალების აღრიცხვა მნიშვნელოვანი? დემოგრაფიული მაჩვენებლები, როგორიცაა შობადობა, სიკვდილიანობა, ბუნებრივი მატება, ასაკ-სქესობრივი განაწილება, მოსახლეობის დაბერების ხარისხი, ქვეყნის დემოგრაფიული სიტუაციის აღწერის შესაძლებლობას იძლევა, რაც, თავის მხრივ, ჯანმრთელობის დაცვის პოლიტიკის მიმართულებების განსაზღვრის საფუძველს წარმოადგენს. მიმდინარე დემოგრაფიული პროცესებისა და მოსახლეობის სტრუქტურის ანალიზის შედეგად ხდება ჯანდაცვაზე სახელმწიფო დანახარჯების, სამედიცინო დაწესებულებების სიმძლავრეების, ადამიანური რესურსების, პროფილაქტიკური და ეპიდსაწინააღმდეგო ღონისძიებების დაგეგმვა. დემოგრაფიულ მაჩვენებელთა ერთობლიობა მოსახლეობის ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე მოქმედი ღონისძიებების შეფასების კრიტერიუმს წარმოადგენს.



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

13

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

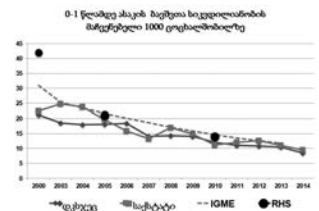
17:00

18:00

19:00

13 აპრილი

სიკვდილიანობის შემცირება ახალშობილებში – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემებით, გლობალურად 5 წლამდე ასაკის ბავშვთა გარდაცვალების შემთხვევების თითქმის 40% ერთ წლამდე ასაკის ბავშვებზე მოდის. საქართველოში 2015 წლიდან ახალშობილთა გარდაცვალების თითოეული შემთხვევის შესახებ შეტყობინება ოპერატიულ რეჟიმში მიიღება. უკანასკნელ წლებში 0-1 წლამდე ასაკის ბავშვთა სიკვდილიანობის მაჩვენებელი კლების დინამიკით ხასიათდება. 2014 წელს ამ ასაკობრივი ჯგუფის ბავშვთა სიკვდილიანობის ძირითადი მიზეზები იყო: პერინატალურ პერიოდში განვითარებული მდგომარეობები; თანდაყოლილი ანომალიები; სისხლისა და სისხლმ-ბადი ორგანოების ავადმყოფობები; ნერვული სისტემის ავადმყოფობები; ტრავმები და მონამვლები.



14

აპრილი
APRIL

პარასკევი/
FRIDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 აპრილი

ანტიმიკრობული რეზისტენტობა – მიკროორგანიზმის რეზისტენტობა იმ ანტი-მიკრობული პრეპარატის მიმართ, რომელიც თავდაპირველად ეფექტური იყო ამ მიკროორგანიზმის მიერ გამოწვეული ინფექციის სამკურნალოდ. ანტიმიკრობული რეზისტენტობა ფართო ცნებაა, რომელიც მოიცავს რეზისტენტობას იმ ანტიმიკრობული პრეპარატების მიმართ, რომლებიც გამოიყენებიან ბაქტერიების, პარაზიტების, სოკოებისა და ვირუსების სამკურნალოდ. ანტიმიკრობული რეზისტენტობა XXI საუკუნის პანდემიაა, რომელიც საფრთხეს უქმნის პრაქტიკულად ყველა ინფექციური დაავადების მკურნალობას.

www.matsne.gov.ge/ka/document/view/2958903
www.who.int/mediacentre/factsheets/fs194/en



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

15

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

16

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

15 - 16 აპრილი

ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობა – ბაქტერიის რეზისტენტობა იმ ანტიბიოტიკის მიმართ, რომელიც თავდაპირველად ეფექტური იყო ამ ბაქტერიის მიერ გამოწვეული ინფექციის სამკურნალოდ.

ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტული ბაქტერიების მიერ გამოწვეული ინფექცია ხშირად არ ექვემდებარება ანტიბიოტიკებით სტანდარტულ მკურნალობას, რაც იწვევს დაავადების გახანგრძლივებას, ზრდის გარდაცვალების რისკსა და სამედიცინო მომსახურების ხარჯებს. ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობა უპირატესად განპირობებულია ანტიბიოტიკების არარაციონალური და არამიმზობრივი გამოყენებით.



www.who.int; www.ncdc.ge

17

აპრილი
APRIL

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ორშაბათი/
MONDAY

ჰემოფილიის მსოფლიო დღე

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 აპრილი

ჰემოფილიის მსოფლიო დღე – 17 აპრილი ჰემოფილიით დაავადებულთა მსოფლიო დღეა. ეს დღე მიიჩნევა ჰემოფილთა მეგობრობის, ურთიერთმხარდაჭერის, სიყვარულის დღედ.

ჰემოფილია – სისხლდენით მიმდინარე მემკვიდრული დაავადებაა. ჰემოფილიის მქონე ადამიანებს აქვთ სისხლის შედედების დარღვევები და სისხლდენები. ამ დაავადებით ავადდებიან მხოლოდ მამაკაცები, ქალი კი პათოლოგიური გენის გადამტანია. ყოველი 1000 ადამიანიდან ერთს სისხლდენა აღენიშნება, მაგრამ უმრავლესობას არც დიაგნოზი აქვს და არც მკურნალობს.



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

18

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 აპრილი

იმუნიზაცია – პნევმოკოკური ინფექცია

- ✓ ბაქტერიით გამოწვეული გადამდები დაავადება;
- ✓ გადაეცემა დაინფიცირებული პირისგან ცემინების და ხველების დროს;
- ✓ სიმპტომები: ცხელება, შემცივნება, სუნთქვის გაძნელება, ხველება, ტკივილი თავის და გულმკერდის არეში;
- ✓ გართულება: პნევმონია, შუა ყურის ანთება, სმენის დაკარგვა, ბაქტერიე-
მია, სინუსიტი, მენინგიტი, რომელიც კოსპიტალიზაციის მიზეზი ხდება;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალება ვაქცინაციაა;
- ✓ აცრები ტარდება 2, 3, 12 თვის ასაკში.



19

აპრილი APRIL

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 აპრილი

იმუნიზაცია – ტუბერკულოზი

- ✓ გამოწვევა მიკობაქტერია, აზიანებს როგორც ფილტვებს ასევე თირკმელს, ხერხემალს, თავის ტვინს და სხვა;
- ✓ გადაეცემა ადამიანიდან ადამიანს ხველების, ცემინების, საუბრის დროს;
- ✓ სიმპტომები: ხველება, ტკივილი გულმკერდს არეში, ზოგადი სისუსტე და დაღლილობა, წონაში კლება, შემცივნება, ცხელება, სისუსტე, უმადობა, ღამის ოფლიანობა;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია;
- ✓ აცრა ტარდება დაბადებიდან 0-5 დღის განმავლობაში ბცუ ვაქცინით.

www.cdc.gov



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

20

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 აპრილი

იმუნიზაცია – B ჰეპატიტი

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადება;
- ✓ გადაეცემა დაზიანებული კანის საფარველიდან და/ან ლორწოვანი გარსიდან ინფიცირებულის სისხლთან ან ბიოლოგიურ სითხეებთან კონტაქტის დროს;
- ✓ სიმპტომები: ცხელება, სისუსტე, მუცლის ტკივილი, სახსრების ტკივილი, სიყვითლე;
- ✓ გართულება: ღვიძლის ციროზი, ღვიძლის კარცინომა;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია;
- ✓ B ჰეპატიტის სანინალმდეგო აცრები ტარდება დაბადებიდან 0-12 საათში, შემდეგ კი 2, 3 და 4 თვის ასაკში შესაბამისი ვაქცინებით. www.ncdc.ge



21

აპრილი
APRIL

პარასკევი/
FRIDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 აპრილი

იმუნიზაცია – პოლიომიელიტი

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადება. გადაეცემა ფეკალურ-ორალური გზით;
- ✓ სიმპტომები: ყელის ტკივილი, ცხელება, გულისრევა, თავის ტკივილი, მუცლის ტკივილი;
- ✓ გართულება: თავის და/ან ზურგის ტვინის დაზიანება, პარესთეზია, მენინგიტი, დამბლა;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია;
- ✓ აცრები ტარდება 2, 3, 4 თვის ასაკში ჰექსავალენტური ვაქცინით (ინაქტივირებული პოლიომიელიტის კომპონენტი), 18 თვის და 5 წლის ასაკში პოლიომიელიტის ორალური (ცოცხალი) ვაქცინით. www.ncdc.ge



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

22

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

23

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

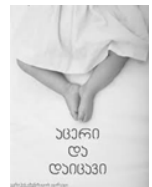
16:00

18:00

22 - 23 აპრილი

იმუნიზაცია – ყივანახველა: გამომწვევია ბაქტერია, დაავადება განსაკუთრებით რთულად მიმდინარეობს წლამდე ასაკის ბავშვებში; გადაცემა ცემინებით და ხველებით, ან დახურულ სივრცეში ხანგრძლივი ახლო კონტაქტით; სიმპტომებია: სურდო, პაროქსიზმული შეტევითი ხველა, წამოყივლებით; გართულება: პნევმონია, კონველსია, აპნოე, ენცეფალოპათია; დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია; აცრები ტარდება 2, 3, 4 თვის ასაკში ჰექსავალენტური ვაქცინით, 18 თვის ასაკში დიფთერია-ყივანახველა-ტეტანუსის ვაქცინით.

იმუნიზაცია – დიფთერია: გამომწვევია ბაქტერია; გადაცემის გზები: წვეთოვანი, დაინფიცირებული პირიდან ცემინებით და/ან ხველებით; სიმპტომები: ინტოქსიკაცია, სასუნთქი გზების ლორწოვანი გარსის ანთება; გართულება: გულის კუნთის, ფილტვების დაზიანება, პოლი-ნეიროპათია; პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია; აცრები ტარდება 2, 3, 4 თვის ასაკში ჰექსავალენტური ვაქცინით, 18 თვის ასაკში დეტ ვაქცინით, 5 წლის ასაკში დტ ვაქცინით, 14 წლის ასაკში ტდ ვაქცინით. www.ncdc.ge



24

აპრილი
APRIL

ორშაბათი/
MONDAY

ევროპის იმუნიზაციის კვირეული
(24-30 აპრილი)

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 აპრილი

ევროპის იმუნიზაციის კვირეული (აპრილი) – იმუნიზაციის მნიშვნელობის ხაზგასმის მიზნით, ყოველწლიურად ტარდება ევროპის იმუნიზაციის კვირეული. საქართველო, როგორც ჯანმოს ევროპის რეგიონის წევრი ქვეყანა, იმუნიზაციის კვირეულში მონაწილეობას იღებს 2007 წლიდან. იმუნიზაციის კვირეული ფოკუსირებულია დაავადებებზე, რომელთა თავიდან აცილება ვაქცინაციით არის შესაძლებელი (ე.წ. ვაქცინაციით მართვადი ინფექციები) კვირეულის განმავლობაში კიდევ ერთხელ უნდა მოხდეს იმუნიზაციის აქტუალობის შეხსენება და ინფორმაციის მიწოდება მოსახლეობისათვის, მედიისათვის, ჯანდაცვის სისტემის სპეციალისტებისათვის, პოლიტიკოსებისათვის, სხვადასხვა დაინტერესებული მხარეებისათვის.



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

25

მალარიის მსოფლიო დღე

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 აპრილი

მალარიის მსოფლიო დღე – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია აღნიშნავს მალარიასთან ბრძოლის მსოფლიო დღეს. მალარია მსოფლიოში საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ერთ-ერთი ძირითადი პრობლემაა. გლობალური კლიმატური ცვლილებებისა და მზარდი მიგრაციის ფონზე, ეს დაავადება, სულ უფრო მეტი ქვეყნისათვის ხდება პრობლემა. საქართველოში მალარიასთან ბრძოლის საკითხში მიღწეული პროგრესი ქვეყნის, ჯანმო-ს და გლობალური ფონდის ერთობლივი ძალისხმევის შედეგია.



ამჟამად მიმდინარეობს ინტენსიური მუშაობა მალარიის საწინააღმდეგო ვაქცინის შესაქმნელად.

26

აპრილი
APRIL

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 აპრილი

მალარიამ ტრანსმისიული დაავადებაა. იწვევს *Plasmodium*-ის გვარის პარაზიტები, გადამტანია *Anopheles*-ის გვარის კოლოები. დიაგნოზი მხოლოდ სისხლში პარაზიტის არსებობით დასტურდება და ესაჭიროება სპეციფიური მკურნალობა. მალარიამ ენდემურ ქვეყნებში წასვლისას, პრევენციის საშუალებების გარკვევის მიზნით, საჭიროა ექიმთან კონსულტაცია. მალარიამ ენდემური ქვეყნებიდან ჩამოსულებმა, თუ თავი შეუძლოდ იგრძნეს, აუცილებლად უნდა მიაკითხონ სამკურნალო დანესებულებას და გამოიკვლიონ სისხლი მალარიამ. www.who.int/ith/2015-ith-chapter7.pdf?ua=1



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

27

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 აპრილი

იმუნიზაცია – ბავშვების

- ✓ გამოიყენეთ ბავშვები, ორგანიზმში ხვდება დაზიანებული კანის საფარველიდან, ნიადაგით ან მტვრით დაბინძურებისას;
- ✓ სიმპტომები: თავის ტკივილი, ყბების სპაზმი, კუნთების დაჭიმულობა, ყლაპვის გაძნელება, არტერიული წნევა;
- ✓ გართულებები: ლარინგოსპაზმი, ძვლების მსხვრეველობა, სუნთქვის გართულება და სხვა;
- ✓ პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია;
- ✓ აცრები ტარდება 2, 3, 4, 18 თვის, 5 და 14 წლის ასაკში შესაბამისი ვაქცინებით (ჰეპსა, დეც, დტ, ტდ).



28

აპრილი APRIL

პარასკევი/
FRIDAY

აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

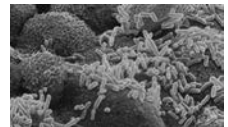
18:00

19:00

28 აპრილი

იმუნიზაცია – ჰემოფილუს ინფლუენცა ტიპი ბ

- ✓ ბაქტერიით გამოწვეული გადამდები დაავადებაა;
- ✓ გადაეცემა წვეთოვანი გზით, ხველების ან ცემინების დროს;
- ✓ სიმპტომები: ცხელება, ხველა, სუნთქვის გაძნელება, შემცივნება, ოფლიანობა, თავის და კუნთების ტკივილი დიარეა, ღებინება;
- ✓ გართულება: მენინგიტი, პნევმონი, ბაქტერიემია, ეპიგლოტიტი, სეპტიცემია, სეპტიური ართრიტი, ოსტეომიელიტი, ცელულიტი, პერიკარდიტი;
- ✓ პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალება ვაქცინაციაა;
- ✓ აცრები ტარდება 2, 3, 4 თვის ასაკში.



აპრილი/APRIL

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

აპრილი
APRIL

29

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

30

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

29 – 30 აპრილი

იმუნიზაცია – როტავირუსული ინფექცია

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადებაა;
- ✓ გადაეცემა ფეკალურ–ორალური გზით დაბინძურებული ხელების, წყლის, ნივთების, საკვების საშუალებით;
- ✓ სიმპტომები: დიარეა, ღებინება, ცხელება, მუცლის ტკივილი, მადის დაკარგვა;
- ✓ გართულება: გახშირებული დიარეა და ღებინება 3-8 დღის განმავლობაში, სწრაფი დეჰიდრატაცია (ორგანიზმის გაუწყლოვნება);
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის ერთერთი საუკეთესო საშუალებაა ვაქცინაცია;
- ✓ აცრები ტარდება 2, 3 თვის ასაკში.



იმუნიზაცია



აჭარის
იმუნიზაციის
კვირეული

გადარჩენილ სიცოცხლეთა რაოდენობის თვალსაზრისით კაცობრიობა მადისძინის სხვა არცერთ დარბაზს არ არის ისეთ ვალში, როგორც იმუნიზაციასთან. იმუნიზაცია შესულია ყველა დროის უდიდეს სამედიცინო მიღწევათა ათეულში (პენიცილინი, რენტგენის სხივები, დნმ, ინსულინი, ანესთეზია და სხვა);

აღნიშნულ ჩამონათვალებში მე-2 ადგილი ყვავილის საწინააღმდეგო ვაქცინაციას უკავია, ხოლო მე-8 ადგილი მორის ჰილეშანის მიერ შექმნილ წითელა-წითურა-ყბაყურას საწინააღმდეგო კომბინირებულ ვაქცინას;

XX საუკუნის სამოგადოებრივი ჯანმრთელობის იმ მიღწევათა ათეულში, რომელთაც შეცვალეს კაცობრიობა (დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობა, ინფექციურ დაავადებათა კონტროლი, უსაფრთხო საკვები და გარემო, ოჯახის დაგეგმარება და სხვა) იმუნიზაცია იკავებს პირველ ადგილს;

ვაქცინაცია იკავს მოსახლეობას მართვადი ინფექციებისა და მათგან გამომწვეული ჯანმრთელობის მდგომარეობის სერიოზული დარღვევებისაგან – დიფთერია, ტეტანუსი, ყვიანახველა, ჰეპატიტი B, მოგიერითი პნევმონია და მენინგიტი, წითელა, წითურა, ყბაყურა, პოლიომიელიტი, როტავირუსული დიარეა, ტუბერკულოზი, ცოფი, ყვითელი ცხელება, ტიფი, იაპონური ენცეფალიტი, ჩუტყვავილა, ადამიანის პაპილომა ვირუსი, მენინგოკოკი, ჰერპეს ზოსტერი და სხვა

- ✓ იმუნიზაციის პროგრამების საშუალებით ბოლო 20 წლის განმავლობაში მსოფლიოში ყოველწლიურად თავიდან აცილებულია ბავშვთა სიკვდილის 3 მილიონამდე შემთხვევა, ხოლო 750 000 ბავშვი გადარჩენილია სიბრმავის, ინვალიდობის, გონებრივი ჩამორჩენილობისა და ჯანმრთელობის სხვა შეუქცევადი დარღვევებისგან;
- ✓ 2000-2013 წლებში მსოფლიოში წითელას საწინააღმდეგო ვაქცინაციის მეშვეობით თავიდან იქნა აცილებული 15,6 მლნ წითელათი გარდაცვალების შემთხვევა. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0007/276379/Measles-European-Region-fact-sheet-eng.pdf?ua=1
- ✓ მიუხედავად ამისა, ევროპის რეგიონშიც კი 2014 წელს რეგისტრირებულია წითელას 16 156 შემთხვევა, რაც ორჯერ ნაკლებია 2013 წელან შედარებით (32 174); დიდი ეპიდემიები იყო გერმანიაში, იტალიაში, ყირგიზეთში, ბოსნია – ჰერცეგოვინაში, საქართველოში; შემთხვევების 40%-ზე მეტი მოდის 20 წელზე უფროსი ასაკის მოსახლეობაზე;
- ✓ ჯანმოს შეფასებით 2008 წელს მსოფლიოში 199,000 5 წლამდე ასაკის აივ უარყოფითი ბავშვი გარდაიცვალა ჰემოფილუს ინფლუენცა ტიპი b (ჰიბ) ინფექციით და 476,000 პნევმოკოკური ინფექციით.
- ✓ ამავე შეფასების მიხედვით, ყველა მიზეზით გამომწვეულ 5 წლამდე ბავშვთა სიკვდილიანობაში 2% მოდის ჰიბ ინფექციაზე, ხოლო 5% – პნევმოკოკურ ინფექციაზე. http://www.who.int/immunization/monitoring_surveillance/burden/estimates/Pneumo_hib/en/
- ✓ საქართველოში 0-15 წლამდე ასაკის ბავშვების ვაქცინაცია ხორციელდება სამოგადოებრივი ჯანმრთელობის კანონისა და პროფილაქტიკური აქრების ეროვნული კალენდრის შესაბამისად (სმსდ მინისტრის ბრძანება #01-57/ნ 19.11.2015);
- ✓ სახელმწიფო უზრუნველყოფს 12 ინფექციის – B ჰეპატიტის, ტუბერკულოზის, დიფთერიის, ყვიანახველას, ტეტანუსის, პოლიომიელიტის, ყბაყურას, წითურას, წითელას, როტავირუსული ინფექციის, პნევმოკოკური ინფექციის და ჰემოფილუს ინფლუენცა ტიპი b საწინააღმდეგო ვაქცინაციას 10 ვაქცინის საშუალებით.
- ✓ საქართველოში იმუნიზაციის სახელმწიფო პროგრამის ფარგლებში გამოიყენება მხოლოდ ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მიერ რეკომენდებული და პრეკვალიფიცირებული ვაქცინები. აქედან გამომდინარე, ყველა ვაქცინა, გამოირჩევა მაღალი ეფექტიანობით და უსაფრთხოებით;
- ✓ პროგრამული ვაქცინები უფასოა მომხმარებლისთვის, რადგან ამ ვაქცინების ღირებულებას სრულად ფარავს სახელმწიფო იმუნიზაციის პროგრამის ფარგლებში.



ზიკა ვირუსი

მსოფლიოში გავრცელების მზარდი ტენდენციის გამო, ზიკა ვირუსით გამოწვეული დაავადების შემთხვევები საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სფეროს განსაკუთრებული ყურადღების ქვეშ მოექცა. 2015 წლამდე ფიქსირდებოდა აფრიკაში, სამხრეთ აზიასა და წყნარი ოკეანის კუნძულებზე. ხოლო 2015

წლის მაისის თვეში, ამერიკის ჯანმრთელობის ორგანიზაციამ (Pan American Health Organization (PAHO)) გამოაცხადა განგაში პირველ, დადასტურებულ შემთხვევასთან დაკავშირებით ბრაზილიაში. ეპიდემიოლოგებმა ბრაზილიაში ხასიათდებოდა გიგნ-ბარეს სინდრომის, ახალშობილთა თანდაყოლილი დეფექტებისა და ორსულობის არასასურველი გამოსავლის შემთხვევათა მატებით. ამჟამად, ეპიდემიოლოგები ფიქსირდება მრავალ ქვეყანაში.

ადამიანებში ზიკა ვირუსის გადაცემა ძირითადად ხდება ინფიცირებული *Aedes* სახეობის კოლოს ნაკბენით. კოლოს ამ სახეობას ასევე გადააქვს დენგეს და ჩიკუნგუნიას ვირუსები. კოლოებისათვის ინფიცირების წყაროს წარმოადგენს დაავადებული ადამიანის კბენა. დადგენილია ვირუსის გადაცემა სქესობრივი კონტაქტით. დაფიქსირებულია სისხლის ტრანსფუზიით ვირუსის გადაცემის ერთი შესაძლო შემთხვევა. დღემდე არ დაფიქსირებულა ძუძუთი კვებით ვირუსის გადაცემის ფაქტი.

სიმპტომები: ზიკა ვირუსით 5 ინფიცირებულიდან, ერთი ხდება ავად. ყველაზე გავრცელებულ სიმპტომებად ითვლება ცხელება, გამონაყარი, ტკივილი სახსრებში და კონიუქტივტი. დაავადებას ხშირ შემთხვევაში მსუბუქი მიმდინარეობა ახასიათებს და გრძელდება რამდენიმე დღიდან ერთ კვირამდე. მძიმე კლინიკური სიმპტომატიკით დაავადების მიმდინარეობა და შესაბამისად ჰოსპიტალიზაციაც იშვიათია. ლეტალობა, ჩვეულებრივ, არ ახასიათებს.

რეკომენდაციები მოგზაურთათვის: რეკომენდაციები უკავშირდება, დაფიქსირებულ მიკროცეფალიებსა და სხვა არასასურველ გამოსავალებს იმ ახალშობილებში, რომელთა დედებიც ინფიცირებულნი იყვნენ ზიკა ვირუსით ორსულობისას.

- ✓ ორსულმა ქალებმა თავი უნდა შეიკაონ ვირუსის გავრცელების არეალში მოგზაურობისაგან,
- ✓ მოგზაურობის წინ უნდა მიიღონ რჩევები ჯანდაცვის სამსახურებისაგან,
- ✓ დაიცვან თავი კოლოების დაკბენისაგან რეპელენტებით დამუშავებული ტანსაცმელის, ფეხსაცმელის, წინდების ტარებით.

რეკომენდაცულია შამპანი რეპელენტები:

- ✓ EPA – რეგისტრირებული რეპელენტები, რომლებიც შეიცავენ: DEET, პიკარდინს, ლიმონ ევკალიპტის ზეთს (OLE), ან IR3535 .
- ✓ რეპელენტები, რომლებიც შეიცავენ DEET, პიკარდინს და IR3535 უსაფრთხოა ორსულთათვის, მეძუძურთათვის და ბავშვებისთვის ორი თვის შემოთ ასაკში, თუ გამოყენება მითითებულია პროდუქციის ეტიკეტზე.
- ✓ ლიმონ ევკალიპტის ზეთის შემცველი პროდუქციის გამოყენება არ შეიძლება სამ წლამდე ასაკის ბავშვებში.

**მუშაობა დაწყებულია ზიკა ვირუსის საწინააღმდეგო ვაქცინაზე,
ასევე ვითარდება დიაგნოსტიკისა და მკურნალობის საშუალებები.**



ეპოლა

ეპოლას ვირუსით გამოწვეული დაავადება წარმოადგენს მწვავედ მიმდინარე ვირუსულ დაავადებას ლეტალობის მაღალი (90% სიკვდილობის კოეფიციენტი) მაჩვენებლით.

ეპოლას ვირუსები აღმოჩენილია მთელ რიგ აფრიკულ ქვეყნებში. პირველად იგი აღმოჩენილი იქნა 1976 წელს მდინარე ეპოლას მიდამოებში, რომელიც ამჟამად კონგოს დემოკრატიული რესპუბლიკის შემადგენლობაში შედის, მას შემდეგ აფრიკაში გვხვდება სპორადული აფეთქებები. მკვლევარები თვლიან, რომ ეპოლას ვირუსი ზოონოზია და მის სავარაუდო რეზერვუარს ღამურები (*Pteropodidae*) წარმოადგენენ.

ეპოლას ვირუსის გაუვნებელოება შესაძლებელია სადემინფექციო ხსნარების გამოყენებით. ბიოლოგიურ სითხეებში შეუძლია თავისი ვირულენტობა რამდენიმე დღის განმავლობაში შეინარჩუნოს.

ადამიანს ეპოლას ვირუსი გადაეცემა დაავადებული ადამიანის ბიოლოგიურ სითხეებთან (სისხლი, წერწყვი, სპერმა, შარდი) და გამოწყობებთან, ფეკალურ ან პირნაღებ მასებთან კონტაქტისას, თუ კი ვირუსი მოხვდება დაზიანებულ კანზე ან ლორწოვან გარსებზე (მაგალითად: თვალის, ცხვირისა და პირის ღრუს ლორწოვანი გარსები).

ვირუსი ასევე შესაძლებელია ადამიანს გადაეცეს ეპოლას ვირუსით დაზინფექტებულ სხვადასხვა საგნებთან (როგორცაა ნემსები, შპრიცები, პირადი მოხმარების საგნები) ან დაინფიცირებულ ცხოველთან კონტაქტისას.

ეპოლას ვირუსი არ ვრცელდება წყლით, ჰაერის მეშვეობით და სპაჰებით. თუმცა, აფრიკაში ეპოლა შესაძლებელია გავრცელდეს გარეული ცხოველების (ნანადირვის) ხორცის დამუშავებისას, დაინფიცირებულ ღამურებთან კონტაქტისას.

დაავადებული ადამიანი ვირუსის გამავრცელებელი ხდება დაავადების სიმპტომების გამოვლენის შემდეგ.

ეპოლას ვირუსით დაავადების რისკის ქვეშ ძირითადად იმყოფებიან: ჯანდაცვის მუშაკები, რომლებსაც ხშირი კონტაქტი აქვთ ეპოლათი დაავადებულებთან; დაავადებულის ოჯახის წევრები და მასთან ახლოს მყოფი პირები; ადამიანები, რომლებსაც უშუალო შეხება ჰქონდათ ეპოლათი გარდაცვლილი ადამიანის გვამთან დაკრძალვის დროს. ასევე, აფრიკაში ადამიანები შეიძლება დაავადდნენ გარეულ ცხოველებზე ნადირობის დროს.

დაავადების სიმპტომები: დაავადებას ახასიათებს ცხელება ($38,6^{\circ}\text{C}$), ძლიერი თავის, კუნთების და ყელის ტკივილი, ღებინება, დიარეა, გამოწყობი, ტკივილი კუჭის არეში, აუხსნელი სისხლდენა ან სისხლჩაქცევა. ვირუსის გემოქმედებიდან პირველი სიმპტომების გამოვლენამდე ინკუბაციური პერიოდი 2-21 დღეა, საშუალოდ კი 8-10 დღემდე.

მკურნალობა: მკურნალობა მიმდინარეობს ზოგადი სიმპტომატიკის მიხედვით. გამოჯანმრთელება დამოკიდებულია დროულ, ხარისხიან სიმპტომატურ მკურნალობასა და პაციენტის იმუნურ სისტემაზე.

ამჟამად, ეპოლას ცხელების ექსპერიმენტული ვაქცინა და მკურნალობის მეთოდები ტესტირების სტადიაშია. 2 კანდიდატი ვაქცინა გადის დამამთავრებელ სტადიას (კლინიკური გამოცდების III ფაზა), ასევე შესწავლის პროცესშია გამოჯანმრთელებული ადამიანების დონორული სისხლისა და პლაზმის გამოყენების შესაძლებლობა.

ვისაც უნავს ისეთ რეგიონში მოგზაურობა, სადაც დაფიქსირებულია ეპოლას ეპიდემიკა, უნდა გაითვალისწინოს შემდეგი:

- ✓ მოგზაურობის დროს ხშირად უნდა იზანონ ხელები წყლით ან გამოიყენონ სპირტის შემცველი სადემინფექციო საშუალებები.

მოერიდონ:

- ✓ ეპოლათი გარდაცვლილის დაკრძალვის რიტუალებს;
- ✓ ღამურებთან და პირმატებთან კონტაქტს;
- ✓ ადამიანის ბიოლოგიურ სითხეებთან და ცხოველის უმ ხორცთან კონტაქტს;
- ✓ საავადმყოფოებს, სადაც ეპოლათი დაავადებულებს მკურნალობენ. www.ncdc.ge

ახალშობილთა სმენის სკრინინგული გამოკვლევა

სტატისტიკური მონაცემების თანახმად, მსოფლიოს ყოველ 100 000 მოსახლეზე მხოლოდ სენსონევრალური სმენაჩლუნგობით (კონდუქტიური სმენაჩლუნგობის გარდა) სხვადასხვა ასაკობრივ ჯგუფში 5-15 ადამიანი არის დაავადებული (Maceri, 1992). საერთაშორისო გამოცდილებით (Stein, 1976), სიყრუე ან სმენის მძიმე დაქვეითება ყოველი 1500 ახალშობილიდან ერთს მაინც აღენიშნება. დღეისათვის, საქართველოში სმენაჩლუნგობის გავრცელება შესწავლილი არ არის, თუმცა სტატისტიკური მონაცემები სმენადაქვეითებულ ბავშვთა მაღალ სიხშირეზე მიუთითებენ.

მრავალი მტკიცებულება ცხადყოფს, რომ სმენის დაქვეითების ნაადრევ გამოვლენას და შესაბამის ინტერვენციებს (მსუბუქი და საშუალო ხარისხის სმენადაქვეითებულ ბავშვებში სმენის აპარატების გამოყენება, მძიმე ხარისხის სმენადაქვეითებულ ბავშვებში კოხლეარული იმპლანტაცია) განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს, ბავშვების ინტელექტუალური განვითარების, სოციალური ინტეგრაციის, სასწავლო პროგრამების ათვისების და საზოგადოების სრულფასოვან წევრად ჩამოყალიბების მიზნით. აღსანიშნავია ისიც, რომ მსუბუქი და საშუალო ხარისხის სმენადაქვეითებულ ბავშვებში შესაბამისი და დროული ინტერვენციის გარეშე, არასაკმარისი ქმედითი რეჟიმის გამო, ვითარდება სმენის ორგანოს ფუნქციური ატროფია, რაც იწვევს დაუტვირთავი შიგნითა ყურის უწყვეტ, პროგრესულ დეგრადაციას და ხელს უწყობს სმენაჩლუნგობის მძიმე და უმძიმესი ფორმების სწრაფ ჩამოყალიბებას. მტკიცებულებებზე დაყრდნობით, სარეაბილიტაციო ღონისძიებების დაგვიანების შემთხვევაში (სმენის აპარატი, კოხლეარული იმპლანტაცია, ლოგოპედია), სმენის დაქვეითების მქონე ბავშვებს მეტყველების დეფექტი უვითარდებათ, რაც თავის მხრივ, ინტელექტის მძიმე დარღვევებს იწვევს.

სწორედ ზემოაღნიშნული მტკიცებულებები დაედო საფუძვლად 2007 წლიდან „დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობის“ სახელმწიფო პროგრამის „ახალშობილთა სმენის სკრინინგული გამოკვლევის“ კომპონენტის დანერგვას, რომელიც უზრუნველყოფს – სმენის დარღვევების გამოვლენას ახალშობილებში სმენის პირველადი და მეორადი სკრინინგული გამოკვლევის გზით. პროგრამის ამოქმედება დაიწყო ქ. თბილისის სამშობიარო სახლებში, 2013 წლიდან აჭარის ა/რ-ის მასშტაბით. 2016 წლიდან სახელმწიფოს, დონორების და კერძო სექტორის თანამშრომლობით, პროგრამა გაფართოვდა და მოიცვა შიდა ქართლის, ქვემო ქართლის, სამეგრელოსა და იმერეთის სამშობიარო სახლები.

საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს და დაავადებათა კონტროლის ეროვნული ცენტრის მიზანია 2020 წლისათვის სმენის სკრინინგის დანერგვის უზრუნველყოფა საქართველოს ტერიტორიაზე დაბადებული ყველა ახალშობილისათვის.

1

მაისი
MAY

ორშაბათი/
MONDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 მაისი

იმუნიზაცია – წითელა

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადება;
- ✓ გადაეცემა დაინფიცირებული პირისგან ცემინების და ხველების დროს;
- ✓ სიმპტომები: მაღალი ტემპერატურა, ხველება, ცემინება, კონიუქტიტი, ყელის ტკივილი. წითელი ლაქისებრი ბრტყელი გამონაყარი;
- ✓ გართულება: პნევმონია, ენცეფალიტი, სმენის დაკარგვა;
- ✓ ორსულობის პერიოდში წითელა შესაძლებელია გახდეს ნაადრევი მშობიარობის მიზეზი;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალება ვაქცინაციაა;
- ✓ აცრები ტარდება 1, 5 წლის ასაკში წწყ ვაქცინით.



www.cdc.gov

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

2

ასთმის მსოფლიო დღე

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 მაისი

ასთმის მსოფლიო დღე – ასთმის გლობალური ინიციატივა (GINA) მაისის პირველ სამშაბათს ყოველწლიურად აღნიშნავს ასთმის მსოფლიო დღეს და მიზნად ისახავს ასთმის შესახებ მოსახლეობაში ინფორმირებულობის დონის ამაღლებას და დაავადების მართვის გაუმჯობესებას. ჯანმოს მონაცემებით მსოფლიოში 235 მილიონი ადამიანი ასთმით დაავადებული.

ასთმა ქრონიკული დაავადებაა, რომელსაც ახასიათებს სუნთქვის გაძნელების, ქოშინისა და სულის შეხუთვის შეტევითი და განმეორებითი ეპიზოდები სხვადასხვა სიმძიმითა და სიხშირით. ასთმური შეტევის დროს ბრონქების ლორწოვანი შუბდება, ჰაერ-სავალი გზები ვიწროვდება და ფილტვებში ჰაერის ვენტილაცია მცირდება. ასთმის გამომწვევი მთავარი რისკ-ფაქტორებია: ოთახის ალერგენები (მტვერი, ტკიპები, ცხოველეთა გამონაყოფები); გარემოს ალერგენები (ყვავილის მტვერი, სოკოები); თამბაქოს კვამლი; ქიმიური ნივთიერებები. თანამედროვე სამედიცინო საშუალებებით ასთმა სრულად ექვემდებარება კონტროლს! www.who.int/topics/asthma/en; www.who.int/features/qa/46/en



3

მაისი
MAY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 მაისი

იმუნიზაცია – წითურა

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადება;
- ✓ გადაცემა წვეთოვანი გზით დაინფიცირებული პირისგან ცემინების და ხველების დროს;
- ✓ სიმპტომები: გამოწყარო, სახსრების ტკივილი, შესაძლოა გამოიწვიოს სანერწყვე ჭირვლების შეშუპება;
- ✓ გართულება: ორსულობის პერიოდში დაინფიცირების შემთხვევაში იწვევს ნაყოფის დაზიანებას და თანდაყოლილ დეფექტებს: სიყრუე, კატარაქტა, გულის პათოლოგიები;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალება ვაქცინაციაა;
- ✓ აცრები ტარდება 1 და 5 წლის ასაკში წწყ ვაქცინით.



www.ncdc.ge

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

4

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 მაისი

იმუნიზაცია – ყბაყურა

- ✓ ვირუსით გამოწვეული გადამდები დაავადება;
- ✓ გადაეცემა წვეთოვანი გზით დაინფიცირებული პირისგან ცემინების და ხველების დროს;
- ✓ სიმპტომები: ცხელება, თავის, კუნთების ტკივილი, უმადობა, სანერწყვე ჭირვლების ორმხრივი შეშუპება;
- ✓ გართულებები: გართულებებს იწვევს განსაკუთრებით უფროს ასაკში: ენცეფალიტი, მენინგიტი, ორქიტი, სიყრუე, საკვერცხეების და/ან სარძევე ჭირვლების ანთება;
- ✓ დაავადების პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალება ვაქცინაციაა;
- ✓ აცრები ტარდება 1, 5 წლის ასაკში წნე ვაქცინით.



5

მაისი MAY

პარასკევი/
FRIDAY

ბებიაქალთა საერთაშორისო დღე

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 მაისი

ბებიაქალთა საერთაშორისო დღე – მნიშვნელოვანია ბებიაქალე-ბის როლი დედათა სიკვდილიანობის და ავადობის შემცირებაში. მნიშვნელოვანია მათი როლი დედათა და ბავშვთა კვალიფიცირებული დახმარების აღმოჩენაში. ბებიაქალებს შეუძლიათ მნიშვნელოვანი როლი შეასრულონ გადაუდებელი მკურნალობის საჭიროების მქონე დედებისა და ახალშობილთა მკურნალობის საქმეში. ბებიაქალთა საერთაშორისო დღე ყოველწლიურად 5 მაისს აღინიშნება და მისი მიზანია ცნობიერების ამაღლება ბებიაქალთა მნიშვნელობაზე და მათ როლზე საზოგადოებაში.



www.midwiferytoday.com

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

6

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

7

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

6-7 მაისი

სმენის დაკარგვა – სმენის დაკარგვის შემთხვევების 50% შესაძლოა თავიდან იქნას აცილებული პირველადი პრევენციით, რაც გულისხმობს:

- ✓ ბავშვების იმუნიზაციას ბავშვთა ასაკის დაავადებების წინააღმდეგ, მათ შორის წითელას, მენინგიტის, წითურას და ყბაყურას წინააღმდეგ;
- ✓ ორსულ ქალებში სიფილისისა და სხვა ინფექციების სკრინინგსა და მკურნალობას;
- ✓ ანტენატალური და პერინატალური მზრუნველობის გაუმჯობესებას, უსაფრთხო მშობიარობის ხელშეწყობის ჩათვლით;
- ✓ ყურის სწორად მოვლის პრაქტიკას.

www.who.int/entity/mediacentre/news/releases/2015/ear-care/en; www.cdc.gov/NCBDDD/hearingloss/types.html



8

მაისი
MAYორშაბათი/
MONDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 მაისი

ლეიშმანიოზი – პარაზიტული დაავადებაა. ადამიანის ლეიშმანიოზის სამი ფორმა არსებობს: კანის, კან-ლორწოვანის და შინაგანი ორგანოების – (ვისცერული). საქართველოში გავრცელებულია ლეიშმანიოზის ორი ფორმა: კანის და ვისცერული ლეიშმანიოზის ხმელთაშუაზღვის ფორმა, რომლის გამომწვევია პარაზიტი *Leishmania infantum*. დაავადების გადამტანია ფლებოტომუსის გვარის მოსკიტები. გამომწვევი პარაზიტის რეზერვუარი საქართველოში ძაღლები და ტურები.



პროფილაქტიკა: ინფიცირებული ცხოველების გამოვლენა, ძაღლების პოპულაციის რეგულირება, გადამტან (მოსკიტებთან) ბრძოლა. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs375/en

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

9

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 მაისი

ჰელმინთოზები – გამომწვევი პარაზიტული ჭიებია – ჰელმინთები და მათი ლარვები. არსებობს ადამიანის ჰელმინთების 250 სახეობა, რომლებიც მიეკუთვნება ჭიების ორ კატეგორიას: მრგვალი (კლასი Nematoda) და ბრტყელი ჭიები – (კლასი – Cestoidea და კლასი Trematoda). პროფილაქტიკა: ჰიგიენის მკაცრი დაცვა, ხელების დაბანა ჭამის წინ, ხილისა და ბოსტნეულის, საკვებში უმად გამოსაყენებული პროდუქტების საფუძვლიანი გარეცხვა, საკვების თერმული დამუშავება.

ონქოცერკოზი – გამომწვევია ნემატოდები – მრგვალი ჭიები (*Onchocerca volvulus*). მასპინძელი ადამიანია, ხოლო გადამტანი ქინქლები – *Simulium damnosum*. ექსიანი მდინარის სიბრმავესაც, რადგან ქინქლები მდინარეებთან ბინადრობენ. მიმდინარეობს თვალის ანთებით, სისხლდენით, იწვევს ნაწილობრივ ან სრულ სიბრმავეს. გავრცელებულია აფრიკის, აზიისა და ლათინური ამერიკის ეკვატორულ სარტყელში. პროფილაქტიკა: ენდემურ კერაში ყოფნისას ქინქლებისგან დაცვა. www.who.int/mediacentre/factsheets



10

მაისი
MAY

მაისი/MAY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 მაისი

ტროპიკული დაავადებები – დაავადებები, რომლებიც უმეტესად გვხვდება ეკვატორულ, სუბეკვატორულ და ტროპიკულ სარტყლებში. ჯგუფში გაერთიანებულია ვირუსული, ბაქტერიული, პარაზიტული, რიკეტსიული, სოკოვანი და სხვა დაავადებები. ტროპიკულია აგრეთვე სხვადასხვა დერმატიტები, ავითამინოზები, სისხლის გენეტიკური ანომალიები, შხამიანი გველებით, ობობებით და თევზებით გამოწვეული ინტოქსიკაციები. სინონიმია ცხელი ქვეყნების დაავადებები. ეს დაავადებები შესაძლოა შეტანილი იქნენ იმ ქვეყნებშიც, სადაც ზომიერი და ცივი კლიმატია.

www.who.int/topics/tropical_diseases/factsheets/en

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

11

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 მაისი

მივიწყებული ტროპიკული დაავადებები – გადამდებ დაავადებათა მრავალფეროვანი ჯგუფი, რომელიც ტროპიკულ და სუბტროპიკულ 149 ქვეყანაში მილიარდზე მეტი ადამიანის დაავადება იწვევს. ჯგუფში სულ 18 დაავადება შედის (ესენია დრაკუნკულემი, ტრემატოდოზი, აფრიკული ტრიპანოსომოზი, ბალანტიდიაზი, კეთრი, ბურულის წყლული და სხვა).

„მივიწყებული დაავადებების“ მკურნალობა და პროფილაქტიკა საყოველთაოდ ცნობილია, მაგრამ მიუწვდომელია ღარიბი ქვეყნებისთვის.



12

მაისი MAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

პარასკევი/
FRIDAY

ექთანთა საერთაშორისო დღე

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 მაისი

ექთანთა საერთაშორისო დღე – ყოველწლიურად 12 მაისს აღინიშნება, რათა ხაზი გაესვას ექთანთა ღვაწლს საზოგადოების წინაშე. 1974 წელს 12 მაისი შეირჩა ოფიციალურ თარიღად ამ დღის აღსანიშნავად ლორენს ნაითინგილის დაბადების დღეს, რომელიც ითვლება თანამედროვე საექთნო პრაქტიკის (საქმიანობის) დამაარსებლად.

www.icn.ch/publications/international-nurses-day/



მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

13

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

14

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

13 – 14 მაისი

შისტოსომოზი – გამომწვევი: *Schistosoma*-ს გვარის სისხლის ტრემატოდები. შისტოსომოზი გავრცელებულია აფრიკაში, ლათინურ ამერიკაში, ცენტრალურ და სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზიაში. დასნეობვება ლავრებით ხდება წყალთან კონტაქტების დროს. ადამიანს უვითარდები ანემია, ანთება, ფაღარათი, ჰეპატოსპლენომეგალია, წარმოიქმნება ნაწიბურები. შესაძლებელია ციროზის განვითარება. ენდემურ კერაში ყოფნისას უნდა მოვერიდოთ ბუნებრივ წყალსატევებში ბანაობას და წელისპირას ფეხშიშველა სიარულს, დასაღევად გამოვიყენოთ მხოლოდ უსაფრთხო წყალი.



www.who.int/mediacentre/factsheets/fs115/en

15 მაისი

MAY

ორშაბათი/
MONDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 მაისი

ლიმფური ფილარიოზი – ელემენტარში, სპილენძი, „სპილოს ავადმყოფობა“ – ლიმფის ქრონიკული შეგუების გამო კანისა და კანქვეშა ქსოვილის გასქელება. დამახასიათებელია ქვედა და ზედა კიდურებისა და სასქესო ორგანოების გადიდება და დეფორმაცია. დაავადების გამომწვევია მრგვალი ჭია (ნემატოდა) *Filarioidea*-ს ოჯახიდან. გადამტანი ფლემბოტომუსის გვარის მოსკიტებია. გავრცელებულია ტროპიკულ ქვეყნებში. დაავადებისგან თავდაცვა გულისხმობს გადამტანებთან ბრძოლას.



მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

16

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 მაისი

ადამიანის ფასციოლოზი მსოფლიოში ფართოდ გავრცელებული დაავადებაა. მისი გამომწვევია პარაზიტი ღვიძლის ორპირა და გიგანტური ორპირა. გადაცემა ხდება მტკნარი წყლის მოლუსკის – მცირე ტბორულას მიერ. ხასიათდება ქრონიკული მიმდინარეობით, უპირატესად ღვიძლის, ნაღვლგამომყოფი სისტემის დაზიანებით, ზოგჯერ – ანემიით. პროფილაქტიკა: ჰიგიენის მკაცრი დაცვა, ხელების დაბანა ჭამის წინ, საკვების სათანადო დამუშავება.



17

მაისი
MAYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 მაისი

ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე ეძღვნება მოსახლეობის ინფორმირებულობის დონის ამაღლებას ჰიპერტენზიის, მისი გართულებებისა და პრევენციული ღონისძიებების შესახებ. ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღის აღნიშვნა დამკვიდრდა და დაიწყო ჰიპერტენზიის მსოფლიო ლიგის მიერ. ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე პირველად 2005 წლის 14 მაისს აღინიშნა, ამ დღის აღნიშვნის მიზანია პოპულაციაში ჰიპერტენზიის შესახებ ძირითადი გზავნილების გავრცელება. მაღალმა არტერიულმა წნევამ შესაძლოა ორგანიზმში მრავალი სახის გართულება გამოიწვიოს და ხელი შეუწყოს ინსულტის, მიოკარდიუმის ინფარქტის, თირკმლის დაავადებების, მხედველობის დარღვევებისა და ნაადრევი სიკვდილიანობის განვითარებას.


www.ncdc.ge; www.who.int

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

18

შიდსით გარდაცვლილთა ხსოვნის
საერთაშორისო დღე

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 მაისი

შიდსით გარდაცვლილთა ხსოვნის საერთაშორისო დღე – ამ დღის აღნიშვნა ემსახურება საზოგადოების მობილიზაციის კამპანიას აივ და შიდსზე საზოგადოებრივი ცნობიერების ამაღლების მიზნით. დღეს, აივ-ინფიცირებული 37 მილიონი ადამიანისთვის შიდსით გარდაცვლილთა ხსოვნის საერთაშორისო დღის აღნიშვნა ნიშნავს გლობალურ სოლიდარობას, საზოგადოების მნიშვნელოვან ძალისხმევას, რომელიც ამსხვრევს სტიგმისა და დისკრიმინაციის ბარიერებს და უკეთესი ცხოვრების იმედს აძლევს მომავალ თაობებს.



19

მაისი
MAYპარასკევი/
FRIDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 მაისი

არტერიული ჰიპერტენზია – ქრონიკული დაავადება, რომელიც საჭიროებს რეგულარულ სამედიცინო დაკვირვებას სანგრძლივი მკურნალობის პროცესში. არტერიულ ჰიპერტენზიას ხშირად „ჩუმ მკვლელს“ უწოდებენ.

არტერიული ჰიპერტენზია ერთ-ერთ მთავარ რისკის ფაქტორს წარმოადგენს მიოკარდიუმის ინფარქტის, თავის ტვინის ინსულტის, გულისა და თირკმლის უკმარისობის განვითარებისათვის. არტერიული წნევის ე.წ. „ასაკობრივი ნორმები“ არ არსებობს.

საკითხი პაციენტის სამიზნე წნევის დონესა და მისი მიღწევის ტემპების შესახებ – მკურნალი ექიმის კომპეტენციაა.



მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

20

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

21

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

20 – 21 მაისი

ანტენატალური მომსახურება წარმოადგენს დედაზე და ბავშვზე ორიენტირებულ, მრავალმხრივ, დინამიურ პროცესს, რომელიც გულისხმობს ყველა იმ ღონისძიების გატარებას, რაც აუცილებელია ჯანმრთელი ორსულობის, უსაფრთხო მშობიარობისა და გაურთულებელი პოსტნატალური პერიოდის უზრუნველყოფისთვის.

ანტენატალური მომსახურების გაუმჯობესება ერთერთია იმ 4 ინდიკატორიდან, რომელიც ათასწლეულის განვითარების მე-4 მიზნის: ბავშვთა გარდაცვალების შემცირების მისაღწევად გამოიყენება. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მიერ რეკომენდებულია ორსულთა ანტენატალური მომსახურების მინიმუმ 4 ვიზიტი. www.data.unicef.org/maternal-health/antenatal-care.html



22

მაისი
MAYორშაბათი/
MONDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 მაისი

ორსულობა ქალის ორგანიზმში მიმდინარე ფიზიოლოგიური პროცესია, რომელიც ქალების უმრავლესობისთვის დიდ ბედნიერებასთან არის დაკავშირებული. ორსულობა უმეტეს შემთხვევაში გრძელდება 40 კვირა.

ორსულობის დროს ქალისა და ნაყოფის ორგანიზმში მიმდინარეობს პროცესი, რაც გავლენას ახდენს როგორც დედის, ასევე ბავშვის ჯანმრთელობაზე. ორსულებისთვის აუცილებელია სრულყოფილი ანტენატალური მომსახურების მიღება, დაავადებების პრევენცია, ცხოვრების ჯანსაღი წესის ხელშეწყობა და ორსულისთვის აუცილებელი უნარ-ჩვევების გამომუშავება.


www.who.int/topics/pregnancy/en

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

23

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 მაისი

ბავშვთა სიკვდილიანობის შემცირება – ათასწლეულის განვითარების მე-4 მიზანს წარმოადგენდა. თუმცა მთელი რიგი ქვეყნების მიერ მიზანი ვერ იქნა მიღწეული. ამიტომ ახალშობილთა და ბავშვთა სიკვდილიანობის შემცირება გლობალური სტრატეგიის ერთერთ მთავარ მიზნად რჩება. 2030 წლისთვის მსოფლიო მასშტაბით 0-5 წლამდე ბავშვთა სიკვდილიანობის მაჩვენებელი უნდა შემცირდეს – 25/1000 ცოცხალ შობილამდე, ბავშვთა სიკვდილიანობის წამყვანი მიზეზებია ისეთი პრევენტაბელური დაავადებები, როგორიცაა: პნევმონია, დიარეა, სეფსისი, მალარია და აივ ინფექცია. მსოფლიო მასშტაბით ბავშვთა სიკვდილიანობის ნახევარი მალნუტრიციას უკავშირდება. აღსანიშნავია, რომ ბავშვთა სიკვდილობის დაახლოებით 2/3 თავიდან აცილებადია ისეთი ღონისძიებების გატარებით, როგორებიცაა: დედათა და ახალშობილთა მეთვალყურეობა, იმუნიზაცია, უსაფრთხო წყალი და სანიტარია, მალნუტრიციის ელიმინაცია და პრევენტაბელური დაავადებების მართვა.

www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/levels_trends_child_mortality_2015/en



REDUCE
CHILD MORTALITY

24

მაისი
MAYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 მაისი

აბორტის პრევენცია – საქართველოს კანონმდებლობის თანახმად, აბორტი არის ორსულობის ნაადრევი შეწყვეტა და საშვილოსნოდან ნაყოფის გამოძევება ორსულობის 23 კვირის შესრულებამდე. აბორტების ხშირ გართულებებს მიეკუთვნება: დაუსრულებელი აბორტი, ჰემორაგია, ინფექციების განვითარება და საშვილოსნოს გახევვა. მსოფლიოში ყოველწლიურად აბორტისა და მისი გართულებებით დაახლოებით ნახევარი მილიონი ქალი იღუპება.



აბორტის პრევენციის ერთ-ერთი ყველაზე ეფექტური მეთოდებია ოჯახის დაგეგმვის სერვისებით სარგებლობა და კონტრაცეპტივებზე ხელმისაწვდომის გაზრდა, რაზეც მეტყველებს დადებითი კორელაცია კონტრაცეპტივების გამოყენების გაზრდასა და აბორტების რაოდენობის შემცირებას შორის. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs388/en

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

25

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 მაისი

რეპროდუქციული ჯანმრთელობა – ადამიანის უფლება ჰქონდეს უსაფრთხო და გაცნობიერებული სქესობრივი ცხოვრება, თავისუფალი არჩევანი შვილების ყოლისა და მათი რაოდენობისა შესახებ და ეფექტურ ჯანდაცვის სერვისებზე ხელმისაწვდომობა. ეს უსაფრთხო ორსულობის, მშობიარობისა და ჯანმრთელი ახალშობილის საწინდარია. რეპროდუქციული ჯანმრთელობა ასევე ითვალისწინებს განათლებას ჯანმრთელობის, სქესისა და გენდერული თანასწორობის შესახებ და კონტრაცეპტიული საშუალებების სრულ არჩევანს. რეპროდუქციულ ჯანმრთელობაზე ხელმისაწვდომობა მდგრადი განვითარების მიზნების ერთ-ერთ მთავარ კომპონენტს წარმოადგენს.



www.who.int/topics/reproductive_health/en

26

მაისი
MAYპარასკევი/
FRIDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 მაისი

დედათა სიკვდილიანობა – ჯანმო დედათა სიკვდილიანობას განმარტავს, როგორც ქალის სიკვდილს ორსულობისას ან ორსულობის დასრულებიდან 42 დღის განმავლობაში (ორსულობის ხანგრძლივობისა და ლოკალიზაციის მიუხედავად), რომელიც გამოწვეულია ორსულობასთან დაკავშირებული ან ორსულობისა და მისი მართვის შედეგად გამწვავებული ნებისმიერი მიზეზით, მაგრამ არა უბედური შემთხვევისა ან შემთხვევითი გარემოებით. დაავადებათა საერთაშორისო კლასიფიკატორის მე-10 გადახედვის მიხედვით, დაავადებათა კლასიფიკაციის სისტემაში შემოღებულ იქნა ახალი კონცეფცია, დედათა გვიანი სიკვდილიანობის შესახებ (ორსულობის დასრულების 43-ე დღიდან ერთი წლის განმავლობაში). დედათა სიკვდილიანობის შემცირება წარმოადგენდა მდგრადი განვითარების მიზნების ერთ-ერთ ამოცანას. დედათა სიკვდილიანობის პრევენციის მიზნით აუცილებელია დედათა ჯანმრთელობის ხარისხიან სამედიცინო სერვისებზე ხელმისაწვდომობის გაზრდა.


www.euro.who.int/en/healthtopics/Life-stages/maternal

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

27

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

28

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

27 - 28 მაისი

დედათა ჯანმრთელობა – დედათა და პერინატალური ჯანმრთელობა წარმოადგენს პრიორიტეტს მთელი მსოფლიოსათვის. საერთაშორისო შეთანხმებისა და ადამიანის უფლებების დაცვის დეკლარაციის საფუძველზე, ქალთა და ბავშვთა უპირველესი უფლებაა, ჰქონდეთ უნივერსალური ხელმისაწვდომობა მაღალი ხარისხის სამედიცინო სერვისებთან, მიუხედავად მათი რასის, სოციალურ-ეკონომიკური სტატუსისა, კულტურული და რელიგიური კუთვნილებისა. დედის ჯანმრთელობას განსაკუთრებული ადგილი ენიჭება საზოგადოების განვითარებაში, რადგან მას შეუცვლელი როლი აქვს, როგორც მოქალაქეს, ოჯახზე მზრუნველს და ხშირად როგორც ოჯახის ეკონომიკური უზრუნველყოფის გარანტს.

დედათა ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისათვის ჩადებული ინვესტიცია არამარტო აუმჯობესებს სიღარიბის ზღვარს ქვემოთ მცხოვრებ და მარგინალიზებულ ქალთა და ბავშვთა ჯანმრთელობას, არამედ უზრუნველყოფს მათი ოჯახების სოციალურ სტაბილურობასა და დაცულობას, გლობალურად კი ხელს უწყობს ქვეყნის პროდუქტიულობის ზრდას და საზოგადოების ეკონომიკური კეთილდღეობის მენარჩუნებას. www.euro.who.int



29

მაისი
MAYორშაბათი/
MONDAY

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 მაისი

თამბაქოს მოქმედი კანონმდებლობა

- ✓ მოწევა აკრძალულია საგანმანათლებლო, სამედიცინო და ფარმაცევტულ დაწესებულებათა შენობებში; დახურულ სპორტულ ნაგებობებში; საზოგადოებრივ ტრანსპორტში (ავტობუსში, სამარშრუტო ტაქსში, მეტროპოლიტენში, მატარებელში);
- ✓ თამბაქოს მოწევა აკრძალულია სამუშაო და მასობრივი თავშეყრის დახურულ შენობებში, გარდა სპეციალურად გამოყოფილი მოსაწვევი ადგილისა;
- ✓ ყველა სხვა ტიპის დახურულ შენობა-ნაგებობაში; სადაც მოსაწვევი ადგილის გამოყოფის საშუალება არ არის სრულად იკრძალება მოწევა. რეისტრ-ნებისა და ბარებში უნდა იყოს ცალკე მოსაწვევი ადგილები ან მინიმუმ 50% არამწეველებისათვის.

მოითხოვე და დაიცავი შენი უფლება!



მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

მაისი
MAY

30

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 მაისი

მხვეწილობის გავრცელება საქართველოში – 2010 წ. არაგადამდები დაავადებების რისკ ფაქტორების კვლევის (STEPS) მონაცემებით ამჟამად მწვეწილობის გავრცელება საქართველოს მოზრდილ მოსახლეობაში 30%-ს შეადგენს, მათ შორის მამაკაცებში 55%, ხოლო ქალებში 5%-ია. საქართველოში ყოველწლიურად თამბაქოსაგან გამოწვეული დაავადებებით 9,000-დან 11,000-მდე ადამიანი იღუპება, მათ შორის 3,000 პასიური მოწვევის მსხვერპლია. 13-15 წლის ასაკის ბავშვებში ჩატარებული კვლევის (Global Youth Tobacco Survey 2014) შედეგების მიხედვით მოსწავლეთა 7.0% (9.9% ბიჭი და 3.8% გოგონა) ამჟამინდელი მწვეწილია. ევროპის ალკოჰოლისა და სხვა ნარკოტიკების სასკოლო პროექტის (European School Project on Alcohol and Other Drug – ESPAD 2015) 2015 წლის მონაცემებით 16 წლის ქართველ მოსწავლეებში სიგარეტის მოწვევის გავრცელება 43% უკანასკნელი 1 თვის განმავლობაში სიგარეტის მოწვევის გავრცელება 18%-ია (ბიჭების 26% და გოგონათა 9%). რეგულარული მწვეწილია მოსწავლეთა 12% (ბიჭების 19% და გოგონათა 4%).



31

მაისი
MAYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

მსოფლიო დღე თამბაქოს გარეშე

მაისი/MAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

31 მაისი

მსოფლიო დღე თამბაქოს გარეშე – ყოველი წლის 31 მაისს, ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია და მისი პარტნიორი ორგანიზაციები აღნიშნავენ თამბაქოს მსოფლიო დღეს. ამ დღის მიზანია მწვევლობასთან დაკავშირებული ჯანმრთელობის რისკებისა და თამბაქოს მოხმარების შემცირების ეფექტური პოლიტიკის ადვოკატირება.

თამბაქოს მოხმარება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ყველაზე მნიშვნელოვანი პრობლემაა. თამბაქოს გლობალური ეპიდემია დაახლოებით 6 მილიონ ადამიანს კლავს ყოველწლიურად, აქედან 1.5 მილიონი ქალია და 600 000-ზე მეტი მეორადი კვამლით იღუპება. მე-20 საუკუნეში თამბაქომ 100 მილიონი ადამიანის სიცოცხლე შეინირა; თუ არსებული ტენდენცია გაგრძელდება, 21-ე საუკუნეში ის ერთ მილიარდ ადამიანს შეინირავს. www.ncdc.ge, www.who.int

ვაქცინით ყოველი
დღე თამბაქოსგან
თავისუფალ დღედ!



საქართველოს ჯანმრთელობის დაცვის სფეროს კანონმდებლობა

კანონმდებლობა ეყრდნობა საერთაშორისო პრინციპებზე აგებულ სამართლებრივ რეგულაციებს და მოიცავს ჯანმრთელობის დაცვის ყველა ძირითად მიმართულებას.

1992 წლის 16 მაისს საქართველო გახდა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის წევრი და აღიარა მისი პრინციპები ადამიანის ჯანმრთელობის დაცვის სფეროში, შესაბამისად, 1995 წლის ახალი კონსტიტუციით (მუხლი 37) აღიარებულ იქნა ადამიანის სიცოცხლისა და ჯანმრთელობის უფლება. კონსტიტუციიდან გამომდინარე, შემუშავდა და გამოიცა მთელი რიგი საკანონმდებლო ნორმები.

1997 წლის 10 დეკემბერს ამოქმედდა “ჯანმრთელობის დაცვის შესახებ” საქართველოს კანონი, რომლის შესაბამისად, დამტკიცებულია და მოქმედებს, ჯანდაცვის სფეროსთვის აუცილებელი მნიშვნელოვანი კანონქვემდებარე ნორმატიული აქტები.

გარდა ამისა, მიღებულ იქნა ჯანდაცვის სფეროს მთელი რიგი ფუნდამენტური კანონები:

“წამლისა და ფარმაცევტული საქმიანობის შესახებ” (1997 წ.); “სისხლისა და მისი კომპონენტების დონორობის შესახებ” (1995 წ.); “ფსიქიატრიული დახმარების შესახებ” (1995 წ. – ახალი ვერსია მიღებულია 2006 წ.); “ადამიანის იმუნოდეფიციტის (შიდსის) პროფილაქტიკის შესახებ” (1995 წ. – ახალი ვერსია ამოქმედდა 2009 წ.); “ბავშვთა ბუნებრივი კვების დაცვისა და ხელშეწყობის, ხელოვნური საკვების მოხმარების შესახებ” (1999 წ.); “ადამიანის ორგანოთა გადანერგვის შესახებ” (2000 წ.); “პაციენტის უფლებების შესახებ” (2000 წ.); “საქეიმო საქმიანობის შესახებ” (2001 წ.); “ნარკოტიკული საშუალებების, ფსიქოტროპული ნივთიერებების, პრეკურსორებისა და ნარკოლოგიური დახმარების შესახებ” (2002 წ. – ახალი ვერსია ამოქმედდა 2012 წ.); “საქართველოში თამბაქოს კონტროლის შესახებ” საქართველოს კანონი (2003 წ. – ახალი ვერსია ამოქმედდა 2010 წ.); “სამედიცინო და ფარმაცევტული საქმიანობის ლიცენზირების შესახებ” საქართველოს კანონი 2003 წ. – შეცვლილი სამართლებრივი რეგულაციების შედეგად 2008 წ. ძალადაკარგულად გამოცხადდა; “იოდის, სხვა მიკროელემენტების და ვიტამინების დეფიციტით გამოწვეული დაავადებების პროფილაქტიკის შესახებ” (2005 წ.); “ახალი ფსიქოაქტიური ნივთიერებების შესახებ” (2014 წ.).

2003 წელს მიღებულ იქნა “საქართველოს სანიტარიული კოდექსი” (რომელიც ძალადაკარგულად გამოცხადდა 2007 წ.). ამ კოდექსის ზოგიერთი პრინციპი, სხვა ძირითად პრინციპებთან ერთად, აისახა 2007 წ. მიღებულ “საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის შესახებ” საქართველოს კანონში.

მოქმედი კანონებიდან გამომდინარე, საქართველოს მთავრობის დადგენილებებითა და საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის მინისტრის ბრძანებებით დამტკიცებულია რეგლამენტები; სანიტარული წესები და ნორმები და სხვა მნიშვნელოვანი დოკუმენტები.

საქართველო მიუერთდა არაერთ საერთაშორისო დოკუმენტს ბიოეთიკის, ნარკოტიკების რეგულირებისა და ორგანოთა გადანერგვის სფეროში.

2014 წ. პარლამენტის მიერ რატიფიცირებულ იქნა “საქართველოს მთავრობასა და ამერიკის შეერთებული შტატების მთავრობას შორის განსაკუთრებით საშიში პათოგენების აღმოჩენის, ეპიდემიოლოგიური ზედამხედველობის და რეაგირების ერთიანი ლაბორატორიული სისტემისა და რიჩარდ ლუგარის სახელობის საზოგადოებრივი ჯანდაცვის კვლევითი ცენტრის უზრუნველყოფასთან დაკავშირებული ხარჯებისა და პასუხისმგებლობების შესახებ” შეთანხმება.

ევროკავშირთან ასოცირების ხელშეკრულებიდან გამომდინარე დანყებულია და განხორციელდება ჯანმრთელობის დაცვის სფეროს საკანონმდებლო ბაზის ევროკავშირის კანონმდებლობასთან სრული იმპლემენტაცია.



პროფილაქტიკური აცრების ეროვნული კალენდრის მობილური აპლიკაცია მშობლებისთვის

პროფილაქტიკური აცრების ეროვნული კალენდრის მობილური და ტაბლეტ აპლიკაცია (რომელიც მუშაობს iOS და Android პლატფორმებზე) შეიქმნა მშობლებისათვის დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის ინიციატივით და გაეროს ბავშვთა ფონდის (UNICEF) ფინანსური მხარდაჭერით.

აპლიკაციის საშუალებით მიიღებთ ინფორმაციას ქვეყანაში მოქმედი პროფილაქტიკური აცრების კალენდრის, ვაქცინების, ვაქცინაციის უკუჩვენებების და ცრუ უკუჩვენებების, გაფრთხილებების, აცრების ჩატარების რეკომენდებული ასაკებისა და ვაქცინაციით მართვადი დაავადებების შესახებ.

აპლიკაციის ერთერთი ფუნქციაა ჩასატარებელი აცრების ვადების შესენება. ამისთვის საჭიროა, თქვენს მობილურ ტელეფონში ჩამოტვირთულ აპლიკაციაში შეიყვანოთ ბავშვის/ბავშვების – სახელი, გვარი, დაბადების თარიღი და მონიშნოთ უკვე ჩატარებული აცრები. მომდევნო აცრის თარიღის მოახლოებისთანავე მიიღებთ შეტყობინებას ჩასატარებელი აცრების სახეობისა და თარიღის შესენების შესახებ.

პროფილაქტიკური აცრების ეროვნული კალენდრის აპლიკაციაში განთავსებული ინფორმაცია დაგეხმარებათ:

- ✓ მაქსიმალურად ჩაერთოთ თქვენი შვილების იმუნიზაციის პროცესში;
- ✓ დროულად მიმართოთ სამედიცინო დაწესებულებას აცრისთვის;
- ✓ აცრების სრული კურსი ჩაუტაროთ თქვენს შვილებს;
- ✓ ფლობდეთ ინფორმაციას თქვენი შვილების დაცულობის შესახებ.



სენფორდის სახელმძღვანელო ჰეპატიტის თერაპიის შესახებ

ვებ-გვერდი და მობილური აპლიკაცია

ka.sanfordguide.com

ბოლო 2 წლის განმავლობაში საქართველოსა და სენფორდის „ანტიმიკრობული თერაპიის კორპორაციას“ შორის დამყარებული მჭიდრო და ეფექტური თანამშრომლობის ფარგლებში განხორციელდა კიდევ ერთი პროექტი და მომზადდა სახელმძღვანელოს, „სენფორდის ჰეპატიტის თერაპიის“ ქართული ვერსია ვებგვერდისა და უფასო მობილური აპლიკაციის სახით.

სახელმძღვანელო მოიცავს ინფორმაციას ვირუსული ჰეპატიტების ეპიდემიოლოგიის, დიაგნოსტიკის, მკურნალობის, პრევენციისა და სხვა მნიშვნელოვანი საკითხების შესახებ. გამომდინარე იქიდან, რომ ვირუსული ჰეპატიტების მკურნა-

ლობის სფეროში მდგომარეობა სწრაფად იცვლება და მუდმივად შემუშავების პროცესშია უამრავი ახალი ანტივირუსული მედიკამენტი, სახელმძღვანელო ასევე შეიცავს სექციას იმ მედიკამენტების შესახებ, რომლებიც ამჟამად კლინიკური გამოცდის სხვადასხვა სტადიებს გადიან. სახელმძღვანელოს ციფრული ფორმატი საშუალებას მოგვცემს თითქმის რეალურ დროში განვაახლოთ სახელმძღვანელოს შიგთავსი და ფეხი ავუწყოთ ახალი ანტივირუსული მედიკამენტების სფეროში მიმდინარე სწრაფ ცვლილებებს.

ინგლისურიდან ქართულად ნათარგმნი შიგთავსის გარდა, სახელმძღვანელოში ასევე შედის სპეციალურად ქართული გამოცემისთვის დამატებული გვერდები საქართველოში C ჰეპატიტის ეპიდემიოლოგიისა და C ჰეპატიტის მკურნალობის ეროვნული პროტოკოლების შესახებ.

სახელმძღვანელო ასევე შეიცავს კალკულატორს, რომელიც ექიმებს დაეხმარება მკურნალობის დაგეგმვისთვის ან დოზირების პერჩევისთვის საჭირო ისეთი გამოთვლების მარტივად ჩატარებაში, როგორებიცაა კრეატინინის კლირენსი, სხეულის მასის ინდექსი, სხეულის ზედაპირის ფართობი და სხვა.

ანდროიდის სისტემის მობილური მოწყობილობებისთვის აპლიკაციის გადმოწერა შესაძლებელია პირდაპირ ვებ-გვერდიდან ka.sanfordguide.com ან amazon.com-დან უფასოდ. iOS სისტემაზე მომუშავე მოწყობილობებისათვის ხელმისაწვდომია მობილური ტელეფონებისთვის ადაპტირებული საიტის ვერსია.

ვებ-გვერდისა და აპლიკაციის შიგთავსი მომავალში მუდმივად განახლდება და დაიხვეწება.

შენიშვნებისა და წინადადებების შემთხვევაში ან ბაქნისკური მხარდაჭერის საჭიროებისას

გთხოვთ მოგვწეროთ აპლიკაციის მენიუდან უპასუხიერის მეშვეობით ან ელფოსტაზე:

hepguide@ncdc.ge



სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციები

სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციები (სგგი) ვაცობრიობის უძველესი სენია. მათ შესახებ ინფორმაცია ჯერ კიდევ ძველი ეგვიპტურ დოკუმენტებს, ჩინური ტრაქტატებსა და ინდურ მითოლოგიაში მოიპოვება. თავისთავად ინფექციების გავრცელებას ხელს უწყობდა მოგზაურობები, ომები და ემიგრაციები.

სგგი არის სხვადასხვა პათოგენებით გამოწვეული ინფექციების ჯგუფი და კვლავ რჩება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ერთ-ერთ მთავარ პრობლემად.

ყოველწლიურად მსოფლიოში დაახლოებით 500 მილიონი ადამიანი ინფიცირდება სქესობრივი გზით გადამდები ოთხი მთავარი ინფექციიდან ერთ-ერთი ინფექციით (სიფილისი, გონორეა, ქლამიდია, ტრიქომონიაზი). საყურადღებოა, რომ ხშირად ეს ინფექციები ფარულად, სიმპტომების გარეშე მიმდინარეობს, მაგრამ ამ შემთხვევაში ინფექცია მაინც შეიძლება იყოს გადამდები. სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციებს აქვთ სერიოზული გავლენა სქესობრივ და რეპროდუქციულ ჯანმრთელობაზე და წარმოადგენენ საშვილოსნოსგარე ორსულობების, თვითნებური აბორტების, ნაადრევი მშობიარობების, ახალშობილთა პათოლოგიების განვითარების რისკ-ფაქტორებს. ორსულ ქალებში არანამკურნალები სიფილისი ინვესს მკვდრადშობადობას შემთხვევათა 25%-ში და ნეონატალურ სიკვდილობას შემთხვევათა 14%-ში.

ისეთი სგგ ინფექციები, როგორიცაა სიფილისი (ათაშანგი, ლუესი), გონორეა (ტრიპერი, სუსუნატი), საზარდულის ლიმფოგრანულოზი და რბილი შანკრი უძველეს დაავადებებს მიეკუთვნება. ხოლო ბოლო ასწლეულის მანძილზე აღმოჩენილი იქნა ისეთი სგგ ინფექციები როგორიცაა მიკოზი, ტრიქომონიაზი, ჰეპატიტი B და C, აივ ინფექცია, HPV, ასევე ჰერპესის ოჯახის ვირუსები და მიკოპლაზმების ჯგუფი. ამჟამად ყველაზე გავრცელებული ინფექციებია სიფილისი, გონორეა, ქლამიდია, ტრიქომონიაზი, გენიტალური ჰერპესი და ადამიანის პაპილომავირუსული ინფექცია.

სგგ ინფექციის შექმნის რისკფაქტორები არის შემდეგი:

- ✓ განათლების დაბალი დონე
- ✓ სიმპტომების არარსებობა მაგალითად ქლამიდიის, აივ ინფექციის, პაპილომა ვირუსის შემთხვევაში
- ✓ უმცირესობისადმი მიკუთვნებულობა (მონყვლადობა)
- ✓ ინფექციისაგან დაცვის ხელმიუწვდომლობა
- ✓ ბევრი პარტნიორი
- ✓ ალკოჰოლის ან ნარკოტიკების მოხმარება
- ✓ მამაკაცებთან სექსუალური კავშირის მქონე მამაკაცები
- ✓ უფრო ასაკოვანი პარტნიორი
- ✓ ძალადობა პაემნებზე & სექსუალური ძალადობა/გაუპატიურება
- ✓ პროსტიტუცია

სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციებისაგან თავის არიდების ანბანი

- ✓ A აბსტინენცია
- ✓ B პარტნიორული ერთგულება, მონოგამია
- ✓ C შემთხვევითი კავშირებისგან თავის არიდება და/ან თავდაცვა

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs110/en/>

http://www.who.int/topics/sexually_transmitted_infections/en/

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350სი
JUNE

1

ბავშვთა დაცვის
საერთაშორისო დღე

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

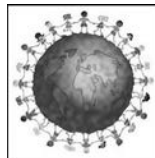
17:00

18:00

19:00

10350სი

ბავშვთა დაცვის საერთაშორისო დღე – 1950 წლიდან ყოველწლიურად 1 ივნისს მსოფლიოს მრავალ ქვეყანაში აღინიშნება. ეს დღე ქალთა საერთაშორისო დემოკრატიულმა ფედერაციამ 1949 წლის ნოემბერში დააწესა და წარმოადგენს შეხსენებას იმის შესახებ, რომ მსოფლიო ვალდებულია, უზრუნველყოს თითოეული ბავშვის კეთილდღეობა, რაც გულისხმობს მათი სიცოცხლისა და ჯანმრთელობის, ხელმისაწვდომი განათლებისა და ცხოვრების სათანადო პირობებით სარგებლობის უფლებათა განხორციელებას.



ბავშვთა ჯანმრთელობაზე ზრუნვა, მათი სიცოცხლის შენარჩუნება, დაცვა და განვითარება ჩვენი ქვეყნის ერთ-ერთ პრიორიტეტს წარმოადგენს, რადგანაც მომავალ თაობაზე ზრუნვა ქვეყნის განვითარების და პროგრესის განუყოფელი ნაწილია.

2

0360სი
JUNE

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 0360სი

თამბაქოს მეორადი კვამლი

- ✓ ბავშვების თითქმის ნახევარი რეგულარულად ისუნთქავს თამბაქოს კვამლით დაბინძურებულ ჰაერს;
- ✓ ბავშვების 40%-ზე მეტს, როგორც მინიმუმ, ერთი მწვევლი მშობელი ყავს;
- ✓ თამბაქოს კვამლის შემადგენლობაში შედის 400-ზე მეტი ქიმიური ნივთიერება, საიდანაც მინიმუმ 250 ცნობილია როგორც მავნე, ხოლო 50-ზე მეტი – როგორც კანცეროგენული ნივთიერება;
- ✓ ჩვილ ბავშვებში მეორადი კვამლი ზრდის უეცარი სიკვდილის რისკს, ორსულებში კი – მცირე წონის ნაყოფის დაბადების რისკს.



მოითხოვე თამბაქოს კვამლისაგან 100%-ით თავისუფალი გარემო!

0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

3

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

4

10:00

კვირა / SUNDAY

12:00

14:00

16:00

18:00

3-4 0350ს0

თამბაქო - დაბეგვრა და ფასი. თამბაქოს მოხმარების შემცირებისთვის უაღრესად ეფექტური მეთოდია თამბაქოს ნაწარმზე ფასების ზრდა მასზე გადასახადების ზრდის ხარჯზე. თამბაქოზე მაღალი ფასები ამცირებს მოწვევის დაწყების რისკს; ახდენს მომხმარებელთა სტიმულირებას თავი დაანებონ მოწვევას; ამცირებს მოწვეული თამბაქოს რაოდენობას ძლიერ დამოკიდებულ მწველეებში. მაღალი ფასები განსაკუთრებით უწყობს ხელს მოწვევის შეწყვეტას ახალგაზრდებში, ორსულებსა და მცირე შემოსავლიან მწველეებში.

თამბაქოს მოხმარებისა და მასთან დაკავშირებული ჯანმრთელობის ტვირთის შემცირებასთან ერთად, გადასახადების ზრდას მოაქვს მნიშვნელოვანი დამატებითი შემოსავლები სახელმწიფოსათვის. გადასახადების ზრდა მომგებიანია როგორც საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის, ისე ქვეყნის შემოსავლებისთვის. სახელმწიფოს გამრდილი ბიუჯეტის შემოსავალი შეიძლება გამოყენებულ იქნას ჯანმრთელობისა და სხვა საზოგადოებრივი სარგებელისათვის.

5

ივნისი
JUNE

ივნისი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

ორშაბათი/
MONDAY

გარემოს დაცვის მსოფლიო დღე

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 ივნისი

გარემოს დაცვის მსოფლიო დღე – 1972 წლის 15 დეკემბერს გაეროს გენერალურმა ასამბლეამ 5 ივნისი გარემოს დაცვის დღედ გამოაცხადა. ამ დღეს სტოკჰოლმში გაიხსნა გაეროს კონფერენცია, რომელიც ადამიანის საარსებო გარემოს პრობლემების განხილვას მიეძღვნა.

გარემოსდაცვითი დღის აღნიშვნა მიზნად ისახავს ადამიანთა ბუნების მიმართ პასუხისმგებლობის გაცნობიერებას, გარემოს მდგრადი განვითარებისათვის ხელშეწყობას და გარემოს შენარჩუნებისა და გაუმჯობესებისათვის ბრძოლაში საზოგადოების აქტიურ ჩართვას.



0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

6

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 0350ს0

ჰაერის დაბინძურება – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემების მიხედვით, ჰაერის დაბინძურება წარმოადგენს გარემოსთან დაკავშირებულ ერთ-ერთ უმთავრეს რისკს ჯანმრთელობისათვის, რაც ექსპერტთა შეფასებით ყოველწლიურად მსოფლიოს მასშტაბით 2 მილიონი ადამიანის ნაადრევი სიკვდილის მიზეზი ხდება. მტვრის ნაწილაკების მუდმივი ზემოქმედება აძლიერებს გულ-სისხლძარღვთა და რესპირატორული დაავადებების, ასევე ფილტვის კიბოს განვითარების რისკს. ამასთან, ატმოსფერული ჰაერის მტვრით დაბინძურების დონის 70 მკგ/მ³-დან 20 მკგ/მ³-მდე შემცირების შემთხვევაში, შესაძლებელია ჰაერის დაბინძურებით განპირობებული სიკვდილიანობის შემცირება თითქმის 15%-ით.



www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/air-quality/publications

7

0360სი
JUNE

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 0360სი

საქართველოს მოსახლეობის დიდი ნაწილი მხარს უჭერს თამბაქოს კონტროლის ღონისძიებების გაძლიერებას ქვეყანაში – სოციალური კვლევისა და ანალიზის ინსტიტუტის მიერ განხორციელებული კვლევის – თამბაქოსგან თავისუფალი გარემოს მიმართ საზოგადოების დამოკიდებულების შესწავლა – შედეგებით საჯარო და კულტურულ დაწესებულებათა შენობებში, ყველა სახის ოფისებში და სანარმოთა შენობებში მონევის აკრძალვის მხარდაჭერა თითქმის აბსოლუტურია და ვარირებს 89-92%-ის ფარგლებში. რესტორნებში, კაფეებში და საზ.კვების სხვა ობიექტებში მონევის აკრძალვის მხარდაჭერის დონე 79.1%-ია. რეკლამის და პოპულარიზაციის აკრძალვას მხარს 91.8% უჭერს. საერთო ჯამში, საქართველოს მოსახლეობის გამოკვეთილი უმრავლესობა (თითქმის 72%) მხარს უჭერს ყველა ზემოქანამოთვლილ აკრძალვას. რესტორნების, კაფეების და სხვა საზოგადოებრივი კვების ობიექტების შენობებში მონევის აკრძალვის მომხრე რესპოდენტების აზრით, აკრძალვა უნდა ამოქმედდეს უახლოეს მომავალში – 6 თვეში (ამ ჯგუფის რესპოდენტების 74.8%).

0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

8

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 ივნისი

თამბაქოს მოხმარება იწვევს: სასუნთქი და გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებებს; ფილტვის, შარდის ბუშტის, საშვილოსნოს ყელის, სწორი ნაწლავის, პირის ღრუს, ხორხის კიბოს; იშპოტენციას; ორსულებში – ნაადრევი მშობიარობის, პლაცენტის აშრევების, მცირეწონიანი ნაყოფის დაბადების და მკვდრადშობადობის რისკს; და ა.შ. თამბაქოს მომხმარებლებში:

- ✓ 61%-ით მაღალია დიაბეტის განვითარების ალბათობა;
- ✓ 25-ჯერ მომატებულია ფილტვის კიბოს რისკი;
- ✓ 2-4-ჯერ მეტია ინფარქტით და 12-14-ჯერ მეტია ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადებით გარდაცვალების რისკი;
- ✓ თამბაქოს მოხმარებით გამოწვეული დაავადებებით ყოველ 6 წაში 1 ადამიანი იღუპება;
- ✓ მწველ მამაკაცებში სიცოცხლის ხანგრძლივობა 13.2, ხოლო ქალებში 14.5 წლით მცირდება.



9

0360სი
JUNE

პარასკევი/
FRIDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 ივნისი

არაგადაძაბვით დაავადებათა რისკ-ფაქტორების კვლევა (STEPS) – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მეთოდოლოგია – STEPs კვლევა 3-ეტაპიანია. I ეტაპზე გროვდება ინფორმაცია სოციალ-დემოგრაფიულ მონაცემებისა და ჩვევითი რისკ-ფაქტორების (თამბაქო, ალკოჰოლი, არაჯანსაღი კვება, დაბალი ფიზიკური აქტიურობა) შესახებ; II ეტაპზე ტარდება ფიზიკური გამოცდები (სიმაღლე, წონა, არტერიული წნევა, პულსი); III ეტაპი ითვალისწინებს სისხლისა და შარდის ნიმუშის აღებას. 2016 წლის კვლევისას, ჩვენს ქვეყანაში განისაზღვრა სისხლში – გლუკოზა, საერთო ქოლესტერინი, მაღალი სიმკვრივის ქოლესტერინი, ხოლო შარდში – კრეატინინი და ნატრიუმის რაოდენობა. STEPs კვლევა საქართველოში კვლევა ორჯერ განხორციელდა, პირველად 2010 წელს, ხოლო მეორედ – 2016 წელს. კვლევაში მონაწილეობდა შემთხვევითად შერჩეული 4164 მოქალაქე, ლაბორატორიული გამოკვლევა ჩატარდა 3266 მოქალაქეს.



0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

10

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

11

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

10 – 11 0350ს0

საქართველოს კანონი „პაციენტის უფლებების შესახებ“ – პაციენტს უფლება აქვს სამედიცინო მომსახურების გამწვევისაგან მიიღოს სრული, ობიექტური, დროული და გასაგები ინფორმაცია: სამედიცინო მომსახურების არსებული რესურსებისა და მათი მიღების სახეების, საფასურისა და ანაზღაურების ფორმების შესახებ; საქართველოს კანონმდებლობითა და სამედიცინო დანესწესებულების შინაგანანგისით განსაზღვრული პაციენტის უფლებებისა და მოვალეობების შესახებ; განმარტებული პროფილაქტიკური, დიაგნოსტიკური, სამკურნალო და სარეაბილიტაციო მომსახურების, მათი თანმხლები რისკისა და შესაძლო ეფექტიანობის შესახებ; სამედიცინო გამოკვლევების შედეგების შესახებ; განმარტებული სამედიცინო მომსახურების სხვა, ალტერნატიული ვარიანტების, მათი თანმხლები რისკისა და შესაძლო ეფექტიანობის შესახებ; განმარტულ სამედიცინო მომსახურებაზე განცხადებული უარის მოსალოდნელი შედეგების შესახებ; დიაგნოზისა და სავარაუდო პროგნოზის, აგრეთვე მკურნალობის მიმდინარეობის შესახებ; სამედიცინო მომსახურების გამწვის ვინაობისა და პროფესიული გამოცდილების შესახებ.

12

0360სი
JUNE

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 0360სი

საქართველოს კანონი „პაციენტის უფლებების შესახებ“ – სამედიცინო მომსახურების გამწვევი ვალდებულია პაციენტის შესახებ მის ხელთ არსებული ინფორმაციის კონფიდენციალობა დაიცვას როგორც პაციენტის სიცოცხლეში, ისე მისი სიკვდილის შემდეგ. სამედიცინო მომსახურების გამწვევის მიერ კონფიდენციალური ინფორმაციის გამჟღავნება დასაშვებია, თუ: მიღებულია პაციენტის თანხმობა; ინფორმაციის გაუმჟღავნებლობა საფრთხეს უქმნის მესამე პირის სიცოცხლეს ან/და ჯანმრთელობას; სასწავლო ან სამეცნიერო მიზნით პაციენტის შესახებ ინფორმაციის გამოყენებისას მონაცემები ისეა წარმოდგენილი, რომ შეუძლებელია პიროვნების იდენტიფიკაცია; ინფორმაცია შეეხება ოჯახში ძალადობის შესაძლო ჩადენის ფაქტს ან/და არსებობს ძალადობის განმეორების საშიშროება და ეს ინფორმაცია მიენიჭება მხოლოდ შესაბამის სახელმწიფო ორგანოს პაციენტის უფლებებისა და ინტერესების დასაცავად; ამას ითვალისწინებს საქართველოს კანონმდებლობა.



0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

13

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 0350ს0

ინსექტიციდები – ინსექტიციდები ქიმიური პრეპარატებია, რომლითაც ებრძვიან მწერებს, მათ კვერცხებსა და მატლებს. სხვადასხვა გვარისა და სახეობის მწერების გასანადგურებლად გამოიყენება ინსექტიციდები, რომლებიც მიეკუთვნება ქიმიურ შენაერთთა სხვადასხვა კლასს: პირეტროიდები, ფოსფორ-განული და ქლორორგანული ნივთიერებები. სამედიცინო დეზინსექციაში გამოყენებადი ინსექტიციდების მიმართ არსებობს განსაკუთრებული მოთხოვნები. მაღალი ეფექტურობის გარდა, ეს საშუალებები უნდა იყოს ეკოლოგიურად უსაფრთხო, როგორც ადამიანისათვის, ისე ცხოველებისათვის.



14

0350სი
JUNE

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 0350სი

უანგარო დონორის მსოფლიო დღე – 14 ივნისს, ყოველწლიურად, WHO-სა და “წითელი ჯვრის” პატრონაჟით მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში აღინიშნება სისხლის დონორთა მსოფლიო დღე, რომლის მიზანს წარმოადგენს უსაფრთხო სისხლისა და სისხლის პროდუქტების მნიშვნელობის შესახებ მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლება და მადლიერების გამოხატვა ყველა იმ დონორის მიმართ, რომელიც ნებაყოფლობით და უანგაროდ გასცემს სისხლს ადამიანების სიცოცხლის გადასარჩენად.



სისხლის უანგარო, რეგულარული დონორობა მთელს მსოფლიოში საბაჟო და საპატიოა!

www.who.int; www.ncdc.ge

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350სი
JUNE

15

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 0350სი

დამწვრობა – დამწვრობისგან თავის დასაცავი საუკეთესო გზა პრევენციაა. 0-5 წლის ასაკის ბავშვებისთვის ყველაზე ჩვეული და გავრცელებული დაზიანება დამწვრობაა. ჩვილის და ბავშვის ნაზი კანის გამო დამწვრობა სწრაფად და უფრო ღრმად ვრცელდება.

- ✓ არ დატოვოთ ცხელი ქვაბი გაშქურის ნაპირზე;
- ✓ შეზღუდეთ ცხელი სითხეების ხელმისაწვდომობა;
- ✓ შეამოწმეთ წყლის ტემპერატურა ბაშვის აბაზანაში;
- ✓ არ დატოვოთ ბავშვი უყურადღებოდ სამზარეულოსა და აბაზანაში.



16

0360სი
JUNE

პარასკევი/
FRIDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 0360სი

რაბოზ უნდა გავიღოთ სისხლი?

- ✓ სისხლი შეიძლება დაჭირდეს ნებისმიერ ადამიანს, ნებისმიერ დროს. მისი საჭიროება განსაკუთრებით მაღალია ავტოკატასტროფების, დამწვრობების, გულის ოპერაციების, გართულებული მშობიარობის, ანემიების, სიმსივნეების დროს;
- ✓ სისხლი და სისხლის პროდუქტები მუდმივად სჭირდებათ უმძიმეს პაციენტებს, მათ შორის ბავშვებს;
- ✓ სისხლის და სისხლის პროდუქტების შემცველი ხელოვნური ხსნარები არ არსებობს. სისხლის პროდუქტების მიღების ერთადერთი გზა სისხლის ჩაბარებაა;
- ✓ სისხლის ვარგისიანობის მაქსიმალური ვადაა 42 დღე, თრომბოციტები ინახება მხოლოდ 5 დღე, სისხლის მარაგის შესაქმნელად საჭიროა სისხლის რეგულარული ჩაბარება.



www.ncdc.ge; www.donori.ncdc.ge

0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

17

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

18

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

17 - 18 0350ს0

მნიშვნელოვანი ფაქტები სისხლის დონაციის საჭიროების შესახებ

- ✓ სტატისტიკის მიხედვით, საქართველოში სისხლის გადასხმა წელიწადში 10-15 ათას ადამიანს სჭირდება. საშუალოდ თითო პაციენტზე იხარჯება 4 ერთეული სისხლი;
- ✓ დონორული სისხლის ყოველი ერთეულიდან მზადდება 3 კომპონენტი – ერითროციტული მასა, პლაზმა და თრომბოციტული მასა, რაც ნიშნავს, რომ ერთი დონორის სისხლი შეიძლება გამოყენებული იქნას 3 სხვადასხვა პაციენტისათვის;
- ✓ სისხლის პროდუქტები ყოველთვის დეფიციტია და სისხლის ჩაბარება არასოდეს არის უსარგებლო ან ზედმეტი გარჯა; სისხლის პროდუქტების მიღების ერთადერთი გზა სისხლის ჩაბარებაა;
- ✓ ყველა ჯანმრთელ, მრდასრულ ადამიანს შეუძლია სისხლის ჩაბარება 2 თვეში ერთხელ, წელიწადში 5-6-ჯერ, საკუთარი ჯანმრთელობისათვის აბსოლუტურად უსაფრთხოდ. www.ncdc.ge; www.donori.ncdc.ge



19

0350სი
JUNE

ორშაბათი/
MONDAY

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 0350სი

სისხლის დონორი შეიძლება გახდეს ნებისმიერი ჯანმრთელი
ადამიანი 18-დან 65 წლამდე თუ:

- ✓ თქვენი წონა 50 კგ და მეტია;
- ✓ არ გაქვთ გადატანილი ჰეპატიტი B ან C, სიფილისი;
- ✓ არ ხართ დაავადებული აივ ინფექციით, სიფილისით, მალარიით;
- ✓ არ ხართ ნარკოტიკების მომხმარებელი.

ცხელი ხაზი: 1505; 255 39 39

www.ncdc.ge, www.donori.ncdc.ge, fb.com/gaxdidonori



გახდი დონორი
გაიღე სისხლი

გადაურჩინე სიცოცხლე

0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

20

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 0350ს0

სულ უმნიშვნელო ფიზიკურმა აქტიურობამაც კი შესაძლებელია დადებითი გავლენა იქონიოს ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე.

- ✓ ყოველდღიური მსუბუქი, 10 წუთიანი ვარჯიში შეგინარჩუნებთ მოქნილობას, თავიდან აგაცილებთ ან უბრალოდ შეგიმსუბუქებთ: კისრის, მხრების, მუხლების, ზურგის, ფეხისა და ხელის თითების, ფეხის ტერფების ტკივილს, დაჭიმულობასა და დისკომფორტს.
- ✓ რეგულარულ ფიზიკურ აქტივობას შეუძლია: ძვალ-კუნთოვანი, გულ-სისხძარღვთა და სასუნთქი სისტემების მდგომარეობის გაუმჯობესება.
- ✓ რეგულარული ფიზიკური აქტივობით დაკავებულ ადამიანებს ძალიან დაბალი რისკი აქვთ: გულის იშემიური დაავადებების, მაღალი არტერიული წნევის, ინსულტის, დიაბეტის, დეპრესიის, სიმსუქნის, სწორი ნაწლავისა და ძუძუს კიბოს განვითარების. www.donori.ncdc.ge



21

0360სი
JUNE

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 0360სი

ვირუსული ჰემორაგიული ცხელება – ღვიძლის მძიმე დაზიანებითა და სისხლდენით მიმდინარე დაავადებათა ჯგუფია. გავრცელებულია აფრიკისა და ამერიკის ტროპიკულ/სუბტროპიკულ ზონებში. გამომწვევითა ძირითადი რეზერვუარი პრიმატებია. გადამტანები ვარირებს ვირუსის სახეობების მიხედვით. ინფექციათა ამ ჯგუფის პრევენციის მთავარი მიმართულება გადამტანებისგან თავის დაცვაა. ზოგიერთ ტროპიკულ ქვეყანაში მოგზაურთათვის ყვითელი ცხელების (ერთ-ერთი ვირუსული ჰემორაგიული ცხელება) სანინალმდეგო ვაქცინაცია სავალდებულოა.



0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

22

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 0350ს0

წამალდამოკიდებულება – გაეროს ნარკოტიკებისა და დანაშაულის წინააღმდეგ ბრძოლის ბიუროს (UNODC, 2012) მონაცემებით მსოფლიოში დაახლოებით 200 მილიონი ადამიანი არალეგალურად მოიხმარს ნარკოტიკულ საშუალებებს. 1987 წლის 7 დეკემბერს გაეროს გენერალურმა ასამბლეამ მიიღო გადაწყვეტილება 26 ივნისი ნარკოტიკების მოხმარებისა და არალეგალური ბრუნვის წინააღმდეგ ბრძოლის მსოფლიო დღედ გამოცხადების შესახებ. მისი მიზანია ნარკოტიკების მოხმარებით გამოწვეული პრობლემების შესახებ მოსახლეობის ინფორმირებულობის ამაღლება, რათა ხელი შეუწყოს ნარკომანიისგან თავისუფალი გარემოს შექმნას.



www.ncdc.ge

23

0360სი
JUNEპარასკევი/
FRIDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 0360სი

ევროპის ალკოჰოლისა და სხვა ნარკოტიკების სასაოქო პროექტის (ESPaD 2015) – 2015 წლის მონაცემებით 16 წლის ქართველ მოსწავლეებში სიცოცხლის განმავლობაში მარიხუანას მოხმარება 11%-ია (ბიჭი – 19%, გოგონა – 3%); უკანასკნელი 12 თვის განმავლობაში – 8%-ია (ბიჭი – 14%, გოგონა – 1.5%); უკანასკნელი 30 დღის განმავლობაში კი – 4% (ბიჭი – 7%, გოგონა – 0.5%). მარიხუანის გარდა ყველაზე გავრცელებული ნარკოტიკებია – ტრანკვილიზატორები და სედატიური საშუალებები (ექიმის დანიშნულების გარეშე) – 11%, მაგიური სოკოები (3%), ტაბლეტები (მედიკამენტები) ალკოჰოლურ სასმელებთან ერთად ნარკოტიკული თრობის „კაიფის“ მისაღწევად (3%), „ბიო“ სპაისი (2.6%), პალუცინოგენები (2%) და ტკივილგამაყუჩებლები „კაიფის“ მისაღწევად (2%). 12%-ს სიცოცხლის განმავლობაში ერთხელ მაინც გაუსინჯავს ინჰალანტები, 6%-ს კი – უკანასკნელი 12 თვის განმავლობაში. 7%-ს ოდესმე მოუხმარია ახალი ნივთიერებები.

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350სი
JUNE

24

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

25

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

24 - 25 0350სი

ალკოჰოლის, თამბაქოსა და სხვა ნარკოტიკის მოხმარების შემსწავლელი ევროპის სასკოლო კვლევა (ESPAD – European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs)

ESPAD კვლევა წარმოადგენს ნარკოტიკებისა და ნარკოტიკზე დამოკიდებულების მონიტორინგის ევროპული ცენტრის (EMCDDA) სტანდარტულ ინსტრუმენტს, რომლის საშუალებითაც ევროპის უმრავლეს ქვეყანაში სპეციალურად შემუშავებული სტანდარტული კითხვარით და მეთოდოლოგიით ხდება ინფორმაციის შეგროვება. ESPAD კვლევა ტარდება 4 წელიწადში ერთხელ. საქართველოში ESPAD კვლევა პირველად განხორციელდა 2015 წელს დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის მიერ.

ESPAD

26

ივნისი
JUNEორშაბათი/
MONDAYნარკომანიასთან ბრძოლის
საერთაშორისო დღე

ივნისი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 ივნისი

ნარკომანიასთან ბრძოლის საერთაშორისო დღე – გაერთიანებული ერების გენერალური ასამბლეის მიერ, 26 ივნისი გამოცხადებულია ნარკომანიასთან და ნარკოტიკების უკანონო ბრუნვასთან ბრძოლის საერთაშორისო დღედ და 1987 წლიდან ის ყოველწლიურად აღინიშნება. ნარკომანიასთან და ნარკოტიკების უკანონო ბრუნვასთან ბრძოლის საერთაშორისო დღის მიზანია კიდევ ერთხელ შეახსენოს მოსახლეობას, რომ ნარკოტიკების მოხმარება სერიოზულ საფრთხეს უქმნის მოსახლეობის ჯანმრთელობას, მის კეთილდღეობას, უარყოფით გავლენას ახდენს ურთიერთობებზე, ანგრევს ოჯახურ ცხოვრებას, ხელს უშლის განათლების მიღებასა და დასაქმებას. განსაკუთრებით დიდ საფრთხეს ახალგაზრდებისათვის და მათი მომავალი ცხოვრებისათვის წარმოადგენს.



ნარკოტიკების მოხმარება

0350სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350სი
JUNE

27

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 0350სი

წამალდამოკიდებულება – ნარკომანიით დაავადებულ პირთა რეაბილიტაციისა და ჩანაცვლებითი თერაპიის უზრუნველყოფის მიზნით ქვეყანაში მეტადღონით ჩანაცვლებითი სახელმწიფო პროგრამა ფუნქციონირებს. 2016 წლის ოქტომბრის მონაცემებით სულ ჩანაცვლებით პროგრამაში ჩართულია 3530 პირი, მათ შორის 2780 – სახელმწიფო პროგრამის, ხოლო 750 – გლობალური ფონდის პროგრამის ფარგლებში. ნარკოტიკების მოხმარების წინააღმდეგ ბრძოლაში ასევე მნიშვნელოვანია ეროვნული და საერთაშორისო არასამთავრობო ორგანიზაციების როლი. 2006 წლიდან საქართველოში ზიანის შემცირების ეროვნული ქსელი ფუნქციონირებს, რომელიც ამჟამად 26 არასამთავრობო ორგანიზაციას აერთიანებს. ნარკოტიკების არალეგალურ მოხმარებასთან დაკავშირებული ხარჯები მნიშვნელოვანია და ტვირთად აწევა სახელმწიფოს. იზრუნე საკუთარ და მეგობრების მხვიდ ცხოვრებაზე, უარყავი ნარკოტიკები!



28

0360სი
JUNE

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 0360სი

ალკოჰოლის საზიანო მოხმარების შემცირების ეროვნული სტრატეგია – ალკოჰოლის საზიანო გამოყენება წარმოადგენს ჯანმრთელობის სერიოზულ პრობლემას მთელი მსოფლიოს მასშტაბით. ყოველწლიურად, ალკოჰოლის საზიანო გამოყენებით დაახლოებით 3.3 მილიონი ადამიანი კვდება და მათგან დაახლოებით 10% 15-29 წლის ასაკისაა. ალკოჰოლის საზიანო გამოყენება ჯანმრთელობის მესამე ნამყვან რისკ-ფაქტორად მოიაზრება და მისი წილი საერთო სიკვდილიანობაში 4%-ს აჭარბებს. ალკოჰოლთან დაკავშირებული მიზეზით გამოწვეული სიკვდილიანობა ევროპის ქვეყნებში საერთო სიკვდილიანობის დაახლოებით 12%-ს შეადგენს. 2010 წლის მონაცემებით ევროპაში ალკოჰოლის საზიანო მოხმარებასთან ასოცირებულია ღვიძლის ციროზის 10 დან 7 შემთხვევა, კიბოს ყველა შემთხვევის 3-5% და ტრავმების 27% მამაკაცებში და 6% ქალებში. ალკოჰოლის ჭარბი მოხარებით გამოწვეული სიკვდილობის 90% ასოცირებულია კიბოს, ღვიძლის ციროზსა და ტრავმებთან.


www.ncdc.ge

0350ს0/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

0350ს0
JUNE

29

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 ივნისი

ალკოჰოლის საზიანო მოხმარების შემცირების ეროვნული სტრატეგია – ალკოჰოლის საზიანო მოხმარების შემცირების ეროვნული სტრატეგია მიზნად ისახავს ისეთი საკითხების რეგულირებას, როგორიცაა: პოლიტიკის მართვა, საზოგადოებრივი ცნობიერების ამაღლება; ნახვამ მდგომარეობაში სატრანსპორტო საშუალების მართვის სანიშნაულმდეგო კანონმდებლობის სრულყოფა და შესაბამისი ქმედებების რეალიზება; ალკოჰოლური სასმელების ხელმისაწვდომობის შემცირება; ალკოჰოლური სასმელების მარკეტინგის შეზღუდვა; ალკოჰოლის მოხმარებისა და ალკოჰოლური ინტოქსიკაციების ნეგატიური შედეგების შემცირება; საზოგადოების ჯანმრთელობაზე არაღელვარად წარმოებული ალკოჰოლის გავლენისა და ზემოქმედების შემცირება; ფასების პოლიტიკა (რეგულირება); ჯანმრთელობის სერვისების განვითარება და სხვ. www.ncdc.ge



30

0360სი
JUNEპარასკევი/
FRIDAY

0360სი/JUNE

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 ივნისი

ალკოჰოლი 4-დან 1 უბედური შემთხვევა დაკავშირებულია ალკოჰოლის ჭარბ (დღეში ≥ 20 გ სპირტი) მოხმარებასთან.

ალკოჰოლური სასმელების ჭარბი მოხმარება

- 46%-ით ზრდის სიმსუქნის რისკს!
- ზრდის დიაბეტისა და სხვადასხვა ორგანოს – პირის ღრუს, საყლაპავი მილის, ხორხის, ძუძუს, ღვიძლის, კუჭის კიბოს განვითარების რისკს!
- აირჩიე ჯანსაღი ცხოვრების წესი!



დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის სახელმწიფო პროგრამები

ცენტრის ერთ-ერთ ძირითად ფუნქციას საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის სახელმწიფო პროგრამების განხორციელება წარმოადგენს. ჯანმრთელობის დაცვის ხელშეწყობის, ცხოვრების ჯანსაღი წესის დამკვიდრებისა და დაავადებათა პროფილაქტიკაზე მიმართული პროგრამები ხელს უწყობს გადამდებ და არაგადამდებ დაავადებათა პრევენციას და ახდენს სახელმწიფო დანახარჯების ოპტიმიზაციას.

დავსაცეს-ს მიერ განხორციელებული პროგრამებიდან ყველაზე დიდ ისტორიას იმუნიზაციის და პილ-ზაღამაღმალლობის პროგრამები ითვლის. იმუნიზაციის გზით მოსახლეობის მართვადი ინფექციებისაგან დაცვის მიზნით ცენტრი უზრუნველყოფს როგორც რუტინული იმუნიზაციისათვის აუცილებელი ვაქცინების, ასევე სპეცი-ფიური პრაქტიკის (ბოტულიზმის, დიფტერიის, ტეტანუსის, გველის შხამის სანინალმდეო ანატოქსინი), ანტირაბიული ვაქცინის, იმუნოგლობულინისა და ასაცრელი მასალების შესყიდვას, შენახვასა და გაცემას-განაწილებას „ცივი ჰაჭვის“ პრინციპის დაცვით, ცენტრალური დონიდან ადმინისტრაციულ ერთეულებამდე. პროგრამული ღონის-ძიებებით საქართველოს ნებისმიერი მოქალაქისათვის იმუნიზაციის სერვისებზე გეოგრაფიული და ფინანსური ხელმისაწვდომობა სრულად გარანტირებულია.

რაც შეეხება პილ-ზაღამაღმალლობის პროგრამას, მას უმნიშვნელოვანესი როლი უკავია ქვეყანაში კეთილ-სამიერო ეპიდემიომარების შენარჩუნების თვალსაზრისით. პროგრამული ღონისძიებები 2007 წლიდან უწყვეტ რეჟიმში მიმდინარეობს და ფოკუსირებულია გადამდებ დაავადებათა დროულად გამოვლენის გაუმჯობესებაზე ეპიდემიამდევლობისა და ლაბორატორიულ სამსახურებზე დაფუძნებული სისტემის გამართული მუშაობის გზით, ასევე სამედიცინო სტატისტიკური სისტემის მუშაობის მრუნველყოფაზე და მალარიისა და სხვა პარაზი-ტული დაავადებების პროფილაქტიკისა და კონტროლის გაუმჯობესებაზე.

2011 წლიდან ცენტრის როლი ჯანდაცვის პრევენციული პროგრამების ადმინისტრირების კუთხით განსაკუთ-რებულად გაიზარდა. ცენტრში სამართავად გადმოვიდა დაავადებათა ადრეული გამოვლენა და სკრინინგის, უსაფრთხო სისხლის, პროფესიულ დაავადებათა პრევენციის, ტუბერკულოზის მართვის, აივ-ინფექცია/მიდსის და დედთა და ბავშვთა ჯანმრთელობის პროგრამები.

დაავადებათა აღრეული გამოვლენა და სკრინინგის პროგრამის მთავარ მიზანს დაავადებათა ადრეული გამოვლენისა და გავრცელების პრევენციის უზრუნველყოფა წარმოადგენს. პროგრამა მოიცავს შემდეგ კომპონენ-ტებს: კიბოს სკრინინგის კომპონენტი – ჯანმოს მონაცემებით საქართველოში არაგადამდები დაავადებებით გამოწვეული სიკვდილობის წილი 94%-ს შეადგენს, მათგან 14% აპოპროსტიტის სიმსივნეებშია. ავთვისებიანი სიმსივნეებით გამოწვეული სიკვდილობის მაჩვენებელი დიდად არის დამოკიდებული დაავადების გამოვლენის სტადიაზე, ვინაიდან პრევენციური პათოლოგიებისა და სიმსივნის ნაადრევ სტადიაზე გამოვლენა ხელს უწყობს ჩატარებული მკურნალობის ეფექტურობის ამაღლებასა და პაციენტთა სიცოცხლის გახანგრძლივებას. სწორედ აღნიშნული მტკიცებულებების საფუძველზე, პროგრამის ფარგლებში სახელმწიფოს მხრიდან გეოგრაფიული ხელმისაწვდომობის პრინციპის გათვალისწინებით სრულად იფარება ძმშს, სპეციმოსნოს ყალის, კოლორექ-ტული და პროსტატის კიბოს სკრინინგი, რათა კიბოს გამოვლენის მიზნით ჩატარებულმა სკრინინგულმა კვლე-ვებმა ქვეყნის მასშტაბით მნიშვნელოვან შეამციროს ონკოლოგიური დაავადებებით გამოწვეული სიკვდილობა.

ბავშვთა ასაკის განვითარების უზრუნველყოფის პროგრამა და სკრინინგის კომპონენტი – იმ რეალო-ბის გათვალისწინებით, როდესაც მსოფლიოში ბავშვთა 10-20%-ს აღენიშნება მენტალური განვითარების პრობლე-მები. განვითარების და ქვეყნის პრობლემების მქონე პაციენტთა ადრეული იდენტიფიკაციასა და დროული ინტერვენ-ციების განხორციელებას კრიტიკული მნიშვნელობა აქვს. ვინაიდან დროული გამოვლენისა და მკურნალობის გარეშე მენტალური პრობლემები ღრმადდება და მძიმე გავლენას ახდენს ბავშვის განვითარებაზე და ხშირად ასეთი ბავშვები ექცევიან სტიგმის ქვეშ, იმყოფებიან იზოლაციაში და განიცდიან დისკრიმინაციას.

პილ-ზაღამაღმალობის დიანგნოსტიკა და ზაღამაღმალობის კომპონენტი ემსახურება ეპიდემიოლოგიური დაავადებულთა გამოვლენას, დაავადების მართვის ოპტიმიზაციას, ფსიქო-სოციალურ რეაბილიტაციას. პროგრამული ღონის-ძიებებიდან ეპიდემიოლოგიური გულყრების ამოცნობას კარდინალური მნიშვნელობა აქვს პაციენტის დროული დიაგნოსტიკის, ადექვატური მკურნალობის ეფექტურობის, ფსიქო-სოციალური სრულფასოვნების შენარჩუნებისა და სრული გამოჯანმრთელებისათვის.

უსაფრთხო სისხლის პროგრამა – მსოფლიოში უამრავი ადამიანის სიკვდილის მიზეზს წარმოადგენს უსაფრთხო სისხლზე ხელმისაწვდომობის არ არსებობა. შესაბამისად, სისხლისა და სისხლის კომპონენტების უსაფრთხოების საკითხის უზრუნველყოფა ყველა ქვეყნის ჯანდაცვის სისტემის შემადგენელ აუცილებელ კომპონენტს წარმოადგენს. წარმოდგენილი პროგრამა ემსახურება ტრანსფუზიით გადამდები დაავადებების გავრცელებისა და ზაღამაღმალობის რეპროდუქციის დაწევის მიზნით, პროგრამის ფარგლებში უზრუნველყო-ფილია სისხლის ბანკების მიერ დონორული სისხლის კვლევა B და C პეპტიდზე, აივ-ინფექცია/მიდსსა და ათაშანგზე. ამასთან, პროგრამის პრიორიტეტულ ამოცანას წარმოადგენს უნეგარო დონაციებით ფასიანი დონორობის ეტაპობრივი ჩანაცვლება. სასიხარულოა ის გარემოება, რომ სისხლის ბანკებთან თანამშრომლობით შესაძლე-ბები გახდა უნეგარო დონაციების სამიწნე მაჩვენებლის ყოველწლიურად 10%-იანი მატება.

ტუბერკულოზის მართვა – ტუბერკულოზი, რომელიც საზოგადოებრივ ჯანდაცვით პრობლემათა შორის გან-საკუთრებულია და წელიწადში მსოფლიოში 1.5 მილიონ ადამიანს კლავს, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის სისტემისათვისაც დიდ პრობლემას წარმოადგენს. პროგრამის ფარგლებში, ცენტრი ახორ-

ციელებს დაავადების ეპიდემიადამხედველობას (დადასტურებული მგბ+ შემთხვევების კონტაქტების კვლევა), ტუბერკულოზის დიაგნოსტიკისთვის საჭირო ლაბორატორიულ კვლევებს, მკურნალობაში ჩართული პაციენტების უზრუნველყოფას ტუბერკულოზის სამკურნალო პირველი რიგის მედიკამენტებით (პროგრამული სერვისის მიმწოდებლის საშუალებით) და პაციენტთა მკურნალობაზე დამყოლობის გაუმჯობესების ღონისძიებებს.

აიგ-ინფექცია/მიდის რჩება ერთ-ერთ ყველაზე სერიოზულ პრობლემად გლობალური ჯანმრთელობის გამოწვევებს შორის. მიუხედავად იმისა, რომ საქართველო აიგ ინფექციის დაბალი გავრცელების მქონე ქვეყნების რიცხვს მიეკუთვნება, აღმოსავლეთ ევროპისა და ცენტრალური აზიის ქვეყნების მსგავსად, ჯერ კიდევ შეინიშნება აიგ ინფექციის ზრდის ტენდენცია და შესაბამისად, არსებობს ეპიდემიის ზრდის საშიშროება. ცენტრის მიერ განხორციელებული პროგრამის მთავარ მიზანს აიგ ინფექციის/მიდის ახალი შემთხვევების დროულად გამოვლენა და აიგ ინფექციის/მიდის გავრცელების შეფერხება წარმოადგენს. ყოფილი საბჭოთა კავშირის ქვეყნების მსგავსად აიგ ინფექციის გადაცემის წამყვან გზას ინექციური ნარკოტიკების მოხმარება წარმოადგენს, ამასთან, როგორც რუტინული, ასევე ბიომარკერული კომპონენტით ქცევაზე ზედამხედველობის ბოლოდროინდელი კვლევების მონაცემებით, შეინიშნება ჰომოსექსუალ მამაკაცებში ეპიდემიის პოტენციური ზრდა. აქედან გამომდინარე, პროგრამის მთავარი ამოცანაა მაღალი რისკის ჯგუფების აიგ ინფექციის/მიდის ახალი შემთხვევების სკრინინგი და დროულად გამოვლენა. ასევე, გარდა აღნიშნული ჯგუფებისა, ვინაიდან, საქართველო B და C ჰეპატიტების მაღალი გავრცელების ქვეყანას წარმოადგენს, პროგრამა ითვალისწინებს B და C ჰეპატიტის დიაგნოზის მქონე პაციენტების აიგ ინფექციის/მიდის სკრინინგს.

დადატა და ბავშვთა ჯანმრთელობა – დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობის გაუმჯობესება მთელს მსოფლიოში უმნიშვნელოვანეს ამოცანას წარმოადგენს. პროგრამული ღონისძიების ფარგლებში ანტენატალური ვიზიტების სწორად დაგეგმვა და სრულყოფილი კონსულტირება პერინატალური ავადობის/ სიკვდილიანობის და დედათა სიკვდილის შემთხვევების პრევენციის საწინდარია. ცენტრის მიერ განხორციელებული კომპონენტი გულისხმობს ანტენატალური მეთვალყურეობის კომპონენტში ჩართული ორსულების სკრინინგული კვლევებისათვის საჭირო ტესტ-სისტემებით (B და C ჰეპატიტის, აიგ-ინფექციის/მიდის და სიფილისის) და სახარჯი მასალებით უზრუნველყოფას, ასევე აღნიშნულ ინფექციებზე სკრინინგით დადებითი შემთხვევების კონფირმაციულ დიაგნოსტიკას და B ჰეპატიტით ინფიცირებული დედების ახალშობილებისათვის B ჰეპატიტის იმუნოგლობულინის შესყიდვას. პროგრამის ფარგლებში ასევე უზრუნველყოფილია ქ. თბილისის მასშტაბით არსებულ ყველა სამშობიარო სახლში ახალშობილთა სმენის სკრინინგული გამოკვლევა, რომლის უპირველესი ამოცანაა ბავშვებში თანდაყოლილი სმენაქუცმეტის გამოვლენა, რასაც გადამწყვეტი მნიშვნელობა ენიჭება ახალშობილის შემდგომი დამატებითი გართულებების პრევენციისათვის.

პროფესიულ დაავადებათა პრევენცია – დასაქმებულთა ჯანმრთელობის დაცვა და შენარჩუნება სახელმწიფოს ერთ-ერთ უმნიშვნელოვანესი ფუნქციაა, რომელიც სახელმწიფოს სოციალური პოლიტიკის საფუძველს წარმოადგენს. პროგრამის მიზანია დასაქმებული მოსახლეობის ჯანმრთელობის დაცვა პროფესიული და პროფესიით განპირობებული დაავადებების პრევენციის გზით და უსაფრთხო სამუშაო გარემოს ხელშეწყობა. პროგრამის ფარგლებში, მკრჩეულ საწარმოებში ხორციელდება დასაქმებულთა პროფესიული ჯანმრთელობის კვლევა, პროფესიული რისკების შეფასება და შესაბამისი რეკომენდაციების მიწოდება.

2015 წლიდან ცანდრის განსახორციელებელ პროგრამებს დაემატა ჯანმრთელობის ხელშეწყობის პროგრამა „საზოგადოებრივი მოძრაობა ჯანმრთელი საქართველოსთვის“, – რომელიც ეყრდნობა ჯანმრთელობის ხელშეწყობის ხელშეწყობის სფეროში და მიზნად ისახავს საქართველოს მოსახლეობის ჯანმრთელობის შესახებ განათლებისა და ცნობიერების ამაღლებას და ჯანმრთელობის ხელშეწყობი გარემოს შექმნას. ცენტრი ახორციელებს შემდეგ პრიორიტეტულ მიმართულებებს: თამბაქოს მოხმარების კონტროლის გაძლიერება; ჯანსაღი კვების შესახებ განათლება და ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების შესახებ ცნობიერების ამაღლება; ფიზიკური აქტივობის ხელშეწყობა; C ჰეპატიტის პრევენცია და მოსახლეობის განათლების ხელშეწყობა; ჯანმრთელობის ხელშეწყობის პოპულარიზაცია.

„C ჰეპატიტის მართვის სახელმწიფო პროგრამა – დაავადების პრევენციის, დროული დიაგნოსტიკის და მკურნალობის ეფექტურობისთვის განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს C ჰეპატიტის სკრინინგული კვლევების ფართომასშტაბიანი კამპანიის განხორციელებას, სკრინინგული კვლევებით მოსახლეობის მაქსიმალურ მოცვას, დაავადების ადრეულ ეტაპზე გამოვლენას და მკურნალობის კომპონენტში პაციენტთა დროულ ჩართვას. სწორედ სკრინინგული ღონისძიებების ფართოდ დაწერვის მიზნით, 2016 წელს „C ჰეპატიტის მართვის სახელმწიფო პროგრამას“ დაემატა სკრინინგული კვლევის კომპონენტი, რომელიც ითვალისწინებს მოსახლეობის ინფორმირებას და სკრინინგული კვლევების ჩატარებას, გეოგრაფიული ხელმისაწვდომობის პრინციპების დაცვით, დეკლარაციის რეგიონული ლაბორატორიების ბაზაზე და გამსვლელი ბრიგადების გამოყენებით, ასევე, იმ სამედიცინო დაწესებულებების მეშვეობით, რომლებიც განცხადებენ თანხმობას ცენტრის მიერ გადაცემული ტესტებით და სახარჯი მასალით უსასყიდლოდ ჩაუტარონ სკრინინგი შესაბამისი მიზნობრივ კონტინენტს.“

შიდსთან, ტუბერკულოზთან და მალარიასთან ბრძოლის გლობალური ფონდის პროგრამები საქართველოში

შიდსთან, ტუბერკულოზთან და მალარიასთან ბრძოლის გლობალური ფონდი (გლობალური ფონდი) 21-ე საუკუნის ფინანსური პარტნიორული ორგანიზაციაა რომელიც შეიქმნა 2002 წელს. გლობალური ფონდის მისია გულისხმობს მსოფლიოში შიდსის, მალარიისა და ტუბერკულოზის აღმოფხვრას შედეგებზე ორიენტირებული ინვესტიციების განხორციელების გზით. ფონდი აერთიანებს მსოფლიოს ქვეყნების მთავრობებს, სამოქალაქო საზოგადოებას, ბიზნეს სექტორის და პაციენტებსა და მაღალი რისკის მქონე პოპულაციების წარმომადგენლებს. მისი სათაო ოფისი მდებარეობს ჟენევაში, შვეიცარია. გლობალური ფონდი, როგორც ფინანსური ინსტიტუტი, ყოველწლიურად ახორციელებს საშუალოდ 4 მილიარდი აშშ დოლარის მობილიზებას და ინვესტიციას, რათა აიკვლინოს შიდსის, ტუბერკულოზისა და მალარიის მაღალი რისკის და/ან პრევალენტობის ქვეყნებს მიეცეს შესაძლებლობა განახორციელონ შიდსის, ტუბერკულოზისა და მალარიის საწინააღმდეგო ფართომასშტაბიანი პროგრამები, განსაკუთრებული ფოკუსით მოწყვლად ჯგუფებზე.

გლობალური ფონდის საქმიანობა ფასდება დაფინანსებული პროგრამების ფარგლებში მიღწეული შედეგებით, მათ შორის, თუ რამდენი აივ, ტუბერკულოზით ან მალარიით დაავადებული ადამიანის სიცოცხლე იქნა გადარჩენილი, აღნიშნული დაავადებების რამდენი ახალი შემთხვევა იქნა თავიდან აცილებული და რამდენად შემცირდა დაავადებათა პრევალენტობა, თუმცა, რეალური შედეგი მნიშვნელოვნად სცდება აღნიშნულ ინდიკატორებს და გულისხმობს ქვეყნების მოსახლეობის სიცოცხლისა და შრომისუნარიანობისა და ეკონომიკური ზრდის მაჩვენებლების გაუმჯობესების ხელშეწყობას.

2002 წლიდან გლობალური ფონდის პარტნიორულმა პროგრამებმა 17 მილიონი ადამიანის სიცოცხლე გადარჩინა მსოფლიოს მასშტაბით. დღევანდელი გათვლებით, ეს წელიწადში 2 მილიონი ადამიანის გადარჩენას გულისხმობს და თუ აღნიშნული ტენდენცია შენარჩუნდება, გლობალური ფონდის პარტნიორული პროგრამების საშუალებით 22 მილიონზე მეტი ადამიანის სიცოცხლე იქნება გადარჩენილი 2016 წლის ბოლოსთვის.

2003 წლიდან დღემდე საქართველოში გლობალური ფონდის მიერ უკვე განხორციელდა 100 მილიონ აშშ დოლარზე მეტი ინვესტიცია (62 მლნ – შიდსთან, 35,3 მლნ – ტუბერკულოზთან და 3,5 მლნ – მალარიასთან ბრძოლის პროგრამებისათვის). აღნიშნული ფინანსური მხარდაჭერით ქვეყანამ მნიშვნელოვან წარმატებას მიაღწია შიდსთან, ტუბერკულოზთან და მალარიასთან ბრძოლის კუთხით, კერძოდ განხორციელებული ღონისძიებების შედეგად, 2004 წლიდან ქვეყანაში მიღწეული იქნა მალარიის შემთხვევების თანმიმდევრული

შემცირება. 2002 წლიდან 2009 წლამდე რეგისტრირებული შემთხვევების რაოდენობა შემცირდა 472-დან 1-მდე, ხოლო 2010 წლის შემდეგ მალარია, როგორც ადგილობრივი დაავადება საქართველოში ელიმინირებულია.

ჯერ კიდევ 2005 წლიდან უზურნველყოფილია აივ/შიდსით დაავადებულებისათვის უნივერსალური ხელმისაწვდომობა ანტირეტროვირუსულ (არვ) თერაპიაზე, მათ შორის აფხაზეთის ტერიტორიაზე. არვ თერაპიის მაღალი ხარისხისა და მოცვის გამო პროგრამა საერთაშორისო ექსპერტთა მიერ აღიარებული იქნა, როგორც რეგიონში საუკეთესო; მნიშვნელოვნად გაფართოვდა აივ/შიდსის მაღალი რისკის ჯგუფების (ნარკოტიკების ინტრავენური მომხმარებლები, კომერციული სექს-მუშაკი ქალები, მსმ-ები და პატიმრები) მოცვა აივ/შიდსის პრევენციული ინტერვენციებით; დაინერგა მეთადონით ჩანაცვლებითი თერაპიის პროგრამა ნარკოტიკების მომხმარებლებისათვის როგორც სამოქალაქო სექტორში, ისე სასჯელაღსრულების სისტემაში.

ტუბერკულოზის ეროვნული პროგრამის ფარგლებში წარმატებით განხორციელდა თანამედროვე საერთაშორისო მიდგომებისა და სტრატეგიების დანერგვა დაავადების კონტროლის კუთხით. საგრძნობლად შემცირდა ტუბერკულოზით ავადობის ტვირთი, რაც სტატისტიკური მონაცემების გაუმჯობესებაშიც აისახება. პროგრამა უზრუნველყოფს ტუბერკულოზის ყველა ფორმის, მათ შორის რემისტენტული და ექტენსიურად რემისტენტული ტუბერკულოზის დიაგნოსტიკასა და მკურნალობაზე უნივერსალურ ხელმისაწვდომობას. ტუბერკულოზის ეროვნული პროგრამით უკვე უნივერსალურად ხელმისაწვდომია ახალი მედიკამენტები (ბედაქილინი) და დაავადების სწრაფი სადიაგნოსტიკო მეთოდები. ასევე ფუნქციონირებს ტუბერკულოზით დაავადებულ პაციენტთა ფულადი ნახაღისების სქემა მათი მკურნალობაზე დამყოლობის გაუმჯობესების მიზნით.

მიუხედავად ტუბერკულოზთან და შიდსთან ბრძოლის კუთხით მიღწეული წარმატებისა, აღნიშნული დაავადებები საქართველოში კვლავაც რჩება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის მნიშვნელოვან პრობლემად, რაც ასახულია შიდსისა და ტუბერკულოზის ეროვნულ სტრატეგიებში, რომლებშიც დიდი ყურადღება ეთმობა დაავადებების პრევენციის საკითხებს. აღსანიშნავია სახელმწიფოს მხრიდან შიდსის და ტუბერკულოზის ეროვნული პროგრამების დაფინანსების მნიშვნელოვანი ზრდა: 2015 წელს სახელმწიფომ უკვე გადაიხარა აივ ინფექცია/შიდსის და ტუბერკულოზის სამკურნალო პირველი რიგის მედიკამენტების შესყიდვა. მიუხედავად იმისა, რომ გლობალური ფონდის დაფინანსების ახალი მოდელის ფარგლებში ქვეყანა კვლავ მიიღებს მნიშვნელოვან დაფინანსებას 2016-2019 წლების განმავლობაში, დაგეგმილია გლობალური ფონდის პროგრამების სხვა კომპონენტების დაფინანსების ეტაპობრივი ჩანაცვლება სახელმწიფო სახსრებით, რაც მნიშვნელოვნად შეუწყობს ხელს ქვეყნის წინსვლას მდგრადი განვითარების მიზნების მისაღწევად, კერძოდ შიდსისა და ტუბერკულოზის ეპიდემიების დასრულებას 2030 წლისთვის.

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

1

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

2

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

1-2 ივლისი

სურსათის და ჯანსაღი კვების ეროვნული სტრატეგია – არაჯანსაღი კვება მოიაზრება ერთ-ერთ მნიშვნელოვან დეტერმინანტად არაგადამდებ დაავადებათა რისკებს შორის. არასათანადო ცოდნით და არაჯანსაღი კვებითი ქცევებით მრავალი ქრონიკული დაავადება შეიძლება განვითარდეს (შაქრიანი დიაბეტი, კარდიოვასკულური დაავადებები, ავთვისებიანი სიმსივნური დაავადებები, იოდის, რკინის და სხვა მიკრონუტრიენტების დეფიციტით გამოწვეული დარღვევები, ოსტეოპოროზი, სიმსუქნე, კარიესი და სხვ.), რომელთა ხვედრითი წილი მსოფლიოში საერთო სიკვდილიანობის დაახლოებით 63%-ს შეადგენს, და რომელთა უდიდესი ნაწილის თავიდან აცილებაც ადვილად შესაძლებელია ზოგადად საზოგადოების და კონკრეტულად თითოეული ინდივიდის მიერ ჯანსაღი კვების პრინციპების სისტემატურ დაცვით (ჯანსაღი კვებითი ქცევებით).



3

ივლისი
JULY

ივლისი/JULY

ორშაბათი/
MONDAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 ივლისი

ზიკა ვირუსი – ადამიანებში ზიკა ვირუსის გადაცემა ხდება ინფიცირებული *Aedes* სხვადასხვა სახეობის კოღოს ნაკვებით. ამ სახეობებს ასევე გადააქვს დენგეს და ჩიკუნგუნიას ვირუსები. კოღოებისათვის ინფიცირების წყაროს წარმოადგენს დაავადებული ადამიანის კბენა. ზიკა ვირუსით 5 ინფიცირებულიდან ერთი ხდება ავად. ყველაზე გავრცელებულ სიმპტომებად ითვლება ცხელება, გამონაყარი, ტკივილი სახსრებში და კონიუნქტივითი. დაავადებას ხშირ შემთხვევაში მსუბუქი მიმდინარეობა ახასიათებს და გრძელდება რამდენიმე დღიდან ერთ კვირამდე. მძიმე კლინიკური სიმპტომებით დაავადების მიმდინარეობა და შესაბამისად ჰოსპიტალიზაციაც იშვიათია. ლეტალობა ჩვეულებრივ არ ახასიათებს. **დანყიბულია მუშაობა ზიკა ვირუსის საწინააღმდეგო ვაქცინაზე, ასევე ვითარდება დიაგნოსტიკისა და მკურნალობის საშუალებები.**



ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 ივლისი

პეტიკა – ებოლას ვირუსით გამოწვეული დაავადება წარმოადგენს მწვავედ მიმდინარე ვირუსულ დაავადებას ლეტალობის მაღალი (90%-მდე) მაჩვენებლით. გადაცემის გზები: დაავადებული ადამიანის ბიოლოგიურ სითხეებთან, გამოწვევებთან, ფეკალურ მასებთან კონტაქტი, თუ ვირუსი მოხვდა დაზიანებულ კანზე ან ლორწოვან გარსებზე. ასევე, ებოლას ვირუსით დაბინძურებულ სხვადასხვა საგნებთან (როგორცაა ნემსები, შპრიცები, პირადი მოხმარების საგნები) ან დაინფიცირებულ ცხოველთან კონტაქტი.

სიმპტომები: დაავადებას ახასიათებს ცხელება (38.6°C), ძლიერი თავის, კუნთების და ყელის ტკივილი, ღებინება, დიარეა, გამონაყარი, ტკივილი კუჭის არეში, აუხსნელი სისხლდენა ან სისხლჩაქცევა. ვირუსის ზემოქმედებიდან პირველი სიპტომების გამოვლენამდე ინკუბაციური (ფარული) პერიოდი 2-21 დღეა, საშუალოდ კი 8-10 დღემდე;

მაშურნალობა: მიმდინარეობს ებოლას სანიმალმდეგო ვაქცინების და სპეციფიკური ანტივირუსული სამკურნალო პრეპარატების გამოცდა. მკურნალობა მიმდინარეობს ზოგადი სიმპტომატიკის მიხედვით. გამოჯანმრთელება დამოკიდებულია დროულ, ხარისხიან კლინიკურ მკურნალობასა და პაციენტის იმუნურ სისტემაზე.

5

ივლისი
JULYოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 ივლისი

რეკომენდაციები ჰაერის მაღალი ტემპერატურის დროს:

- ✓ შეეცადეთ საცხოვრებელ გარემოში შეინარჩუნოთ სიგრილე. დღისით ოთახის ტემპერატურა არ უნდა აღემატებოდეს 32°C , ღამით კი 24°C -ს. ეს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ბავშვებისა და 60 წლის ასაკს გადაცილებული ადამიანებისათვის, აგრეთვე მათთვის, ვისაც ქრონიკული დაავადებების დიაგნოზი აქვთ;
- ✓ ღამით გააღეთ ფანჯრები და დატოვეთ ღია დილაამდე, სანამ გარეთ სიგრილე იქნება (თუ ეს სახიფათო არ არის);
- ✓ დღისით დახურეთ ფანჯრები, ყალულები და დარბაზები. შეძლებისდაგვარად გამორთეთ ელექტრო მოწყობილობები და ხელოვნური განათება;
- ✓ მიიღეთ დიდი რაოდენობით სითხე. მოერიდეთ ქუჩაში გასვლას დღის ყველაზე ცხელ პერიოდში.
- ✓ მოერიდეთ მაღალინტენსიურ ფიზიკურ აქტივობას. თუ ეს აუცილებელია, მაშინ მის შესასრულებლად გამოიყენეთ დილით ყველაზე გრილი პერიოდი.
- ✓ არ დატოვოთ ბავშვები და შინაური ცხოველები გაჩერებულ სატრანსპორტო საშუალებაში!



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

6

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 ივლისი

სითბური დაბადებები – მედმეტად ცხელი ამინდში შესაძლოა ადამიანის ორგანიზმის დამცავმა სისტემებმა ვერ უზრუნველყოს სხეულის შესაბამისი გაგრილება და განვითარდეს სითბური დაავადებები.

განსაკუთრებით რისკის ქვეშ იმყოფებიან:

- ✓ ახალშობილები, ბავშვები და მოხუცები (დეჰიდრატაცია ვითარდება სწრაფად).
- ✓ ადამიანები გულისსახლძარღვთა სისტემის დაავადებებით.
- ✓ ადამიანები ენდოკრინული და ნევროლოგიური დარღვევებით.
- ✓ პირები, რომლებიც იღებენ ზოგიერთ მედიკამენტს (ფენოთიაზინები, ბარბიტურატები, დიურეტიკები).
- ✓ ჭარბი წონის მქონენი.
- ✓ ფიზიკური პირები, რომელთაც მუშაობა უწევთ არავენტილირებულ გარემოში.
- ✓ ალკოჰოლის ჭარბად მომხმარებლები.



7

ივლისი
JULY

ივლისი/JULY

პარასკევი/
FRIDAY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 ივლისი

მზით დამწვრობის თავიდან ასაცილებლად – შემლუფეთ მზეზე ყოფნის ხანგრძლივობა, განსაკუთრებით პიკის საათებში (შუადღემდე 2 საათით ადრე და 2 საათით გვიან). მზით დამწვრობის მიღება შესაძლებელია ღრუბლიან ამინდშიც. საგულდაგულოდ შეიმშრალეთ სხეული წყლის წვეთებისგან, რამდენადაც მათ ლიწმის ეფექტი აქვთ და აძლიერებენ მზის სხივების დამაზიანებელ მოქმედებას. ყურადღება მიაქციეთ ულტრაიისფერ (უი) ინდექსს, რაც მზით დამწვრობის განვითარების რისკს გვიჩვენებს. ატარეთ ღია ფერის (გამონაკლისია თეთრი ფერი), ნატურალური ქსოვილისაგან დამზადებული თავისუფალი ტასაცმელი, ფართოფარფლებიანი ქუდი; მექი სათვალეები 99-100%-ით დამცავი ეფექტით. გამოიყენეთ მზისგან დამცავი კრემები, რომლის მზისგან დამცავი ფაქტორი 30 და მეტია. წაისვით ის მზეზე გასვლამდე 20 წთ-ით ადრე და ყოველ 2 საათში. დამცავი კრემი უნდა შეირჩეს კანის ტიპისა და ულტრაიისფერი სხივების ინტენსიობის შესაბამისად. მოერიდეთ გაურკვეველი ხარისხის უცნობი კრემის გამოყენებას. www.cdc.gov; www.ncdc.ge



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

ივლისი
JULY

8

შაბათი/
SATURDAY

9

10:00

კვირა / SUNDAY

12:00

14:00

16:00

18:00

8-9 ივლისი

ლასას სხეულები მწვავე ვირუსული ზოონოზური დაავადებაა. ძირითადად გვხვდება დასავლეთ აფრიკის ქვეყნებში. გამომწვევი მიეკუთვნება არენავირუსის ოჯახს. ინფექციის წყაროს წარმოადგენენ მღრღნელები (ვირთხები), გადაცემა შესაძლებელია: ჰაერნეფთვანი, კონტაქტური და ალიმენტური გზით. დაავადების თავიდან ასაცილებლად საჭიროა თავი ავარიდოთ მღრღნელებთან და მათ გამოწყობვებთან კონტაქტს. აუცილებელია დაავადებული ადამიანის იზოლირება, პაციენტთან ურთიერთობისას კი სპეციალური ინდივიდუალური დაცვის საშუალებების გამოყენება (სამედიცინო კომბინიზონი სამედიცინო ხელთათმანი, რესპირატორი, სათვალე). **რიფტ-ვალის სხეულები** (Rift Valley Fever) მწვავე ვირუსული დაავადებაა, რომლითაც ავადდებიან შინაური ცხოველები. დაავადებული ცხოველიდან ინფექცია შესაძლოა გადაეცეს ადამიანს. ვირუსი ძირითადად გვხვდება აღმოსავლეთ და სამხრეთ აფრიკის ქვეყნებში. დაავადების გავრცელება ხდება ინფიცირებული მწერის (კოღოს) კბენით, უფრო ხშირად კი დაავადებული პირუტყვის სისხლთან და შინაგან ორგანოებთან კონტაქტისას. პრევენციისათვის საჭიროა თავი დავიცვათ მწერებისგან და დაავადებული ცხოველის სისხლთან და შინაგან ორგანოებთან კონტაქტისგან. www.cdc.gov

10

ივლისი JULY

ორშაბათი/
MONDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 ივლისი

ღრუბლისებრი ენცეფალოპათია – (Spongiform Encephalopathy) არის პროგრესირებადი ნევროლოგიური აშლილობა, რომლის გამომწვევი მიზეზი ჯერ-ჯერობით დაუდგენელია. ერთ-ერთი გავრცელებული მოსაზრების მიხედვით დაავადების განვითარების მიზეზია ნორმალური პროტეინის – პრიონის ცვლილება და გარდაქმნა პათოგენურ ფორმად, რომელიც აზიანებს ცენტრალურ ნერვულ სისტემას. დაავადების გავრცელება შესაძლებელია მოხდეს ინფიცირებული ცხოველის ხორცის და ძვლოვანი მასის საკვებად გამოყენებისას.



www.cdc.gov/prions/bse/prevention.html

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ივლისი
JULY

11

სამშაბათი/
TUESDAY

11 ივლისი

მარბურგის ჰემორაგიული სხელება იშვიათი, მწვავე ჰემორაგიული ცხელებაა, რომელიც აავადებს, როგორც ადამიანს, ასევე პრიმატებს, გამოწვეულია მარბურგის ვირუსით. ვირუსის გადაცემის გზა პრიმატიდან ადამიანზე უცნობია, თუმცა ადამიანის დაინფიცირება უმეტესად ხდება ხანგრძლივი ყოფნისას იმ ადგილებში, სადაც ღამურები კოლონიებად ცხოვრობენ. ადამიანიდან ადამიანზე დაავადების გადაცემა ხდება უშუალო კონტაქტით: ინფიცირებულ სისხლთან, ორგანოებთან და სხვა ორგანულ გამონაყოფებთან. პრევენციისთვის საჭიროა ღამურების საცხოვრებელ ადგილებში და ინფიცირებული ადამიანების მოვლისას პირადი დაცვის საშუალებების გამოყენება, ასევე აუცილებელია ინფიცირებული პირების იზოლირება.



www.cdc.gov/vhf/marburg/index.html

12

ივლისი JULY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 ივლისი

პნევმონია – პნევმონია ალვეოლის და ტერმინალური სასუნთქი გზების ანთება, რომელიც გამოწვეულია ინფექციური აგენტის პემატოგენური ან ინჰალაციური გზით ფილტვებში მოხვედრით და რომელსაც ახასიათებს მწვავე რესპირაციული სიმპტომების, ცხელების ან ორივეს ერთდროულად არსებობა და გულმკერდის რენტგენოგრაფიაზე ფილტვის პარენქიმული ინფილტრაციის ნიშნები. ბავშვთა პნევმონიის პრევენციისათვის მოწოდებულია ვაქცინაცია პემოფილუს ტიპი B, ნითელას, ყივანახველას, გრიპის და სხვა ინფექციების წინააღმდეგ.



www.who.int/mediacentre/factsheets/fs331/en

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

13

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 ივლისი

ქოლერა – საშიში ინფექციური დაავადებაა, იწვევს ქოლერის ვიბრიონი. ახასიათებს ძლიერი ფაღარათი და ღებინება. ინკუბაციური პერიოდი 6 დღემდეა. დაავადების წყაროა ქოლერით დაავადებული ადამიანი ან ვიბრიონტარეული. დასნეუოვნება ხდება ვიბრიონებით დაბინძურებული წყლით, საკვებით, საყოფაცხოვრებო საგნებით. გავრცელებას ხელს უწყობს დაბინძურებული წყალსატევების წყლის სასმელად და საყოფაცხოვრებო მიზნებით გამოყენება.

პროფილაქტიკა: ჰიგიენური წესების მკაცრი დაცვა და ვაქცინაციის ჩატარება ენდემურ ქვეყნებში მგზავრობისას.



14

ივლისი
JULY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

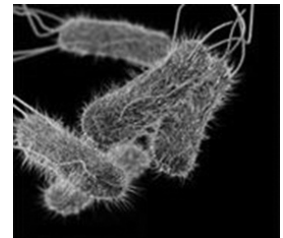
17:00

18:00

19:00

14 ივლისი

სალმონელოზი ინფექციაა, რომელსაც *Salmonella*-ს გვარის ბაქტერიები იწვევს. ინკუბაციური პერიოდი 1 დან 7 დღემდეა. შემთხვევათა უმრავლესობაში სალმონელოზი საჭმლის მომნელებელი ტრაქტის დაზიანებით მიმდინარეობს. დაავადების წყაროს ინფიცირებული ცხოველი ან ადამიანი წარმოადგენს, გადაცემის გზა ალიმენტურია (ინფიცირებული ხორცი, რძის ნაწარმი, კვერცხი და სხვა). დაავადების პრევენცია: უსაფრთხო, სათანადოდ თერმულად დამუშავებული და კარგად გარეცხილი საკვების მიღება.

www.ncdc.ge/AttachedFiles/GEO933.pdf

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

15

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

16

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

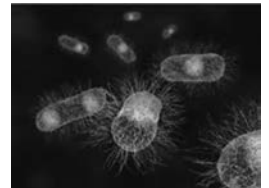
14:00

16:00

18:00

15 - 16 ივლისი

შიგალოზი, იგივე **ბაქტერიული დიზენტერია** კონტაგიოზური ინფექციური დაავადება, რომელიც ზოგადი ინტოქსიკაციით და მსხვილი ნაწლავის ნაწილის დაზიანებით მიმდინარეობს. ინკუბაციური პერიოდი 7 დღემდეა. დაავადების გამომწვევია *Shigella*-ს გვარის ბაქტერიები. წყარო დაავადებული ან ბაქტერიამტარებელი ადამიანია. გადაცემის ძირითადი გზა ფეკალურ-ორალურია, აღწერილია კონტაქტურ-საყოფაცხოვრებო გადაცემის ფაქტებიც. პრევენციისთვის განსაკუთრებული მნიშვნელობა ჰიგიენური კულტურის ამოღებას, უსაფრთხო საკვებისა და წყლის მოხმარებას ენიჭება.



17

ივლისი JULY

ორშაბათი/
MONDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 ივლისი

ანტაროკუმორაგიული ეშერიხია კოლის *E.Coli*-ს შტამები, ნაწლავის მობინადრე უვნებელი და სასრგებლო შტამებისგან განსხვავებით, სერიოზულ ნაწლავურ ინფექციას იწვევენ, რომელსაც მათ მიერ გამოქვეყნებული შიგატოქსინი განაპირობებს. ინკუბაციური პერიოდი 7 დღემდეა. დაავადების ტიპური გამოვლინებაა სისხლიანი დიარეა. მძიმე შემთხვევებში ვითარდება ჰემოლიზურ-ურემიული სინდრომი, რომელსაც მაღალი ლეტალობა ახასიათებს. ბაქტერიები ძირითადად დაბინძურებული საკვებითა და წყლით გადაეცემა და პროფილაქტიკაც სასმელი წყლისა და სურსათის უვნებლობის დაცვას გულისხმობს.



www.cdc.gov/ecoli

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

18

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 ივლისი

ჰილუხი – ზოონოზური ინფექციაა და ადამიანს დაავადებული ცხოველი-დან გადაეცემა. ჰილუხით გარეული და შინაური ბალახისმჭამელი ცხოველები ავადდებიან. ინფიცირებული ცხოველი გარემოში შარდითა და ფეკალიებით, ასევე დაკვლისას სისხლით, გამოყოფს გამომწვევს, რომელიც ნიადაგში სპორებად გარდაიქმნება და ათეული წლობით ინარჩუნებს დაავადების გამომწვევის უნარს.

დაავადება გადაეცემა კონტაქტური, ალიმენტური და ასპირაციული გზით.

პროფილაქტიკა:

- ✓ ცხოველების დროული ვაქცინაცია;
- ✓ ჰირადი დაცვის საშუალებების გამოყენება ცხოველების მოვლის, დაკვლა-დამუშავების, სადგომის დასუფთავების, მატყლის დამზადების დროს;
- ✓ დაუშვებელია თერგულად დაუმუშავებელი ხორცის საკვებად გამოყენება.



19

ივლისი JULY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 ივლისი

ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული სხელება – ზოონოზური ვირუსული დაავადებაა. კლინიკურად ცხოველებში არ ვლინდება, მაგრამ აავადებს ადამიანს. გადამტანია ტკიპა. ინფექციის წყაროს წარმოადგენენ შინაური ცხოველები და მღრღნელები, რომლებზეც ტკიპები პარაზიტობენ. ცხოველი ინფიცირდება დაავადებული ტკიპის კბენისას. **დაავადება გადამტანად** ინფიცირებული ტკიპის კბენით, ინფიცირებული ცხოველის ან ავადმყოფი ადამიანის სისხლთან და ბიოლოგიურ სითხეებთან კონტაქტით, არასტერილური სამედიცინო მოწყობილობის გამოყენებით, თერმულად დაუმუშავებელი რძის მიღებით. **პროფილაქტიკა** – საერთაშორისოდ აღიარებული სპეციფიური **ვაქცინა არ არსებობს**. ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული ცხელებისგან პრევენცია შესაძლებელია ტკიპიდან ადამიანზე, ცხოველიდან ადამიანზე და ადამიანიდან ადამიანზე ინფექციის გადაცემის რისკის შემცირებით. www.ncdc.ge



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

20

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 ივლისი

ჯანსაღი კვება – 2010 წელს საქართველოში ჩატარებული STEPs კვლევის მიხედვით მოსახლეობის დაახლოებით 70% დღის განმავლობაში ხილის და/ან ბოსტნეულის რეკომენდებულ რაოდენობაზე ნაკლებს მიირთმევს. მაღალია ჭარბი წონის (31.4%) და მსუქან პირთა (25.1%) პროცენტული მაჩვენებელი. წონის მატებას თან ახლავს ჰიპერტენზიის გავრცელების მკვეთრი მატება. მაღალი არტერიული წნევა ჭარბწონიანებში აღენიშნა 2-ჯერ მეტს (37,6%), ხოლო მსუქნებში 3-ჯერ მეტს (55%).



www.ncdc.ge

21

ივლისი
JULYპარასკევი/
FRIDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 ივლისი

ჯანსაღი კვება – მიიღეთ მრავალფეროვანი ბოსტნეული და ხილი, სულ მცირე 400 გრამის ოდენობით დღეში; უმჯობესია ახალი და ადგილობრივი წარმოების. ხილსა და ბოსტნეულში დიდი რაოდენობითაა ვიტამინები, მიკროელემენტები, საკვები ბოჭკოები და შეუცვლელი საკვები ნივთიერებების უმრავლესობა. ხსნადი საკვები ბოჭკოები ცხიმების ცვლის მოდიფიკაციას უწყობს ხელს და არეგულირებს ქოლესტერინისა და შაქრის დონეს სისხლში.

www.ncdc.ge

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

22

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

23

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

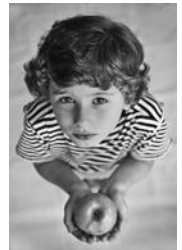
14:00

16:00

18:00

22 - 23 ივლისი

ხილი და ბოსტნეული შეიცავს დიდი რაოდენობით ანტიოქსიდანტებს, რომელთა უკმარისობა ანუ დეფიციტი ქმნის გულ-სისხლძარღვთა და ონკოლოგიური დაავადებების განვითარების დიდ საშიშროებას. ისინი მდიდარია ძლიერი ანტიოქსიდანტებით (E, C, AA და D ვიტამინები), რომელიც გვეხმარება ქოლესტერინის ოქსიდაციის და, შესაბამისად, ათეროსკლეროზის, გულის დაავადებების და ინსულტის პრევენციაში. ხილი შეიცავს 90-95% წყალს, რომელსაც აქვს დიურეტიკული ეფექტი და ეხმარება ორგანიზმს ტოქსიკური და აზოტოვანი ნარჩენების გამოდევნაში. ხილის უმეტესობა შეიცავს ნაკლები რაოდენობის ნატრიუმს და დიდი რაოდენობით კალიუმს, რომელიც მეტად მნიშვნელოვანი მინერალია სისხლის ნორმალური წნევისა და გულის ნორმალური ფუნქციონირების შენარჩუნებისათვის. www.ncdc.ge



24

ივლისი
JULYორშაბათი/
MONDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 ივლისი

კამპილობაქტერიოზი საკმაოდ გავრცელებული ნაწლავური ინფექციაა, რომელსაც *Campylobacter*-ის გვარის ბაქტერიები იწვევს. ინკუბაციური პერიოდი 7 დღემდეა. დაავადება უმეტესად ცხელებით, მუცლის ტკივილით, დიარეით მიმდინარეობს და შესაძლებელია სისხლიან-ლორწოიანი ხასიათის იყოს. ინფიცირება უმი, თერმულად ცუდად დამუშავებული ხორცის მიღებას უკავშირდება. აღწერილია უმი რძით გამოწვეული და წყლისმიერ ეპიდემიოქეზებიც. პროფილაქტიკისთვის აუცილებელია საკვების სათანადო წესებით მომზადება და პირადი ჰიგიენის დაცვა.



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

25

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 ივლისი

**ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის თამბაქოს კონტროლის
ჩარჩო-კონვენცია და საპარტეზო**

- ✓ ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენცია (FCTC) – პირველი საერთაშორისო ხელშეკრულება, რომელიც მიღებული იქნა ჯანმოს მიერ 2003 წელს;
- ✓ ყველაზე ფართოდ გავრცელებული ხელშეკრულება გაერთიანებული ერების ისტორიაში – 180 წევრი ქვეყნის ხელმოწერით;
- ✓ თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის რატიფიცირება საქართველომ 2006 წლის 14 თებერვალს მოახდინა (ძალაში შევიდა 2006 წლის 15 მაისს).



FCTC
WHO FRAMEWORK CONVENTION
ON TOBACCO CONTROL

26

ივლისი
JULY

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

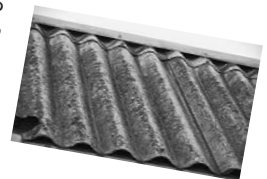
18:00

19:00

26 ივლისი

აზბესტის გავლენა ადამიანის ჯანმრთელობაზე – აზბესტის ყველა სახეობა ადამიანისათვის კანცეროგენს წარმოადგენს. აზბესტის ზემოქმედება იწვევს ფილტვების, ხორხისა და საკვერცხეების კიბოს და ასევე მეზოთელიოზას (პლევრასა და პერიტონეალური კიბო). დღეის მდგომარეობით საქართველოში არ ხდება პროფესიული აზბესტოზის, ფილტვის კიბოსა და მეზოთელიოზის დიაგნოზს შორის მიზეზ-შედეგობრივი კავშირის დადგენა და, შესაბამისად, არ არსებობს მასთან დაკავშირებული სტატისტიკური ინფორმაცია. ამ მიმართებით, პირველ რიგში ქვეყანამ უნდა შეიმუშაოს ინფორმაციული დოკუმენტი – აზბესტის ეროვნული პროფილი, რომელშიც აისახება ქვეყანაში

აზბესტის სხვადასხვა სახეობების გამოყენების სფეროები, მოსახლეობის ის ჯგუფები, რომელიც აზბესტის ზემოქმედების რისკს განიცდიან და ინფორმაცია აზბესტით განპირობებული დაავადებების გავრცელების შესახებ. www.who.int/occupational_health/topics/asbestos_documents/en



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

27

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 ივლისი

ობის და სინამდის გავლენა ადამიანის ჯანმრთელობაზე – დადგენილია, რომ ნესტი და ობი წარმოადგენს შენობების შიგნით არსებული ჰაერის უხარისხობის განმსაზღვრელ მნიშვნელოვან ფაქტორს, რაც დიდ გავლენას ახდენს მოსახლეობის ყველაზე მონაცვლადი პოპულაციის ჯანმრთელობაზე. არსებობს კლინიკური მტკიცებულებები, რომ ობსა და ნესტთან დაკავშირებული მიკრო აგენტების შემოქმედება ზრდის ისეთი დაავადებების რისკს, როგორიცაა: ჰიპერსენსიტიური პნევმონია, ალერგიული ალვეოლიტი, ქრონიკული რინოსინუსიტი და ალერგიული სოკოვანი სინუსიტი. ჯანმო-ს რეკომენდაციით ობითა და ნესტით გამოწვეული მავნე შედეგების თავიდან აცილების ყველაზე მნიშვნელოვანი საშუალებაა შენობასა და მიღებული ინტერირის შედაპირებზე ნესტის წარმოქმნის პრევენცია ან მინიმუმამდე შემცირება.



www.iaqscience.lbl.gov/dampness-risks-house.html#damp-fig1;
www.webmd.com/women/home-health-and-safety-9/mold-mildew?page=1#2

28

ივლისი
JULYპარასკევი/
FRIDAY

ჰეპატიტების მსოფლიო დღე

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 ივლისი

ჰეპატიტების მსოფლიო დღე – ყოველი წლის 28 ივლისს ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია აღნიშნავს ჰეპატიტის მსოფლიო დღეს. ეს დღე შეიქმნა ნობელის პრემიის ლაურეატის ბარუკ სამუელ ლუმბერგისთვის პათივისცემის ნიშნად, რომელმაც აღმოაჩინა B ჰეპატიტის გამომწვევი ვირუსი. ჰეპატიტის მსოფლიო დღის მიზანს წარმოადგენს ვირუსული ჰეპატიტებისა და ამ ვირუსებით გამოწვეული დაავადებების შესახებ მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლება. A, B, C, D და E ჰეპატიტის ვირუსებმა შეიძლება გამოიწვიოს მწვავე და ქრონიკული ინფექციები და ღვიძლის ანთებითი პროცესები, რაც შეიძლება ციროზის ან ღვიძლის კიბოს მიზეზი გახდეს. დაახლოებით 240 მილიონი ადამიანი B ჰეპატიტის ქრონიკული ფორმით არის დაავადებული, დაახლოებით 150 მილიონი ადამიანი კი – C ჰეპატიტის ქრონიკული ფორმით. www.who.int



ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ივლისი
JULY

29

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

30

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

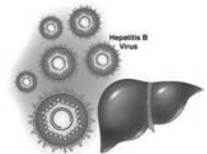
16:00

18:00

29 – 30 ივლისი

A და E ჰეპატიტის ვირუსი ღვიძლის ანთებითი დაავადებებია, რომლებსაც A და E ჰეპატიტის ვირუსი იწვევს და რომლებიც გადაეცემა ფეკალურ-ორალური გზით, დაბინძურებული საკვების ან წყლის მეშვეობით. ინფიცირების თავიდან აცილებისთვის აუცილებელია: ხელების ხშირად დაბანა; საკვების კარგად გარეცხვა და დამუშავება; უსაფრთხო წყლის მიღება; A ჰეპატიტის სანინააღმდეგო ვაქცინის მიღება.

B ჰეპატიტი არის ვირუსული ინფექცია, რომელმაც შეიძლება გამოიწვიოს ღვიძლის მწვავე ან ქრონიკული დაავადება. ინფექციის გადაცემა ხდება ინფიცირებული პირის სისხლთან ან სხვა ბიოლოგიურ სითხეებთან კონტაქტით. ინფიცირების თავიდან აცილებისთვის აუცილებელია: არ გამოიყენოთ სხვისი ნახშირი შპრიცი და საგნები, რომლებსაც შეიძლება შეხება ჰქონდეთ სისხლთან; თავი აარიდეთ დაუცველ სქესობრივ კონტაქტს; ჩაიტარეთ B ჰეპატიტის ვაქცინაცია. www.who.int/topics/hepatitis/en/; www.cdc.gov/hepatitis/en



31

ივლისი
JULY

ივლისი/JULY

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

31 ივლისი

C **ჰეპატიტი** ვირუსით გამოწვეული ღვიძლის დაავადებაა და ღვიძლის ციროზისა და კიბოს გამომწვევი ყველაზე ხშირი მიზეზია. C ჰეპატიტის ვირუსის გადაცემა ადამიანიდან ადამიანზე ხდება სისხლით და იმ ნივთებით, რომელთაც შესაძლებელია შეხება ჰქონდეთ ინფიცირებულის სისხლთან.

C ჰეპატიტის მაღალი რისკის ზღუფებს მიეკუთვნებიან:

- ✓ ნარკოტიკების ინექციური გზით მომხმარებლები;
- ✓ C ჰეპატიტით ინფიცირებულ პირთა ოჯახის წევრები;
- ✓ სამედიცინო პერსონალი, რომელთაც სისხლთან ან მის კომპონენტებთან აქვთ კონტაქტი;
- ✓ ინფიცირებული დედისგან დაბადებული ბავშვები;
- ✓ პირები, რომელთაც სისხლის გადასხმა ან ორგანოთა გადანერგვა ჩაუტარდათ.

ბესტირება ზრდის C ჰეპატიტის ადრეული გამოვლინებისა და წარმატებული მკურნალობის შანსს.





C ჰეპატიტი

C ჰეპატიტი არის ღვიძლის ანთებითი დაავადება, რომელსაც C ჰეპატიტის ვირუსი იწვევს. დაინფიცირების შემდეგ ინკუბაციური პერიოდი 2 კვირიდან 6 თვემდე გრძელდება, რის შემდეგაც ინფიცირებულ ადამიანთა მცირე ნაწილს შეიძლება განუვითარდეს მწვავე სიმპტომები, როგორებიცაა ცხელება, დაღლილობა, მადის დაკარგვა, გულისრევა, ღებინება, მუცლის ტკივილი, მუქი ფერის შარდი, რუხი

განავალი, ტკივილი სახსრებში და სიყვითლე. C ჰეპატიტით ინფიცირებულ პირთა დაახლოებით 20%-ში დაავადება თვითგანკურნებით სრულდება მკურნალობის გარეშე. დანარჩენ შემთხვევებში ვითარდება ქრონიკული C ჰეპატიტი. ასეთ შემთხვევაში, დაავადების სიმპტომები ინფიცირებიდან მხოლოდ 20-30 წლის შემდეგ ვლინდება. როცა ვირუსის მიერ ღვიძლი უკვე დაზიანებულია.

C ჰეპატიტი გადამცემა ინფიცირებული ადამიანის სისხლის მეშვეობით:

საერთო შპრიცის გამოყენება ინექციებისთვის (სამედიცინო და არასამედიცინო მიზნით);

- ✓ არასტერილური ინსტრუმენტების გამოყენება სტომატოლოგიური ან სამედიცინო პროცედურების დროს;
- ✓ არასტერილური ინსტრუმენტების გამოყენება ტატუირების, მანიკურისა და პედიკურის დროს;
- ✓ C ჰეპატიტით ინფიცირებული პირისგან სისხლის ან ორგანოების დონორობა;
- ✓ ისეთი საოჯახო ნივთების გამოყენება, რომლებსაც შესაძლოა, რომ შეხება ჰქონდეთ სისხლთან. მაგალითად, საპარსები და კბილის ჯაგრისები;

C ჰეპატიტი ასევე შეიძლება გადაეცეს ინფიცირებული დედიდან შვილზე ან ინფიცირებულ ადამიანთან დაუცველი სქესობრივი კონტაქტით, თუმცა გადაცემის ეს გზები შედარებით იშვიათია.

C ჰეპატიტი არ გადამცემა დედის რძით, საკვებით, წყლით, ინფიცირებულ პირთან ჩახუტებით, კოცნით და სხვა საყოფაცხოვრებო კონტაქტებით.

C ჰეპატიტის თავიდან ასაცილებლად:

- ✓ არგამოიყენოთ ნახმარი შპრიცი ინტრავენური ნარკოტიკის ან სამედიცინო ინექციის, მაგალითად, ინსულინისათვის;
- ✓ არ გამოიყენოთ სხვისი ნახმარი კბილის ჯაგრისი, საპარსი, ფრჩხილების საჭრელი და პირადი მოხმარების სხვა ისეთი საგნები, რომლებსაც შეიძლება შეხება ჰქონდეთ სისხლთან;
- ✓ სქესობრივი კონტაქტისას გამოიყენეთ პრეზერვატივი;
- ✓ ყოველთვის ჰკითხეთ თქვენს პარიკმახერს, დალაქს, მანიკურის/პედიკურის, ტატუსა და პირსინგის სპეციალისტს, სტომატოლოგს და ექიმს, არის თუ არა მათ მიერ გამოყენებული ინსტრუმენტები სტერილური.

თუ ფიქრობთ, რომ C ჰეპატიტით ინფიცირების რისკის ქვეშ ხართ, გამოკვლევებისთვის დაუყოვნებლივ მიმართეთ თქვენს ექიმს.

C ჰეპატიტის მკურნალობა ხდება ახალი ანტივირუსული პრეპარატებით, რომელთა მეშვეობითაც შესაძლებელია ადამიანის სრულად განკურნება მაქსიმუმ 24 კვირიანი მკურნალობის შედეგად.

2015 წლიდან საქართველოში დაიწყო C ჰეპატიტის ელიმინაციის სახელმწიფო პროგრამა, რომლის ფარგლებშიც პაციენტებს საშუალება აქვთ უფასოდ იმპურნალონ ახალი ანტივირუსული პრეპარატებით.

www.webmd.com/hepatitis/hepc-guide/digestive-diseases-hepatitis-c;

www.ncdc.ge/Home/Index



დკსჯეც-ის როლი C ჰეპატიტის ელიმინაციის პროგრამაში

C ჰეპატიტი საქართველოში სერიოზულ პრობლემას წარმოადგენს. 2002 წელს თბილისში ჩატარებული კვლევის მიხედვით, დაავადების გავრცელება 6.7%-ია. 2015 წელს აშშ-ს დაავადებათა კონტროლის ცენტრების მხარდაჭერით განხორციელებული პრევალენტობის პოპულაციური კვლევის წინასწარი შედეგების მიხედვით კი საქართველოში სეროპრევალენტობა 7.7%-ს აღწევს, ხოლო აქტიური დაავადების გავრცელება – 5.4%-ს.

ბოლო წლებში მნიშვნელოვანი ნაბიჯები გადაიდგა C ჰეპატიტის მართვისა და მკურნალობის მიმართულებით. საქართველოს მთავრობამ ამ დაავადებასთან ბრძოლა უმთავრეს პრიორიტეტად გამოაცხადა და უცხოელ პარტნიორებთან ერთად მიზნად დაისახა ქვეყანაში C ჰეპატიტის ელიმინაცია. დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი ერთ-ერთი მთავარი უწყებაა, რომელიც ამ პროცესებში აქტიურ მონაწილეობას იღებს და პასუხისმგებელია სხვადასხვა აქტივობის კოორდინირებაზე.

ამჟამად ცენტრი C ჰეპატიტის სფეროში მუშაობს სამი ძირითადი მიმართულებით:

1. ცენტრი წარმოადგენს C ჰეპატიტის ეპიდემიოდამხედველობაზე პასუხისმგებელ მთავარ სტრუქტურას. ამ დაავადების ეპიდემიოლოგიური სიტუაციის შესასწავლად აშშ-ს დაავადებათა კონტროლის ცენტრების მხარდაჭერით ცენტრმა განახორციელა საქართველოში C ჰეპატიტის პრევალენტობის პოპულაციური კვლევა, რომლითაც მიღებულ იქნა საქართველოში დაავადების გავრცელების, გადაცემის გზების, რისკ-ფაქტორებისა და C ჰეპატიტთან დაკავშირებული სხვადასხვა მნიშვნელოვანი საკითხის შესახებ ზუსტი და უახლესი მონაცემები. სავსე სამუშაოების პარალელურად, ცენტრის ლაბორატორიულმა ქვედანაყოფებმა და რ. ლუგარის სკ კვლევითმა ცენტრმა უზრუნველყვეს C და B ჰეპატიტების ლაბორატორიული დიაგნოსტიკა მაღალმგრძნობიარე მეთოდებით.
2. ელიმინაციის პროგრამის დასაწყებად სპეციალურად მოწვეულმა ექსპერტთა ჯგუფმა, რომელშიც შედიოდნენ შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს, დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის, სხვადასხვა არასამთავრობო ორგანიზაციის წარმომადგენლები და ქვეყნის წამყვანი კლინიკისტები, შეიმუშავა ელიმინაციის პროგრამის გადაუდებელი, პირველი ფაზის ღონისძიებების სამოქმედო გეგმა, რომლის ფარგლებშიც მოხდა პროგრამაში დარეგისტრირებული პაციენტების გამოკვლევა და დაავადების ყველაზე შორსწასული ფორმების მქონე 7000-ზე მეტი პაციენტის უფასო მკურნალობა C ჰეპატიტის საწინააღმდეგო უახლესი მედიკამენტებით.
3. სპეციალურმა სამუშაო ჯგუფმა შეიმუშავა საქართველოში C ჰეპატიტის ელიმინაციის გრძელვადიანი სტრატეგია, რომელშიც ასახულია ძირითადი მიზნები, ამოცანები და აქტივობები მომდევნო 5 წლის (2016-2020) განმავლობაში C ჰეპატიტის ელიმინაციის მისაღწევად. სამუშაო ჯგუფის მუშაობაში აქტიურად მონაწილეობდნენ დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის თანამშრომლები და ცენტრი ასევე ახდენდა ჯგუფის მუშაობის ზოგად კოორდინირებას.

ს ჰეპატიტის სეროპრევალენტობის პოპულაციური კვლევა საქართველოში

2015 წელს დაავადებათა კონტროლის და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრისა და აშშ დაავადებათა კონტროლისა და პრევენციის ცენტრების (CDC) მიერ, პირველად მთელი ქვეყნის მასშტაბით ჩატარდა C ჰეპატიტის სეროპრევალენტობის პოპულაციური კვლევა, რომელიც მიზნად ისახავდა C ჰეპატიტის გავრცელების შეფასებას საქართველოს მოსახლეობაში რეგიონის/ქალაქის/ასაკობრივი ჯგუფის მიხედვით, მოცირკულირე გენოტიპების აღწერას და მოსახლეობის ცოდნის დონის შეფასებას, ასევე გადაცემის რისკის ფაქტორების იდენტიფიკაციას.

სულ კვლევის ფარგლებში ჩატარდა 6331 ინტერვიუ და შეგროვდა 6014 სისხლის ნიმუში. მონაცემთა ანალიზის პირველადი შედეგების მიხედვით, C ჰეპატიტის ანტისხეულებზე დადებითია ქვეყნის მოზრდილი მოსახლეობის 7.7%, ხოლო რნმ-დადებითი, ანუ C ჰეპატიტის აქტიური ფორმით დაავადებული, არის მოზრდილი მოსახლეობის 5.4%.

გენოტიპებიდან საქართველოში უმეტესად გავრცელებულია პირველი (40%) და მესამე (34%) გენოტიპი. დაავადების გავრცელება შედარებით მაღალია მამაკაცებში, განსაკუთრებით 30-39 და 40-49 ასაკობრივ ჯგუფში (15.6% და 22.2%, შესაბამისად), რაც შესაძლოა დაკავშირებული იყოს დაბადების კოჰორტის ეფექტთან.

ს ჰეპატიტის ელიმინაციის პროგრამის მიმდინარეობა

**STOP
C**

2015 წლის 28 აპრილიდან 2016 წლის სექტემბრის ჩათვლით ელიმინაციის პროგრამის სერვისის მიმწოდებელ დაწესებულებებს მიმართა 40000-ზე მეტმა რნმ+ პაციენტმა. კომისიის მიერ განხილულია და თანხმობა მიღებული აქვს 24000-ზე მეტ პაციენტს. ამ დრომდე მკურნალობა უკვე დაასრულა 11000-მდე პაციენტმა, განკურნების მაჩვენებელი შეადგენს 90%-ს.

პროგრამაში თავდაპირველად გამოიყენებოდა პირდაპირი მოქმედების ანტივირუსული მედიკამენტი სოფოსბუვირი, 2016 წლიდან კი უფრო ახალი, კომბინირებული პრეპარატი ჰარვონი. ასევე აღსანიშნავია, რომ თუ თავდაპირველად ელიმინაციის პროგრამაში ერთვებოდნენ მხოლოდ ღვიძლის მძიმე დაზიანების მქონე პაციენტები (ფიბროზის ხარისხი F3 და F4), 2016 წლის 10 ივნისიდან ჩართვის კრიტერიუმები მოხსნილია და C ჰეპატიტით ინფიცირებულ ყველა ადამიანს, მიუხედავად ფიბროზის ხარისხისა, შეუძლია ჩაერთოს პროგრამაში და ჩაიტაროს უფასო მკურნალობა.

C ჰეპატიტზე პირველადი ტესტირების ჩატარება ნებისმიერ მსურველს უფასოდ შეუძლია დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნულ ცენტრში, (მის: თბილისი, მ. ასათიანის 9), ასევე ცენტრის რეგიონულ განყოფილებებში (დეტალური ინფორმაცია და მისამართები შეგიძლიათ იხილოთ ცენტრის ვებ-გვერდზე: www.ncdc.ge).

დაავადების საბოლოო დიაგნოსტიკისა და მკურნალობისათვის პაციენტებს შეუძლიათ მიაკითხონ იმ დაწესებულებებს, რომლებიც C ჰეპატიტის ელიმინაციის პროგრამაში მონაწილე კლინიკებია. სამედიცინო დაწესებულებათა ჩამონათვალი და საკონტაქტო ინფორმაცია შეგიძლიათ იხილოთ საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს ვებ-გვერდზე: www.moh.gov.ge

C ჰეპატიტის ელიმინაციის გრძელვადიანი სტრატეგია (2016–2020)

C ჰეპატიტის ელიმინაციის საბოლოო მიზნების მისაღწევად საჭირო გრძელვადიანი სტრატეგიის შემუშავებისთვის დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნულ ცენტრში 2015 წელს შეიქმნა სამუშაო ჯგუფი, რომელიც რამდენიმე თვის მანძილზე ინტენსიური დისკუსიების რეჟიმში მუშაობდა იმ სამიზნეების დასახვაზე, რომლებიც საუკეთესოდ ასახავს ქვეყნის საჭიროებებს და, ამავდროულად, არის რეალისტური და მიღწევადი. სამუშაო ჯგუფი დაკომპლექტებული იყო ყველა ძირითადი მონაწილე მხარის წარმომადგენლებით – სახელმწიფო და არასამთავრობო ორგანიზაციებით, აკადემიური დაწესებულებების წარმომადგენლებითა და ინდივიდუალური ექსპერტებით. საერთაშორისო პარტნიორებმა – აშშ-ის დაავადებათა კონტროლის ცენტრებმა და ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციამ – ფასდაუდებელი წვლილი შეიტანეს სტრატეგიის ისეთი სახით ჩამოყალიბებაში, რომელიც ითვალისწინებს უახლეს საერთაშორისო სტანდარტებსა და საუკეთესო პრაქტიკის შესახებ რეკომენდაციებს.

აღნიშნული სტრატეგია მოიცავს ძირითად აქტივობებს C ჰეპატიტის ელიმინაციის მისაღწევად საჭირო სხვადასხვა მიმართულებებით, როგორიცაა ცნობიერების ამაღლება, ეპიდზედამხედველობა, პრევენცია, სკრინინგი, დიაგნოსტიკა და მკურნალობა. გეგმის დასრულება მოხდა 2015 წლის 3-4 ნოემბერს გამართულ საერთაშორისო მრჩეველთა ჯგუფის (TAG) შეხვედრაზე, უცხოელ ექსპერტებთან საბოლოო მჭიდრო კონსულტაციების შედეგად. ასევე, მნიშვნელოვანი საკითხები და მონიტორინგისა და შეფასების ჩარჩოს ინდიკატორები შეჭერდა C ჰეპატიტის ელიმინაციის მესამე ეროვნულ სამუშაო შეხვედრაზე (6-8 აპრილი, თბილისი). 2016 წლის 24-25 ოქტომბერს გაიმართა საერთაშორისო მრჩეველთა ჯგუფის მეორე შეხვედრა, რომელზეც განხილულ იქნა ელიმინაციის პროგრამის მიმდინარეობა და ელიმინაციის სტრატეგიის მონიტორინგისა და შეფასების ინდიკატორები, ასევე ემუშავდა რეკომენდაციები მომდევნო წლის პრიორიტეტული ღონისძიებების შესახებ.

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

1

ძუძუთი კვების მსოფლიო
კვირეული

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 აგვისტო

ძუძუთი კვების მსოფლიო კვირეული აღინიშნება ყოველი წლის 1-7 აგვისტოს. მსოფლიოს 170-ზე მეტი ქვეყანა, ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის და გაეროს ბავშვთა ფონდი მხარს უჭერს ძუძუთი კვების სტრატეგიას ბავშვთა ჯანმრთელობის ხელის შეწყობის მიზნით. ძუძუთი ექსკლუზიურად კვება ბავშვის სიცოცხლის გადარჩენის უნიკალური საშუალებაა. დედის რძე ცოცხალი ბიოლოგიური ნივთიერებაა, რომელიც მუდმივად იცვლება ბავშვის მოთხოვნილების შესაბამისად. დედის რძეში საუკეთესო თანაფარდობით არის წარმოდგენილი ბავშვის ზრდისა და განვითარებისთვის აუცილებელი ყველა ნივთიერება. დედის რძე ვიტამინების საუკეთესო წყაროა და, ამასთან, მასში შემავალი დამცველობითი ფაქტორები იცავს ბავშვს მრავალი ინფექციური, არაინფექციური და ალერგიული დაავადებისაგან. ამავე დროს, დედის რძე თავად ასტიმულირებს ბავშვის იმუნური სისტემის მომწიფებას.



2

აგვისტო AUGUST

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 აგვისტო

ძუძუს კიბო ჰორმონდამოკიდებული დაავადებაა და მის განვითარებაში წამყვანი ადგილი რეპროდუქციულ რისკ-ფაქტორებს უჭირავს:

- ✓ პირველი სრული ორსულობა მოგვიანებით ასაკში
- ✓ ადრეული მენარქე, გვიანი მენოპაუზა
- ✓ უშვილობა, უნაყოფობა
- ✓ მშობიარობათა მცირე რიცხვი, ძუძუთი კვებაზე უარის თქმა
- ✓ აბორტები
- ✓ გენეტიკურ წინასწარგანწყობა, ძუძუს კიბოს ოჯახური ანამნეზი
- ✓ ძუძუს ტრავმები.

ძუძუს კიბოს პრევენციის საუკეთესო საშუალება სკრინინგული გამოკვლევაა.



www.who.int/entity/mediacentre/factsheets/fs297/en;

www.cdc.gov/cancer/dcpc/resources/features/BreastCancerAwareness/index.htm

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო AUGUST

3

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 აგვისტო

სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციები (სგზი) – სხვადასხვა პათოგენებით გამოწვეული ინფექციების ჯგუფი. სგზი კვლავ რჩება საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ერთ-ერთ მთავარ პრობლემად. ყველაზე გავრცელებული ინფექციებია სიფილისი, გონორეა, ქლამიდია, ტრიქომონიაზი, გენიტალური ჰერპესი და ადამიანის პაპილომავირუსული პრინფექცია.

სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციების უმეტესობის თავიდან აცილების ეფექტური გზა პრევენციის გამოყენებაა. ზოგჯერ ეს დაავადებები უსიმპტომოდ ვითარდება, ამიტომ მნიშვნელოვანია, რომ სარისკო ქცევის შემთხვევაში პიროვნებამ დროულად მიმართოს ექიმს და ჩაიტაროს გამოკვლევა. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs110/en; www.cdc.gov/std



4

აგვისტო AUGUST

პარასკევი/
FRIDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 აგვისტო

რეპროდუქციული ჯანმრთელობა ადამიანის ჯანმრთელობის კომპონენტია, რომელიც ფოკუსირებულია რეპროდუქციულ სისტემასა და მის ფუნქციონირებაზე. სქესობრივი ჯანმრთელობა ადამიანის მიერ საკუთარი სექსუალური კეთილდღეობის ინდივიდუალური აღქმაა. სქესობრივი და რეპროდუქციული ჯანმრთელობა მოიცავს სხვადასხვა ფართო მიმართულებებს, როგორებიცაა:

- ✓ ოჯახის დაგეგმვის საკითხები;
- ✓ რეპროდუქციული სისტემის დაავადებების პრევენცია, დიაგნოსტიკა და მკურნალობა;
- ✓ მოზარდთა განათლება სქესობრივი და რეპროდუქციული ჯანმრთელობის საკითხებში;
- ✓ გენდერული ძალადობის პრევენცია და მართვა. www.who.int/reproductivehealth/en/



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო AUGUST

5

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

6

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

5-6 აგვისტო

საკვებისმიერი დაავადებები – ინფექციური ან ტოქსიკური ბუნებისაა. ძირითადი გამომწვევები: ბაქტერიები, ვირუსები, პარაზიტები, ქიმიური ნივთიერებები, რომელიც ორგანიზმში აღწევს დაბინძურებული ჰაერის, საკვების ან წყლის მეშვეობით. საკვებში არსებულმა პათოგენებმა შეიძლება გამოიწვიოს მწვავე დიარეა და სხვა ინფექციური დაავადებები, მ.შ. მენინგიტი. საკვებისმიერი დაავადება შესაძლებელია გახდეს ხანგრძლივი შრომისუნარიანობის ან სიკვდილის მიზეზიც კი. ქიმიურმა დაბინძურებამ შესაძლოა გამოიწვიოს როგორც მწვავე მონაშვლა, ასევე ქრონიკული მიმდინარეობის დაავადება (კიბო). **ძირითადი ფაქტორები:** მავნე ბაქტერიებით, ვირუსებით, პარაზიტებითა ან ქიმიური ნივთიერებებით დაბინძურებულ საკვებს შეუძლია 200-ე მეტი დაავადების გამოწვევა; დაბინძურებული საკვების მიღების შემდეგ ყოველწლიურად მსოფლიოს მასშტაბით დაახლოებით 600 მილიონი – ყოველი 10 ადამიანიდან 1 ავადდება და 420 ათასი იღუპება; საკვებისმიერი დაავადებით ყოველწლიურად მსოფლიოს მასშტაბით 5 წლამდე ასაკის ბავშვების 40% ხდება ავად, 125 ათასი ბავშვი კი იღუპება; დაბინძურებული საკვების მიღებით გამოწვეული დიარეული დაავადებებით მსოფლიოს მასშტაბით ყოველწლიურად 550 მილიონი ადამიანი ხდება ავად და 230 ათასი ადამიანი იღუპება. საკვების უვნებლობის უზრუნველყოფის მიზნით მნიშვნელოვანია მჭიდრო თანამშრომლობა მთავრობებს, მწარმოებლებსა და მომხმარებლებს შორის. <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2015/campaign-toolkit.pdf?ua=1>

7

აგვისტო AUGUST

ორშაბათი/
MONDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

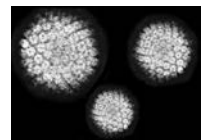
19:00

7 აგვისტო

რა არის ადამიანის პაპილომა ვირუსი? – ადამიანის პაპილომა ვირუსი (HPV)

საკმაოდ გავრცელებული ვირუსია. ის სქესობრივი გზით გადამდებ ყველაზე ხშირ ინფექციურ დაავადებას წარმოადგენს. გამომწვევის მიხედვით პაპილომა ვირუსის 100 ტიპს გამოყოფენ. ზოგიერთი მათგანი (13 ტიპი) მაღალი რისკისაა (ონკოგენური ანუ სიმსივნესთან ასოცირებული) და 70%-ში იწვევს **საშვილოსნოს ყელის კიბოს**; დაახლოებით 40 ტიპი დაბალი რისკისაა და გენიტალური (სასქესო) ორგანოების – საშვილოსნოს, ვულვის, ვაგინის, სწორი ნაწლავის, ანუსის მეჭეჭების წარმოქმნას იწვევს.

ადამიანის პაპილომა ვირუსის გარკვეული ტიპები კი ხელეხსა და ფეხებზე მეჭეჭების წარმოქმნას უწყობენ ხელს. პაპილომა ვირუსის (HPV) მნიშვნელობა ძირითადად განპირობებულია იმით, რომ მას **შეუძლია ბაქტერიის საშვილოსნოს ყელის კიბო**, რომელიც ქალებში ძუძუს კიბოს შემდეგ მეორე ადგილს იკავებს საქართველოში.



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

8

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 აგვისტო

ვილსონის დაავადება – თანდაყოლილი პათოლოგიაა და იშვიათ დაავადებათა რიცხვს მიეკუთვნება. დაავადების დროს ორგანიზმიდან სპილენძის გამოყოფა ფერხდება და თავის ტვინში, ღვიძლში, თირკმელებსა და თვალის ქსოვილებში გროვდება. ჭარბად დაგროვილი სპილენძი სიცოცხლისთვის საშიშ გართულებებს იწვევს და შესაძლებელია ფატალური შედეგით დასრულდეს. დროული დიაგნოსტიკა და მკურნალობა ავადმყოფის ცხოვრების ხარისხს მნიშვნელოვნად აუმჯობესებს. დაავადება ხშირად წლობით, უსიმპტომოდ მიმდინარეობს და 30 წლიდან ვლინდება; ამავე დროს, შესაძლებელია პირველმა სიმპტომებმა 4-5 წლის ასაკის ბავშვებშიც იჩინოს თავი. დიაგნოზის დროულად დასმის მიზნით პაციენტებს, რომელთა ოჯახის წევრებს ანამნეზში ვილსონის დაავადება აქვთ, აუცილებლად უნდა ჩაუტარდეთ გენეტიკური ანალიზი. ასევე, მნიშვნელოვანია კვების რაციონიდან სპილენძით მდიდარი საკვების ამოღება: ღვიძლი; შოკოლადი; ჩირი; სოკო; კაკალი და სხვ. მკურნალობის მიზანს გარკვეული მედიკამენტების საშუალებით ორგანიზმიდან ჭარბი სპილენძის გამოდევნა წარმოადგენს და მთელი ცხოვრების მანძილზე გრძელდება.

9

აგვისტო AUGUST

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 აგვისტო

როგორ ხდება პაპილომა ვირუსის გადაცემა? — გამომდინარე იქიდან, რომ დაავადება ხშირად უსიმპტომოდ მიმდინარეობს, პაპილომა ვირუსის გადაცემის რისკი საკმაოდ მაღალია. ადამიანის პაპილომა ვირუსის გადაცემა მხოლოდ სქესობრივი გზით ხდება. ადამიანის პაპილომა ვირუსი ორგანიზმში მოხვედრის შემდეგ, შემთხვევათა 90%-ში თავისით გამოიდევნება; დანარჩენ 10%-ს უვითარდება პერსისტენტული (მუდმივი) პაპილომა ვირუსული ინფექცია. გენიტალურ კონდილომატოზს (სასქესო ორგანოების მეჭეჭებს) ახასიათებს შემდეგი სიმპტომები: წვა, ქავილი და ტკივილი.

www.cdc.gov/cancer/gynecologic/index.htm

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

10

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 აგვისტო

პაპილომა ვირუსით დაინფიცირების რისკს ამცირებს:

- ✓ **ჯანსაღი ცხოვრების წესი** – ხელს უწყობს იმუნური სისტემის გაძლიერებას, ორგანიზმის ბრძოლის უნარიანობას ამაღლებას სხვადასხვა დაავადებებისა და ინფექციების წინააღმდეგ;
- ✓ **უსაფრთხო სქესი (კონდომის გამოყენება)** – თუმცა დაინფიცირება კანიდან და გენიტალიების ირგვლივ არიდანაც არის შესაძლებელი;
- ✓ **შარი თამბაქოზე** – მწველობა იმუნიტეტს აქვეითებს; მაღალი იმუნიტეტის მქონე ადამიანის ორგანიზმს აქვს პაპილომა ვირუსის ორგანიზმიდან განდევნის, ე.წ. „თვითგანმეწმის“ უნარი;
- ✓ **ადამიანის პაპილომა ვირუსის სანონალდმატო ვაქცინაცია** – უმრუნველყოფს ორგანიზმის დაცვას მაღალი რისკის მქონე ორი ტიპის (მე-16 და მე-18) პაპილომა ვირუსისაგან, რამდენადაც ისინი 70%-ში ინვევენ საშვილოსნოს ყელის კიბოს განვითარებას.

www.cdc.gov/cancer/gynecologic/index.htm

11

აგვისტო AUGUST

პარასკევი/
FRIDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 აგვისტო

**დაავადების ადრეული გამოვლენა
გადარჩენილი სიცოცხლეა,
ისარგებლე სკრინინგის უფასო პროგრამით!**

თუ ხართ 25-დან 60 წლამდე ასაკის საქართველოს მოქალაქე, საშვილოსნოს ყელის კიბოს სკრინინგის სახელმწიფო პროგრამით 3 წელიწადში ერთხელ (სხვა გამოკვლევებთან ერთად), თქვენ უფასოდ გიპოვნენ PAP-ტესტის ჩატარება.



www.ncdc.ge; www.gnsc.ge

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

12

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

13

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

12 - 13 აგვისტო

რადონი რადიოაქტიური გაზია, რომელიც შენობაში ხვდება საძირკველიდან, იატაკში არსებული ხვრელებიდან, კედლების საშენი მასალის ფორებიდან, კონსტრუქციებიდან. დათბობის მიზნით შენობის ჰერმეტიზაცია ზრდის რადონის კონცენტრაციას შენობაში. ადამიანის ორგანიზმში მოხვედრისას, რადონი ხელს უწყობს პროცესებს და კიბოს დაავადების წარმოქმნას ფილტვებში. განსაკუთრებულად საშიშია რადონის ზემოქმედების და მოწვევის ერთდროული ურთიერთქმედება. ითვლება, რომ რადონი მოწვევის შემდგომ მეორე ფაქტორია, რომელიც იწვევს და აძლიერებს უპირატესად ბრონქოგენური ტიპის ფილტვების კიბოს რისკს. სარდაფების საცხოვრებელ ფართიდან ჰერმეტიკული იზოლაცია და მათი ხშირი განიავება, გამწოვი ვენტილაციით სარგებლობა ამცირებს რადონის კონცენტრაციას შენობაში. www.who.int/mediacentre/factsheets/fs291/en



14

აგვისტო
AUGUST

ორშაბათი/
MONDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 აგვისტო

პროფესიული ჯანმრთელობა ადამიანის ჯანმრთელობისა და სამუშაო ადგილის უსაფრთხოების ყველა ასპექტს უკავშირდება და აქცენტს აკეთებს საფრთხის პრევენციაზე. დასაქმებულებს უამრავი რისკის ფაქტორის ზემოქმედების ქვეშ ყოფნა უწევთ, რასაც მოსდევს ტრავმები, სმენის დაკარგვა, ინფექციები, ძვალ-კუნთოვანი სისტემის დაზიანება და ქრონიკული პათოლოგიები სიმსივნეების ჩათვლით.



პროფესიული ჯანმრთელობა მჭიდროდაა დაკავშირებული საზოგადოებრივ ჯანმრთელობასთან და ჯანმრთელობის სისტემების განვითარებასთან. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია ახორციელებს დასაქმებულთა ჯანმრთელობის უზრუნველყოფის სამოქმედო გეგმას 2007-2017 წლებისათვის. საქართველოში დასაქმებულთა პროფესიული რისკების შეფასება და ჯანმრთელობის ხელშეწყობის ღონისძიებები მიმდინარეობს „პროფესიულ დაავადებათა პრევენციის სახელმწიფო პროგრამის“ ფარგლებში.

www.who.int/topics/occupational_health/en/

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

15

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 აგვისტო

კლიმატური ცვლილებები გლობალური ჯანმრთელობის ყველაზე დიდი გამოწვევაა 21-ე საუკუნეში. უკანასკნელი 100 წლის განმავლობაში ჩვენი სამყარო 0.75°C -ით გათბა, რაც მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს ადამიანის ჯანმრთელობაზე, სოციალურ და გარემო ფაქტორებზე. ექსტრემალურად მაღალი ტემპერატურა და თბური ტალღები იწვევენ გარკვეული დაავადებების ჩამოყალიბებას, არსებული პათოლოგიების გამწვავებას, ინფექციური და ქრონიკული დაავადებების შემთხვევებისა და მათთან ასოცირებული სიკვდილიანობის ზრდას, განსაკუთრებით, ბავშვებსა და ასაკოვან ადამიანებში.



16

აგვისტო AUGUST

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

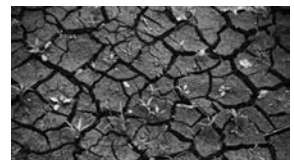
18:00

19:00

16 აგვისტო

კლიმატური ცვლილებები – ზაფხულის თბური ტალღების პერიოდში აუცილებელია მთელი რიგი რეკომენდაციების შესრულება, როგორცაა: სითხის დიდი რაოდენობით მიღება; ოთახის ხშირი განიავება; მწერების დამცველი საშუალებების გამოყენება; მზის გულზე ყოფნისა და მუშაობისგან თავის შეკავება და სხვ.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია მოუწოდებს ყველას მხარი დაუჭირონ მისცენ მძლავრ და ეფექტურ კლიმატური ცვლილებების საერთაშორისო შეთანხმებას, რაც დაიცავს ადამიანის ჯანმრთელობასა და სიცოცხლეს.



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

17

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 აგვისტო

დარიშხანი – მაღალი ტოქსიკურობის ნივთიერებაა, LD50 შეადგენს 14,6 მგ/კგ. ძლიერ ტოქსიკურია ჩაყლაპვისას კანზე და თვალის ლორწოვან გარსზე მოხვედრისას და შესუნთქვისას. ზემოქმედების მაღალი ექსპოზიცია იწვევს სიკვდილს. იგი პირველი კლასის კანცეროგენია, ხასიათდება მუტაგენური და ტერატოგენური ეფექტებით. სამიზნე ორგანოებია: სისხლი, ღვიძლი, ცენტრალური ნერვული და კარდიო-ვასკულარული სისტემები, თირკმელი. განმეორებითი ან ხანგრძლივი ზემოქმედება აძლიერებს სამიზნე ორგანოების დაზიანების ხარისხს. დარიშხანთან მუშაობის არეალი უნდა იყოს შემოფარგლული, უზრუნველყოფილი გამწოვი ვენტილაციით და სხვა საინჟინრო ქმედებებით (ჰერმეტიზაცია, მექანიზაცია, ავტომატიზაცია), რაც ამცირებს ჰაერში დარიშხანის შემცველობას. დარიშხანთან სამუშაოდ დაიშვებიან პირები სათანადო სამედიცინო შემოწმების გავლის შემდეგ, აუცილებელია ინდივიდუალური დაცვის საშუალებების გამოყენება. დარიშხანთან მუშაობის პერიოდი არ უნდა აღემატებოდეს 4 საათს.



18

აგვისტო
AUGUST

პარასკევი/
FRIDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 აგვისტო

გენომი – გენომის კვლევის მრავალი მეთოდი არსებობს. დეტექციის ყველაზე სწრაფი, მგრძნობიარე და სპეციფიური მეთოდი ე.წ. პოლიმერაზული ჯაჭვური რეაქცია (PCR) სწორედ გენომის ფრაგმენტების აღმოჩენას ეფუძვნება. ლუგარის ცენტრის მოლეკულური ეპიდემიოლოგიის ლაბორატორიაში გარდა სხვადასხვა ვირუსული და ბაქტერიული პათოგენების დეტექციისა, შესაძლებელია მათი გენოტიპირება რამოდენიმე განსხვავებული მეთოდით. ამასთან, გენომის ცენტრში ხელმისაწვდომია ნუკლეოტიდური თანმიმდევრობის გაშიფრვის როგორც კლასიკური (3130XL, ABI), ასევე ახალი თაობის სექვენირების უახლესი აღჭურვილობა (MiSeq, Illumina), რომელიც ნებისმიერი ცოცხალი ორგანიზმის, მათ შორის ადამიანის გენეტიკური კვლევის საშუალებას იძლევა.



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

19

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

20

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

19 - 20 აგვისტო

შავი ჭირი – ბუნებრივ-კეროვანი ინფექციური დაავადებაა, რომელიც შეიძლება ფატალურად დამთავრდეს. მას ინვევს ბაქტერია *Yersinia pestis*. გამომწვევის რეზერვუარია მღრღნელები, გადამტანი კი მათზე მობინადრე რწყილი. ადამიანში ეს დაავადება მიმდინარეობს რამდენიმე ფორმით: ბუბონური, ფილტვის და სეპტიცემიური. ფილტვის ან სეპტიცემიური ფორმით დაავადებული ადამიანი ინფექციას ავრცელებს წვეთოვანი და კონტაქტური გზით. შავი ჭირის პრევენცია დაფუძნებულია მღრღნელების პოპულაციის კონტროლზე, რწყილების წინააღმდეგ რეპელენტებისა ინსექტიციდების და პირადი დაცვის საშუალებების გამოყენებაზე, კერაში ინფექციის კონტროლზე. განსაკუთრებულ სიტუაციაში პრევენციისათვის გამოყენება ვაქცინა ან ანტიბიოტიკები. www.cdc.gov



21

აგვისტო
AUGUST

ორშაბათი/
MONDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 აგვისტო

ნატურალური ყვავილი – მწვავე, კონტაგიოზური, ხშირად ფატალური ვირუსული დაავადებაა. წარსულში ის ბევრი ეპიდემიისა და მილიონობით ადამიანის სიკვდილის მიზეზი იყო. გასული საუკუნის 70–იან წლებში მსოფლიოში ჩატარდა მასობრივი ვაქცინაცია და 1980 წლის შემდეგ ყვავილი მსოფლიოში ლიკვიდირებულია. ვირუსის გადაცემა ხდება წვეთოვანი ან კონტაქტური გზით, ასევე ავადმყოფის ტანსაცლითა და ნივთებით. ნატურალური ყვავილის პრევენციის ძირითადი მეთოდი ვაქცინაციაა. დაავადების პროფილაქტიკისთვის ვაქცინა პირველად გამოიყენა ე. ჯენერმა 1796 წ.

www.cdc.gov



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

22

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 აგვისტო

საშვილოსნოს ყელის კიბო – ძირითადი ეთიოლოგიური აგენტი ადამიანის პაპილომა ვირუსია (HPV). HPV მსოფლიოში ყველაზე ფართოდ გავრცელებული სქესობრივი გზით გადამდები ვირუსული ინფექციაა, რომლითაც ყოველწლიურად დაახლოებით 660 მილიონი ადამიანი ინფიცირდება. HPV-ს მხოლოდ ორ გენოტიპთან (მე-16 და 18) დაკავშირებულია საშვილოსნოს ყელის კიბოს შემთხვევათა 70%. როგორც სკრინინგული გამოკვლევა, ასევე ადამიანის პაპილომა ვირუსის სანინალმდევო ვაქცინაცია საშვილოსნოს ყელის კიბოს პრევენციის ეფექტური საშუალებაა.



23

აგვისტო
AUGUST

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 აგვისტო

ჰიგიენა – პროფილაქტიკური მედიცინის ნაწილი, რომელიც სწავლობს გარემო პირობების გავლენას ადამიანის ჯანმრთელობაზე და მიზნად ისახავს დაავადებების გავრცელების პრევენციას. სამედიცინო ჰიგიენა მოიცავს ყველა იმ პრაქტიკული ქცევებისა და ჩვევების ერთობლიობას, რაც დაკავშირებულია ჯანმრთელობის შენარჩუნებასთან, მათში შედის: ხელების დაბანა, ნარჩენების გატანა, გარემო არის დასუფთავება, სამედიცინო ხელსაწყოების სტერილიზაცია, წყალი და სანიტარია, სამედიცინო ნარჩენების უსაფრთხო განადგურება და სხვა მსგავსი.



www.who.int/topics/hygiene/en

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

24

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 აგვისტო

ეპიდემია – განსაზღვრულ ტერიტორიაზე ან მოსახლეობის ცალკეულ ჯგუფში დროის გარკვეულ პერიოდში დაავადების შემთხვევების მნიშვნელოვანი ზრდა ფონურ დონესთან შედარებით წარსულში ამ ტერმინს იყენებდნენ მხოლოდ ინფექციურ დაავადებებთან მიმართებაში. ბოლო ათწლეულებში ტერმინით „ეპიდემია“ აღნიშნავენ ასევე არაგადამდებ დაავადებათა გავრცელებას და გავრცელებულ მოვლენებს, რომელიც მოსახლეობის ჯანმრთელობაზე უარყოფით გავლენას ახდენს. ასეთებია გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების ეპიდემია, კიბოს ეპიდემია, ნარკომანია, თამბაქოს მოხმარება და სხვ.



25

აგვისტო
AUGUST

პარასკევი/
FRIDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 აგვისტო

ეპიდემიოლოგია – მედიცინის დარგი, რომელიც სწავლობს დაავადებათა წარმოშობისა და გავრცელების მიზეზებს, რისკ-ფაქტორებს და მათთან ბრძოლის საშუალებებს. ეპიდემიოლოგია საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ქვაკუთხედაა. იგი შეიმუშავებს პრევენციული ჯანდაცვის ღონისძიებებს, ასევე მეთოდებს კლინიკური და ეპიდემიოლოგიური კვლევების დიზაინის, მონაცემთა შეგროვებისა და სტატისტიკური ანალიზის, კვლევის შედეგების, მისი ინტერპრეტაციის და დისემინაციისათვის. ეპიდემიოლოგიური კვლევა მოიცავს დაავადებათა ეტიოლოგიას, ტრანსმისიას, ეპიდემიოლოგიას, კვლევას და ეპიდემიოლოგიის დონორებს.



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

26

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

27

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

26 - 27 აგვისტო

ალკოჰოლი და ორსულობა – ალკოჰოლი თავისუფლად გადის პლაცენტარულ ბარიერს და აღწევს ნაყოფამდე. ორსულობის დროს ალკოჰოლის მიღება მნიშვნელოვანად ზრდის ორსულობის შეწყვეტის ან მკვდრადშობადობის რისკს. მან ასევე შეიძლება გამოიწვიოს ისეთი მძიმე დაავადება, რომელიც ცნობილია, როგორც ფეტალური ალკოჰოლური სინდრომი. ასე უწოდებენ ნაყოფის დაავადებას, რომელიც გამოწვეულია მუცლადყოფნისას ნაყოფის ალკოჰოლური დაზიანებით. ეს სინდრომი ხასიათდება სხვადასხვა სახის სპეციფიური ანომალიით, ფიზიკური და გონებრივი განვითარების შეფერხებით, გულის და სხვა ორგანოთა დაზიანებით. არ არსებობს ალკოჰოლის უსაფრთხო დოზა ორსულობის პერიოდში. ორსულთათვის არ არსებობს სასმელის მიღებისათვის შედარებით უსაფრთხო პერიოდი. ასევე არ უნდა მიიღონ ალკოჰოლი იმ ქალებმა, ვინც ორსულობას გეგმავს.



28

აგვისტო AUGUST

ორშაბათი/
MONDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 აგვისტო

არაგადამდებ დაავადებათა პრევენციისა და კონტროლის ინტერსექტორალური საკოორდინაციო საბჭო – არაგადამდები დაავადებები საქართველოს ჯანდაცვის სისტემის მნიშვნელოვანი გამოწვევაა. ჯანმო-ს 2014 წლის ანგარიშის მიხედვით საქართველოში სიკვდილიანობის 94% გამოწვეულია არაგადამდები დაავადებებით, აქედან 69% – გსდ, 14% – კიბო, 1% – დიაბეტი, 4% – ქრდ, 5% – სხვა ავდ-ები.

არაგადამდებ დაავადებათა პრევენციისა და კონტროლის გაძლიერებისა და გლობალური სამოქმედო გეგმებისა და მდგრადი განვითარების მიზნების მიღწევის მიზნით საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის მინისტრის 2015 წლის 8 დეკემბრის № 01-341/ო ბრძანებით შეიქმნა არაგადამდებ დაავადებათა პრევენციისა და კონტროლის ქვეყნის ინტერსექტორალური საკოორდინაციო საბჭო, სამდივნოს ფუნქცია დაეკისრა დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნულ ცენტრს. www.who.int; www.ncdc.ge



აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

29

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 აგვისტო

სანიტარია – სანიტარია სისუფთავისა და მოსახლეობის ჯანმრთელობის დაცვისათვის საჭირო ღონისძიებათა ერთობლიობა. დასახლებული ადგილების სანიტარიული დაცვა გულისხმობს ღონისძიებათა კომპლექსს, რომელთაგან მთავარია:

- ✓ ნიადაგის ბუნებრივი თვისებების დაცვა;
- ✓ ხელოვნური საფარის მოწყობა;
- ✓ ნიადაგის დაცვა ორგანული და არაორგანული ნივთიერებებითა და მათი გადანაყრებით გაბინძურებისაგან;
- ✓ დასახლებული ადგილების დასუფთავება;
- ✓ შენობებში კანალიზაციის მოწყობა.

30

აგვისტო
AUGUSTოთხშაბათი/
WEDNESDAY

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 აგვისტო

თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის „თამბაქოს პროდუქტებით უკანონო ვაჭრობის შესახებ“ დამატებითი ოქმი – საერთაშორისო ხელშეკრულება, საკუთარი უფლებებით, რომელიც შეთანხმებულ იქნა ჯანმო-ს თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის მხარეებს შორის. კონვენციის მე-15 მუხლი მხარეებს ავალდებულებს აღმოფხვრან თამბაქოს ნაწარმით უკანონო ვაჭრობის ყველა ფორმა. 2016 წლის სექტემბრისათვის თამბაქოს ნაწარმით უკანონო ვაჭრობის აღმოფხვრის ოქმზე ხელი მოწერილი აქვს 54 ქვეყანას, ხოლო მისი წევრია 23 ქვეყანა. იმისათვის, რომ ოქმი იქცეს საერთაშორისო კანონად, საჭიროა იგი რატიფიცირებული იყოს სულ მცირე 40 ქვეყნის მიერ. როდესაც ოქმის რატიფიცირებას საკმარისი რაოდენობით ქვეყანა მოახდენს, ამოქმედდება მარაგის ჯაჭვის დაცვა, გაუმჯობესებული საერთაშორისო თანამშრომლობა და სხვა დამცავი მექანიზმები. თამბაქოს კონტროლის ჩარჩო კონვენციის ერთობლივი შეფასების მისიის ანგარიშის მიხედვით თამბაქოს ნაწარმით უკანონო ვაჭრობის ოქმის რატიფიცირების და აღსრულებისთვის საქართველოში არსებობს მყარი საფუძველი – საქართველო მსოფლიო საბაჟო ორგანიზაციის წევრია და, ასევე, პროცესშია ეროვნული კანონმდებლობის ევროკავშირის კანონმდებლობასთან ჰარმონიზაცია. გამომდინარე აქედან, საქართველოს კარგი პოზიცია უკავია და აქვს საკმარისი სიმძლავრე, რომ ოქმის ყველა მოთხოვნა დააკმაყოფილოს და მოახდინოს თამბაქოს ნაწარმით უკანონო ვაჭრობის პრევენცია.

აგვისტო/AUGUST

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

აგვისტო
AUGUST

31

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

31 აგვისტო

თამბაქო და ეკოლოგია – გარემოს დაბინძურების ერთ-ერთ პრობლემას წარმოადგენს სიგარეტის ნამწვავები. ყოველწლიურად გარემოში დაახლოებით სიგარეტის 4,5 ტრილიონი ნამწვავი ხვდება. წვიმისას მათი დიდი ნაწილი ირეცხება მდინარეებში, ზღვაში; 80% წყლის სწორედ იმ საცავეებში ხვდება, რომელსაც სასმელად ვიყენებთ. ხოლო ფილტრი, რომელიც სიგარეტშია, მზადდება ნივთიერებისაგან – ცელულოზის აცეტატი, რომელიც ბიოდეგრადაციას ფაქტიურად არ განიცდის. ხოლო მომწამლავი ნივთიერებების შემცველი ნამწვავები, ფაქტიურად ამ ნივთიერებების მინი კონტეინერები ხდებიან და ამის გამო მათში არსებული ქიმიკატების მეშვეობით მავნე გავლენას ახდენს არამარტო ნიადაგის და წყლის ხარისხზე, არამედ წყლის ბინადრებზე, დაბინძურებულ ნიადაგზე მოყვანილ პროდუქტებზე, და სხვა. ეს კი შემდგომ ჩვენი საკვების ხარისხზე აისახება.

თამბაქოზე უარის თქვა გარემო ჯანმრთელობას უწყობს ხელს! www.ncdcgeorgia.wordpress.com



„მდგრადი განვითარების მიზნები“

2015 წლის 25 სექტემბერს ნიუ-იორკში, გაეროს გენერალური ასამბლეის სამიტზე, გაეროს წევრი 193 სახელმწიფოს მიერ მიღწეულ იქნა კონსენსუსი ახალი დღის წესრიგის დოკუმენტზე „ჩვენი მსოფლიოს გარდაქმნა: მდგრადი განვითარების დღის წესრიგი 2030 წლამდე“ და ჩამოყალიბებულ იქნა გლობალურ მიზნებად წოდებული მდგრადი განვითარების მიზნები, რომელიც მსოფლიოს პერსპექტიული განვითარების ფართომასშტაბიან სტრატეგიას წარმოადგენს.

მდგრადი განვითარების 17 მიზანი და 169 ამოცანა, რომელიც გაცხადებულ იქნა 2015 წლის სექტემბერში გაეროს სამიტზე, წარმოადგენდა მსოფლიოს განვითარების ახალ უნივერსალურ დღის წესრიგს, რომელიც ეფუძნებოდა ათასწლეულის განვითარების მიზნებს და მიმართული იყო იმ მიზნების შესრულებაზე, რომელიც არ იყო მიღწეული.

ათასწლეულის განვითარების სიღარიბის აღმოფხვრაზე მიმართული 8 მიზანი – სიღარიბის, შიმშილის, ავადობის ტვირთის, სქესთა უთანასწორობის შემცირება და წყლისა და სანიტარული პირობების გაუმჯობესების მიღწევა – მიღებულ იქნა 2000 წელს და უნდა მიღწეულიყო 2015 წლისათვის. მსოფლიოში აღინიშნა განსაკუთრებული პროგრესი ამ მიზნების მიღწევაში, თუმცა მიუხედავად წარმატებისა, სიღარიბე სრულად არ იქნა აღმოფხვრილი. მდგრადი განვითარების ჩვიდმეტივე მიზანი დაკავშირებული იყო გაეროს განვითარების პროგრამის სტრატეგიული გეგმის საკვანძო სფეროებთან:

- ✓ მდგრადი განვითარება;
- ✓ დემოკრატიული მმართველობა;
- ✓ მშვიდობის დამკვიდრება;
- ✓ კლიმატისა და კატასტროფების მიმართ მდგრადობა.

გაეროს ახალი სტრატეგიის არსი იყო ადამიანის უფლებათა რეალიზება თითოეული ადამიანისთვის, სქესთა თანასწორობის მიღწევა, ყველა ქალისა და გოგონას უფლებების გაძლიერება. მდგრადი განვითარების მიზნები ინტეგრირებული და დაბალანსებული იყო 3 მიმართულებით:

- ✓ ეკონომიკური;
- ✓ სოციალური;
- ✓ გარემოს დაცვითი.

მდგრადი განვითარების მიზნებმა და ამოცანებმა მოახდინეს ქმედებათა სტიმულირებას კაცობრიობისთვის კრიტიკულად მნიშვნელოვანი სფეროების მიხედვით: ადამიანი, პლანეტა, კეთილდღეობა, მშვიდობა, პარტნიორობა.

www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-development-goals

HEALTH 2020

A European policy framework
supporting action across government
and society for health
and well-being



„ჯანმრთელობა 2020“

2012 წლის სექტემბერში ევროპის რეგიონის 53 ქვეყნის წარმომადგენლებმა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ევროპის რეგიონული კომიტეტის სესიაზე მიიღეს ახალი, მტკიცებულებებზე დაფუძნებული ჯანდაცვის რეგიონული პოლიტიკა „ჯანმრთელობა 2020“, რომლის ძირითადი მიზანია ჯანმრთელობის გაუმჯობესება ყველასათვის და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული უთანასწორობის შემცირება.

„ჯანმრთელობა 2020“ პოლიტიკა ფოკუსირებულია 4 პრიორიტეტული სფეროს სტრატეგიულ ღონისძიებებზე და გააჩნია ინოვაციური ხასიათი, რადგანაც მიმართულია სახელმწიფოსა და საზოგადოების ყველა დონისა და დარგის ქმედებებზე იმისათვის, რომ მნიშვნელოვნად გაუმჯობესდეს მოსახლეობის ჯანმრთელობა და კეთილდღეობა, შემცირდეს ჯანდაცვის სფეროსთან

დაკავშირებული უთანასწორობა, გაძლიერდეს საზოგადოებრივი ჯანდაცვა, უზრუნველყოფილ იქნეს ჯანდაცვის სისტემების ადამიანზე ორიენტირება და ეს სისტემები გახდეს უნივერსალური, თანასწორი, მდგრადი და მაღალი ხარისხის. პოლიტიკა „ჯანმრთელობა 2020“ დღეისათვის ევროპის რეგიონის ფუნდამენტურ პრიორიტეტულ ამოცანას წარმოადგენს. ეს არის ევროპის რეგიონის ერთგვარი პასუხი გავრცელებულ მდგრადი განვითარების მიზნების დეკლარირებაზე და გამოიყენება აღნიშნული მიზნების მიღწევის ძირითად პლატფორმად.

„ჯანმრთელობა 2020“ პოლიტიკის ძირითადი კომპონენტებია:

- ✓ ფასეულობები, რაც გულისხმობს ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის კონსტიტუციით დეკლარირებულ ადამიანის ძირითად უფლებას გააჩნდეს ჯანმრთელობის მაქსიმალურად მიღწევადი დონე;
- ✓ ჯანდაცვის განვითარება, რაც გულისხმობს ჯანმრთელობის განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ადამიანის მიერ დასახული ნებისმიერი მიზნის მიღწევას;
- ✓ პრობლემების გადაჭრა, რაც გულისხმობს მაქსიმალური ეფექტურობით მიმდინარე სოციალური, დემოგრაფიული, ეპიდემიოლოგიური და ფინანსური პრობლემების გადაჭის საუკეთესო გზების დასახვას;
- ✓ პარტნიორობა, რისთვისაც განსაზღვრულია მომავლის ხედვა, სტრატეგიული მიმართულება და პრიორიტეტების კომპლექსი ყველა დაინტერესებული პარტნიორის ჩართულობისთვის;
- ✓ ფოკუსირება თანასწორობაზე. პოლიტიკის ჩარჩო ითვალისწინებს მოსახლეობის ჯანმრთელობაში არსებული უთანასწორობის განსაზღვრის ძირითად შესაძლებლობებს და მათ აღმოფხვრამე მიმართულ ძალისხმევას;
- ✓ მტკიცებულებები, რაც გულისხმობს ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული წინამორბედი სტრატეგიების გამოცდილების გათვალისწინებას;
- ✓ სტრატეგიული ამოცანა, რაც გულისხმობს მოსახლეობის ჯანმრთელობის გაუმჯობესებას სახელმწიფოს მიერ მმართველობის ყველა დონეზე ორი, ერთმანეთთან დაკავშირებული სტრატეგიული ამოცანის (ჯანმრთელობის ყველასათვის გაუმჯობესება და უთანასწორობის შემცირება, ლიდერობის და კოლექტიური ხელმძღვანელობის გაუმჯობესება ჯანმრთელობის სფეროში) გადანაცვებით.

„ჯანმრთელობა 2020“ პოლიტიკის პრიორიტეტული მიმართულებები:

- ✓ ინვესტირება ჯანმრთელობაში ადამიანის სიცოცხლის ყველა ეტაპზე, მოქალაქეთა უფლებების და შესაძლებლობების გაფართოება;
- ✓ ევროპის რეგიონში ძირითადი არაგადამდები და გადამდები დაავადებებით ავადობის ტვირთის შემცირება;
- ✓ მოსახლეობაზე ორიენტირებული ჯანდაცვის სისტემების და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის გაძლიერება, მათ შორის საგანგებო სიტუაციებისადმი მზადყოფნის და საპასუხო მოქმედებების პოტენციალის მხარდაჭერა;
- ✓ მხარდაჭერი გარემოს შექმნა და ადგილობრივი საზოგადოებების მდგრადობის უზრუნველყოფა.



გარემო და ჯანმრთელობა

თანამედროვე ცივილიზაციის ეპოქაში გარემო ერთ-ერთ უმნიშვნელოვანეს ფაქტორს წარმოადგენს, რომელიც უშუალო ზეგავლენას ახდენს საზოგადოების ჯანმრთელობაზე. ქალაქების ურბანიზაცია, სამრეწველო პოტენციალის ზრდა, საქალაქო ტრანსპორტის მძლავრი ქსელი, ახალი ტექნოლოგიების დანერგვა, ცხოვრების სწრაფი ტემპი და სხვა მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს გარემოს ობიექტების (ატმოსფერული ჰაერი, წყალი, ნიადაგი, საცხოვრებელი გარემო) ხარისხობრივ და მოსახლეობის ჯანმრთელობის

მდგომარეობაზე, რომელიც წარმოშობს მრავალფეროვან და რთულ ანთროპოგენულ პრობლემებს.

ცნება „გარემო“, უპირველეს ყოვლისა, ადამიანის საარსებო გარემოს გულისხმობს და მოიცავს გარემოს ფიზიკურ, ბიოლოგიურ, სოციალურ, კულტურულ და ყველა სხვა ფაქტორს, ასევე მათთან დაკავშირებულ ქცევით თავისებურებებს, რაც გავლენას ახდენს ადამიანის ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე.

მსოფლიოს მოსახლეობის მთლიანი დაავადებულობის 20-22% და სიკვდილიანობის 23% გარემოს ფაქტორების ზემოქმედებითაა განპირობებული. გარემოს უარყოფითი ზემოქმედება დამოკიდებულია სხვადასხვა ფაქტორზე, კერძოდ: უსაფრთხო წყალზე და ადექვატურ სანიტარულ პირობებზე ხელმისაწვდომობა; განაშენიანება, მათ შორის საცხოვრებელი, მიწათსარგებლობა, გზები, ჰაერის დაბინძურება; ადამიანის ფაქტორით განპირობებული კლიმატისა და ეკოსისტემის ცვლილებები; ხმაური, ელექტრომაგნიტური ველები; ულტრაიისფერი და მაიონებელი გამოსხივება; პროფესიული რისკები; სოფლის მეურნეობის წარმოების მეთოდები, საირიგაციო სქემები; ნარჩენების მართვა; ბავშვი და გარემო; ქიმიური უსაფრთხოება და სხვა.

განსაკუთრებით აღსანიშნავია კლიმატის გლობალური ცვლილება და მისი ზეგავლენა გარემოსა და ადამიანთა ჯანმრთელობაზე. 2015 წელს გარემოს კლიმატის ცვლილების პარიზის კონფერენციაზე მკაფიოდ აღინიშნა კლიმატის ცვლილების უარყოფითი ზეგავლენა (ბუნებრივი კატასტროფებით მიყენებული ზარალი: დამავებული და გარდაცვლილ ადამიანთა რიცხვი, ასევე იმ დაავადებათა სიხშირე, რომლებიც ბუნების ექსტრემალური მოვლენების ზემოქმედებით ჩნდება), რომელიც წლიდან წლამდე სულ უფრო მრავალფეროვანი და ინტენსიური ხდება და აუცილებელს ხდის მის სასწაფოდ გადაჭრას.

გარემო და ჯანმრთელობა გახდა 21-ე საუკუნის ერთ-ერთი გლობალური პრობლემა. შესაბამისად, უკანასკნელი 15-20 წლის განმავლობაში სულ უფრო მეტ მნიშვნელობას იძენს საერთაშორისო პოლიტიკისა და ურთიერთობების დღის წესრიგში. კერძოდ, ინიცირებულია ინტერსექტორალური მმართველობა: ევროპის გარემოს და ჯანმრთელობის პროცესი ჯანმოს ევროპის რეგიონალური ბიუროს მიერ, რომელიც მოიცავს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის პირველადი პრევენციული ფართომასშტაბიანი მიდგომების შემუშავებას.

ევროპის გარემოს და ჯანმრთელობის პროცესი იმართება გარემოს და ჯანმრთელობის მინისტრთა საბჭოთი და მინისტერიალის კონფერენციებით. ბოლო 20 წლის განმავლობაში გაიმართა მალაი დონის ევროპის გარემოს და ჯანმრთელობის პროცესი მინისტერიალის კონფერენციები. აღსანიშნავია 1989 წ. – პირველი მინისტერიალის კონფერენცია ფრანკფურტში, სადაც მიღებულ იქნა გარემოსა და ჯანმრთელობის ევროპის ქარტია, 1999 – მესამე მინისტერიალის კონფერენცია, ლონდონში: წყლის და ჯანმრთელობის ოქმის და 1992 წლის კონვენციისათვის ტრანსსასაზღვრო წყლების და ტბების გამოყენებასა და დაცვაზე; და ტრანსპორტის, გარემოს და ჯანმრთელობის ქარტია. 2010 – მეხუთე მინისტერიალის კონფერენცია, იტალიაში ქ. პარმა, სადაც მიღებულ იქნა ხუთი დროში განვირეილი ვალდებულება და გარემოს და ჯანმრთელობის ახალი ინსტიტუციონალური ჩარჩო.

საქართველოში ადამიანის ჯანმრთელობისათვის უსაფრთხო გარემოს უზრუნველსაყოფად, საერთაშორისო ვალდებულებებისა და ეროვნული პოლიტიკის თანამედროვე მოთხოვნებმა განაპირობა ახალი „გარემოს და ჯანმრთელობის ეროვნული სამოქმედო გეგმის (NEHAP-2)“ შემუშავების აუცილებლობა, რომელზედაც აქტიურად მიმდინარეობს მუშაობა.

ალკოჰოლის საზიანო მოხმარების შემცირების პროვნიული სტრატეგია

ალკოჰოლის საზიანო მოხმარება წარმოადგენს ჯანმრთელობის სერიოზულ ტვირთს მთელი მსოფლიოს მასშტაბით. ყოველწლიურად ალკოჰოლის საზიანო მოხმარებით დაახლოებით 3.3 მლნი ადამიანი კვდება, და მათგან დაახლოებით 10% 15-29 წლის მოსახლეობაა. იგი ჯანმრთელობის გაუარესების მესამე წამყვან რისკ-ფაქტორად მოიაზრება და მისი წილი საერთო სიკვდილიანობაში 4%-ს აღწევს (2004). ალკოჰოლთან დაკავშირებული მიზეზით გამოწვეული სიკვდილობა ევროპის ქვეყნებში საერთო სიკვდილიანობის დაახლოებით 12%-ს იკავებს (13.9% მამაკაცებში და 7.7% ქალებში). 2010 წლის მონაცემებით **პეროპაში** ალკოჰოლის საზიანო მოხმარებასთან ასოცირებულია ღვიძლის ციროზის 10 დან 7 შემთხვევა, კიბოს ყველა შემთხვევის 3-5% და ტრავმების 27% მამაკაცებში (ქალებში-6%). კიბოს, ღვიძლის ციროზს და ტრავმებს ალკოჰოლთან დაკავშირებული სიკვდილიანობის 90%. დადგენილია, რომ „სუფთა“ ალკოჰოლის დღიური მოხმარების 10 გრამიდან 90 გრამამდე გაზრდით ალკოჰოლთან დაკავშირებული დაავადებისგან სიკვდილის აბსოლუტური წლიური რისკი იზრდება დაახლოებით 14 ჯერ. ხოლო ალკოჰოლთან დაკავშირებული ტრავმებით გამოწვეული სიკვდილის რისკი დაახლოებით 30-ჯერ. ევროპის ქვეყნებში ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების მიზეზზე მოდის საგზაო შემთხვევებით გამოწვეული სიკვდილობის 20-48% უჭირავს.

პეროპა წარმოადგენს ყველაზე მძიმე „მსმელ“ რეგიონს მსოფლიოში. 23 მილიონი ადამიანი ევროგაერთიანების ქვეყნებში (EU) არის ალკოჰოლ-დამოკიდებული. 15-16 წლის მოზარდების 43%-მა აღნიშნა რომ ჰქონდა მძიმე სიმთვრალე. ალკოჰოლი, ამ ასაკში, წარმოადგენს უბედური შემთხვევების და სიკვდილობის უდიდეს მიზეზს. ოთხიდან ერთი უბედური შემთხვევა დაკავშირებულია ალკოჰოლთან. ალკოჰოლი მოიაზრება ძირითადი ოთხიდან ერთ-ერთ მთავარ რისკ-ფაქტორად ისეთი არაგადამდები დაავადებებისთვის, როგორიცაა კიბო და კარდიოვასკულური დაავადებები; ალკოჰოლი ითვლება ტოქსიკურ ნივთიერებად, როგორც პირდაპირი ასევე არაპირდაპირი ფეფტების გათვალისწინებით, რომელიც 60-მდე დაავადების განვითარებას განაპირობებს/ხელს უწყობს.

კვლევებით დადგენილია, რომ ბავშვები, რომლებიც იწყებენ ალკოჰოლის მიღებას 15 წლამდე, 5-ჯერ მეტად არიან დამოკიდებულების განვითარების რისკის ქვეშ, ვიდრე პირები, ვინც 21 წლის და მტივ ასაკისას იწყებენ ალკოჰოლის მოხმარებას.

ევროპის ალკოჰოლისა და სხვა ნარკოტიკების სასკოლო პროექტის (European School Project on Alcohol and Other Drug – ESPAD 2015) 2015 წლის მონაცემებით 16 წლის ქართველ მოსწავლეთა 85.2%-ს სიცოცხლის განმავლობაში ერთხელ მაინც აქვთ გასინჯული ალკოჰოლური სასმელი; 44.3%-მა ალკოჰოლი გამოიყენა უკანასკნელი 30 დღის განმავლობაში. ქართველ მოსწავლეთა შორის ყველაზე ხშირად მოხმარებული სასმელი ღვინოა (40.4%), შემდეგ მოდის ლუდი (35.8%), სპირტიანი სასმელები (29.6%) და ალკოჰოპი (13.7%); მოსწავლეთა 32.9% იმყოფებოდა საკუთარ სახლში, 23.3% სხვის სახლში და 19.7% რესტორანში ალკოჰოლური სასმელის უკანასკნელად მიღების დროს.

2010 წელს **საქართველოში ჩატარდა „ქრონიკული არაგადამდები დაავადებების რისკ-ფაქტორების“ კვლევა საქართველოში, რომელიც მოიცავდა 18-64 წლის ასაკის მოსახლეობას (STEPS)**. კვლევის შედეგების მიხედვით ალკოჰოლის მოხმარების საერთო პრევალენსი საკმაოდ მაღალია საქართველოში, ის 78.5% შეადგენს. ეს მაჩვენებელი ძალზე მაღალია მამაკაცებში 90,3, განსაკუთრებით, 45-54 წლის ასაკობრივ ჯგუფში. ალკოჰოლის მოხმარებულ ქალთა და მამაკაცთა თანაფარდობა 1:3 ტოლია. ალკოჰოლის ყოველდღიურად მიღების მაჩვენებელი საშუალოდ – 1.6% შეადგენს, ალკოჰოლს ყოველდღიურად ღებულობენ – 35-44 წლის მამაკაცთა 3.4% და 55-64 წლის მამაკაცთა 4.7%.

2014-2015 წლებში NCD-ის მიერ შემუშავდა ალკოჰოლის საზიანო მოხმარების შემცირების ეროვნული სტრატეგია და სამოქმედო გეგმა. სტრატეგიული დოკუმენტი მოიცავს შემდეგ ძირითად მიმართულებებს: 1. პოლიტიკის მართვა, საზოგადოებრივი ცნობიერების ამაღლება, 2. ნასვამ მდგომარეობაში სატრანსპორტო საშუალების მართვის საწინააღმდეგო კანონები და შესაბამისი ზომები, 3. ალკოჰოლის ხელმისაწვდომობა, 4. ალკოჰოლური სასმელების მარკეტინგი, 5. ალკოჰოლის მოხმარებისა და ალკოჰოლური ინტოქსიკაციების ნეგატიური შედეგების შემცირება, 6. საზოგადოების ჯანმრთელობაზე არაღელვარებად წარმოებული ალკოჰოლის გავლენისა და ზემოქმედების შემცირება, 7. ფასების პოლიტიკა, 8. საზოგადოებრივი ქმედება (მხარდაჭერა პარტნიორებისა და შესაძლებლობების განვითარებით სხვადასხვა სექტორებში, საზოგადოების სხვადასხვა დონეებზე), 9. ჯანმრთელობის სერვისების პასუხი (სერვისების განვითარება), 10. მონიტორინგის და ზედამხედველობის სისტემის ფორმირება. www.ncdc.ge

1

სექტემბერი SEPTEMBER

პარასკევი/
FRIDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 სექტემბერი

ჯანსაღი ფიზიკური გარემო სკოლაში

სკოლის გარემოს სიჯანსაღეს გადამწყვეტი როლი ენიჭება ბავშვების ჯანმრთელობის დაცვისა და სასწავლო პროცესის ეფექტიანობისათვის. ბავშვები მთელს მსოფლიოში, საკლასო ოთახებში, ლაბორატორიებში, სკოლის დარბაზებსა და ეზოში ატარებენ დღეში რამდენიმე საათს წელიწადში ცხრა თვის განმავლობაში. სკოლისა და მის მიმდებარედ არსებული გარემო ბავშვის ჯანმრთელობისა და განვითარებისათვის შეიძლება შეიცავდეს მრავალ ფიზიკურ, ქიმიურ და ბიოლოგიურ საფრთხეს.



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

2

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

3

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

2-3 სექტემბერი

სასმელი წყალი

სასმელად გამოყენებული წყალი უნდა იყოს უსაფრთხო ჯანმრთელობისათვის და მისი ხარისხი შეესაბამებოდეს საქართველოს მთავრობის 2014 წლის 15 თებერვლის დადგენილება #58 „სასმელი წყლის ტექნიკური რეგლამენტის დამტკიცების შესახებ“ დადგენილ მოთხოვნებს, განსაზღვრულ შემდეგ მაჩვენებლებს და მათ ნორმატიულ სიდიდებს:

- ✓ ორგანოლეპტიკური მაჩვენებლები;
- ✓ მიკრობიოლოგიური, ვირუსოლოგიური და პარაზიტოლოგიური მაჩვენებლები;
- ✓ ქიმიური მაჩვენებლები (ზოგადი მაჩვენებლები, არაორგანული და ორგანული ნივთიერებები);
- ✓ რადიაციული უსაფრთხოების მაჩვენებლები;
- ✓ წყლის დამუშავების პროცესის შედეგად წარმოქმნილი მავნე ქიმიური ნივთიერებების ნორმატივები. www.nfa.gov.ge/files/58.pdf



4

სექტემბერი SEPTEMBER

ორშაბათი/
MONDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 სექტემბერი

ახალი გლობალური „მწვანე“ შეთანხმება

2009 წელს გაეროს მიერ გამოცხადდა ახალი გლობალური „მწვანე“ შეთანხმების „Global Green New Deal“ (GGND) კონცეფცია, რომელიც ორიენტირებულია სამ ამოცანაზე:

- ✓ შეიტანოს წვლილი მსოფლიო ეკონომიკის აღდგენის, სამუშაო ადგილების შექმნისა და დაუსველი ჯგუფების სოციალური დაცვის საკითხებში;
- ✓ ხელი შეუწყოს ინკლუზიურ და მდგრად ზრდას;
- ✓ გარდა ამისა, შეამციროს ნახშირბადზე დამოკიდებულება და ეკოსისტემის დეგრადაცია,



ახალი გლობალური შეთანხმება, რეკომენდაციას უწევს მთავრობებს მოახდინონ ეკონომიკის ტრანსფორმაცია „მწვანე“ ეკონომიკისკენ, გამოიყენონ პოლიტიკური და ეკონომიკური ინსტრუმენტები, რაც უპირველეს ყოვლისა, უზრუნველყოფს განახლებად ენერგიაზე გადასვლას, მდგრადი სატრანსპორტო საშუალებების გაზრდასა და გარემოსდაცვითი ინფრასტრუქტურის გაუმჯობესებას. www.who.int/hia/green_economy/en

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

5

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 სექტემბერი

ტრანსპორტი, გარემო და ჯანმრთელობა – ტრანსპორტი გავლენას ახდენს ჰაერის ხარისხზე, იწვევს სმაურსა და ვიბრაციას, საგზაო-სატრანსპორტო შემთხვევებს, ზეგავლენას ახდენს კლიმატზე. ასევე, წარმოქმნის სივრცით/გეგმარებით პრობლემებს და საცხოვრებელი ფართების შემცირებას, გზები და მანქანების გასაჩერებელი ადგილები ქალაქებში საჭიროებს დიდი რაოდენობით ურბანულ სივრცეს. აუცილებელია მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლება ქალაქში მოძრაობის ჯანსაღი წესის დანერგვასთან დაკავშირებით, უსაფრთხო და ჯანმრთელობისათვის სასარგებლო ფეხით სიარულისა და ველოსიპედით მგზავრობისათვის ხელი შეეწყოს მუნიციპალიტეტების მიერ საველოსიპედო და საფეხმავლო არსებული ინფრასტრუქტურის შესწავლა/შეფასებას, გაუმჯობესებას.



www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/Transport-and-health

6

სექტემბერი SEPTEMBER

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 სექტემბერი

ნოზოკომიური, სამედიცინო მომსახურებასთან დაკავშირებული ინფექცია – ინფექცია, რომელიც შეძენილია/აღმოცენებულია ჰოსპიტალიზაციიდან 48 საათის შემდეგ და რომელიც ჰოსპიტალიზაციამდე არ აღენიშნებოდა პაციენტს მანიფესტური ფორმით, ან არ იმყოფებოდა ინკუბაციურ პერიოდში. ნოზოკომიურ ინფექციად ითვლება: პაციენტის მიერ სტაციონარში შეძენილი ინფექცია, რომელიც გამოვლინდება სტაციონარშივე ან გაწერის შემდეგ. ასევე საავადმყოფოს სამედიცინო პერსონალის პროფესიულ საქმიანობასთან დაკავშირებული ინფექციები. ნოზოკომიური ინფექციები შეიძლება გამოიწვიოს ბაქტერიებმა, ვირუსებმა და სოკოებმა. მათი პროფილაქტიკისთვის მნიშვნელოვანია სტაციონარებში ჰიგიენური, სანიტარიულ-ტექნიკური, შემზღუდავი ღონისძიებების და სხვა დაცვა. www.ncdc.ge; www.matsne.gov.ge/ka/document/view/2958903



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

7

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 სექტემბერი

ნიკოტინის მიწოდების ელექტრონული სისტემები (მ.შ. ყველაზე გავრცელებული ელექტრონული სიგარეტი) მოწყობილობებია, რომლებშიც თამბაქოს ფოთლის წვის ნაცვლად ორთქლდება ნიკოტინის და სხვა ტოქსიური და პოტენციურად ტოქსიური ნივთიერებების შემცველი სუბსტანცია, რომელსაც შეისუნთქავს მომხმარებელი.

რადგან ელექტრონული სიგარეტი შედარებით ახალი პროდუქტია, არსებობს მასთან დაკავშირებული პოტენციური რისკები. ამიტომ ჯანმრთელობაზე მისი ეფექტების შესწავლის მიზნით ჯერ კიდევ მიმდინარეობს დამოუკიდებელი კვლევები.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია მოუწოდებს ქვეყნებს, აკრძალონ ან სათანადო რეგულაციები დააწესონ ნიკოტინის მიწოდების ელექტრონული სისტემების რეალიზაციასა და რეკლამირებაზე, სანამ არ იქნება საკმარისი მტკიცებულება ჯანმრთელობაზე მისი გავლენის შესახებ. www.who.int



8

სექტემბერი
SEPTEMBERპარასკევი/
FRIDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 სექტემბერი

ნიკოტინის მიწოდების ელექტრონულ სისტემაზე (მ.შ. ყველაზე გავრცელებული ელექტრონული სიგარეტი) დაკავშირებული პოტენციური რისკები:

- ✓ ნიკოტინის ტოქსიური და დამოკიდებულის განვითარების მქონე ხასიათი
- ✓ ნიკოტინის გადაჭარბებული რაოდენობით მიღების და მონამვლის რისკი
- ✓ თვალების და ყელის გაღიზიანება ელექტრონულ სიგარეტში შემავალი პროპილენ გლიკოლის გამო
- ✓ აეროზოლებში შემავალი ზოგიერთი კარცენოგენული ნივთიერება (ფორმალდეჰიდი, აკროლენი ა.შ.)
- ✓ მტკიცებულების არ არსებობა, რომ ელექტრონული სიგარეტი ეხმარება ტრადიციული სიგარეტისთვის თავის დანებებაში
- ✓ ბავშვების, მოზარდების, ორსულების და რეპროდუქციული ასაკის ქალების ტვინის განვითარებაზე ნიკოტინის უარყოფითი ეფექტი
- ✓ რისკი, რომ ელექტრონული სიგარეტის მომხმარებელი დაიწყებს ტრადიციული სიგარეტის მოხმარებას ნიკოტინზე დამოკიდებულების გაჩენის და მონევის ქცევის „რეზორმალიზაციის გამო“ www.who.int



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

9

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

10

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

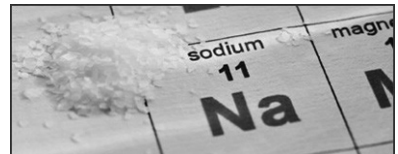
16:00

18:00

9 - 10 სექტემბერი

რეკომენდაცია მარილის დღიური ნორმის შესახებ –

არსებულ მტკიცებულებებზე დაყრდნობით ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია რეკომენდაციას უწევს მარილის ამჟამინდელი მოხმარების ნორმა – 10-15 გრ/დღეში შემცირდეს 5-6 გრამამდე დღეში. უმეტეს ქვეყნებში მოხმარებული მარილის თითქმის 80% მოდის მზა პროდუქტზე, რომელთა მარილის შემცველობა მაღალია, თუმცა მომხმარებლისთვის უცნობია და არც არასდროს აკონტროლებს. ეს მოვლენა ხსნის, თუ რატომაა მარილის მოხმარება ზოგიერთ ქვეყანაში მაღალი: რადგანაც მოსახლეობა მისი პასიური მომხმარებელია გაცნობიერების გარეშე, რისი თავიდან აცილებაც საკმაოდ რთულია. www.ncdc.ge



11

სექტემბერი
SEPTEMBERორშაბათი/
MONDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 სექტემბერი

მარილის მოხმარება – 2015 წლის „ჯანმრთელობის ხელშეწყობის“ სახელმწიფო პროგრამის ფარგლებში ≥ 40 წლის ასაკობრივ ჯგუფებში ჩატარებული თვისობრივი კვლევის თანახმად გამოვლინდა, რომ:

- ✓ რესპოდენტებში მარილის მოხმარების დღიური დოზა აღემატება რეკომენდებულს და ის 5 გრამზე მეტს შეადგენს;
- ✓ მარილის მიღებულ დოზას კვების რაციონში მომხმარებლები არ აკონტროლებენ;
- ✓ არ აკვირდებიან მარილის შემცველობას საკვები პროდუქტის ეტიკეტებზე;
- ✓ ფლობენ მწირ ინფორმაციას მარილის ჭარბი მოხმარებით გამოწვეულ შედეგებზე ჯანმრთელობასთან მიმართებაში;
- ✓ ინფორმაციის მიღების ყველაზე სანდო წყაროდ დასახელდნენ ექიმები;

მარილის შემცირების გზები: ჯანსაღი საუზმე, საკვები პროდუქტების ეტიკეტზე ნარწერის შემოწმება, მზა სადილზე მარილის დამატებისაგან თავის შეკავება.

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

12

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 სექტემბერი

პირის ღრუს ჯანმრთელობა – მრავალრიცხოვანმა კვლევებმა ცხადყო პირის ღრუს დაავადებების გავლენა ზოგად ჯანმრთელობაზე. არაჯანსაღი პირის ღრუ ქრონიკული დაავადებების, კერძოდ გულის, თირკმელების, ფილტვის დაავადებებისა და დიაბეტის მნიშვნელოვანი რისკის ფაქტორია. არაჯანსაღი პირის ღრუ აქვეითებს შრომისუნარიანობას და ფსიქოლოგიურ ზეგავლენას ახდენს პიროვნებაზე. ჯანმრთელი პირის ღრუ უზრუნველყოფს ორგანიზმის დაცვას მიკრობული ინფექციებისა და ეკოლოგიური საფრთხეებისაგან. ოდითგან ითვლებოდა, რომ „აღამიანი ჯანმრთელია მანამ, სანამ ჯანმრთელი კბილები აქვს“. კბილებისა და ღრძილების ჯანმრთელობა ასოცირებულია პირის ღრუს ჰიგიენასთან.



13

სექტემბერი SEPTEMBER

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 სექტემბერი

პირადი ჰიგიენა – სხვადასხვა კვლევებით დადგინდა, რომ 21-ე საუკუნეში ხელების დაბანის აუცილებლობის შესვენება კვლავ აქტუალურია საზოგადოების ფართო ფენებისათვის.

ისეთი საშიში დაავადებებით, როგორიცაა: **A ვირუსული კეპაბითი, სალმონელა, შიგელა, ამებიაზი, სხვადასხვა პარაზიტული დაავადებები, ჰელმინთოზები** და სხვა, ადამიანი ინფიცირდება: უსუფთაო ხელებით, დაბინძურებული საკვებითა და სასმელი წყლით, გაურეცხავი ბოსტნეულითა და ხილით; აქედან გამომდინარე, ამ ინფექციების და **ბრიჯის** გავრცელების რისკის შესამცირებლად ყველაზე მნიშვნელოვანი და უბრალო საშუალება ხელების ხშირი და სწორი დაბანაა. ფრჩხილები უნდა იყოს მოკლე, რადგან გრძელი ფრჩხილების მოვლა და სისუფთავის შენარჩუნება ძნელია, მასში ადვილად იხუდება ჭუჭყი და დაავადების გამომწვევი მრავალი ბაქტერია.



www.cdc.gov/Features/GlobalHandwashing/; www.cdc.gov/healthywater/hygiene/index.html

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

14

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 სექტემბერი

ჯანმრთელი ღიმილი ბედნიერების გამოხატვის ერთ-ერთი საშუალებაა. ჯანდაცვის მუშაკები თვლიან, რომ კბილების ჰიგიენა განაპირობებს პირის ღრუს, კბილებისა და ღრძილების ჯანმრთელობას, რაც მომავალში თავიდან აგვაცილებს კბილების კარიესს, პირის ღრუში უსიამოვნო სუნს, ღრძილების სხვადასხვა სახის ანთებებსა და პირის ღრუს სიმსივნეების განვითარების რისკებს. თავის მხრივ ჯანმრთელი კბილები და ღრძილები ხელს უწყობს საჭმლის მომნელებელი სისტემის ნორმალურ მუშაობას.



www.cdc.gov/Features/GlobalHandwashing
www.cdc.gov/healthywater/hygiene/index.html

15

საქტემბერი
SEPTEMBERპარასკევი/
FRIDAY

საქტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 საქტემბერი

აიცილეთ თავიდან ინფარქტი და ინსულტი, აკონტროლეთ წნევა!

- ✓ ჰიპერტენზია (მაღალი წნევა) ქრონიკული მდგომარეობაა, რომლის დროსაც სისხლის წნევის ციფრები იმატებს. ჰიპერტენზია ასოცირებულია მიოკარდიუმის ინფარქტის, თავის ტვინის ინსულტის და თირკმლის ქრონიკული დაავადების განვითარებასთან.
- ✓ მაღალ წნევაზე ანუ არტერიულ ჰიპერტენზიას ითვლება 140/90 მმ ვწყ. სვ. და მეტი.
- ✓ ჯანმოს მონაცემებით ჰიპერტენზიით ყოველწლიურად 1,5 მილიარდი ადამიანი ავადდება და 7 მილიონი კვდება.
- ✓ დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის მონაცემებით საქართველოში ყოველი ათი გარდაცვლილიდან ხუთის სიკვდილი ჰიპერტენზიას უკავშირდება.



www.ncdc.ge

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

16

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

17

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

16 - 17 სექტემბერი

რა უწყობს ხელს ინფარქტისა და ინსულტის განვითარებას?

მაღალი წნევა, ჭარბი წონა, სისხლში ქოლესტეროლისა და შაქრის მაღალი დონე, თამბაქო, არა-ჯანსაღი კვება, დაბალი ფიზიკური აქტივობა, ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება და სხვ.

მაღალი წნევა რომ აიცილოთ თავიდან:

- ✓ ნაკლებად მოიხმარეთ მარილი და მარილის მაღალი შემცველობის საკვები;
- ✓ მიირთვეთ მეტი ხილი და ბოსტნეული, ვრდიდეთ ტკბილეულს;
- ✓ ვრდიდეთ ალკოჰოლის ჭარბ მოხმარებას;
- ✓ იმოძრავეთ მეტი, ივარჯიშეთ ინტენსიურად;
- ✓ შეგიძლიათ იცხოვროთ ჰიპერტენზიით, გართულებების გარეშე, ექიმთან პარტნიორული ურთიერთობით;
- ✓ უარი თქვით თამბაქოზე.

18

სექტემბერი SEPTEMBER

ორშაბათი/
MONDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

18 სექტემბერი

როგორ დავიცვათ თავი ჰიპერტენზიისაგან?

- ✓ საკვებში სუფრის მარილის რაოდენობის შემცირება იწვევს არტერიული წნევის მაჩვენებლის შემცირებას 2-8 მმ/ვ.წყ.სვ-ით;
- ✓ კვება „დიეტური მიდგომა ჰიპერტონიის მკურნალობისათვის“ (DASH) დიეტის მიხედვით – 8-14 მმ/ვ.წყ.სვ -ით;
- ✓ ალკოჰოლის მიღების შემცირება – 2-4 მმ. ვწყ. სვ.;
- ✓ ფიზიკური აქტივობა – 4-6 მმ/ვ.წყ.სვ.;
- ✓ სხეულის მასის ნორმალიზაცია იწვევს არტერიული წნევის მაჩვენებლის შემცირებას 5-20 მმ/ვ.წყ.სვ.



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

19

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

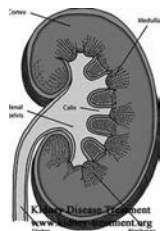
19:00

19 სექტემბერი

თირკმლის ქრონიკული დაავადება:

- ✓ აღრეულ სტადიაზე თირკმლის ქრონიკულ დაავადებას ნიშანდობლივი სიმპტომები არ გააჩნიათ;
- ✓ თირკმლის ქრონიკული დაავადება არ ინკურნება;
- ✓ თირკმლის დაავადების აღრეული გამოვლენა მისი ეფექტური მკურნალობის შანსს იძლევა;
- ✓ თირკმლის დაავადების სკრინინგი შარდის და სისხლის ანალიზით ხდება;
- ✓ თირკმლის დაავადების პროგრესის შემთხვევაში ყალიბდება თირკმლის ქრონიკული უკმარისობა.

თირკმლის დაავადების ადრეულ ეტაპზე გამოვლენა მისი ეფექტური მკურნალობის და მართვის შესაძლებლობას იძლევა, რასაც შედეგად თირკმლის ფუნქციის აღდგენა, ზოგ შემთხვევაში სრულად განკურნება და კარდიოვასკულური გართულებების შემცირება მოჰყვება. www.worldkidneyday.org



20

სექტემბერი
SEPTEMBERოთხშაბათი/
WEDNESDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 სექტემბერი

როგორ ავიცილოთ თავიდან თირკმლის დაავადებები:

- ✓ იყავი ფიზიკურად აქტიური;
- ✓ გააკონტროლე შაქრის დონე სისხლში; გააკონტროლე სისხლის წნევა;
- ✓ იკვებეთ ჯანსაღად; შეამციმრეთ მარილის მიღება;
- ✓ აკონტროლე თქვენი წონა;
- ✓ მიიღეთ ჯანმრთელობისათვის საჭირო სითხის რაოდენობა – 1,5-2ლ. წყალი დღეში. ეს ეხმარება თირკმელს მარილის, შარდისა და ტოქსინებისაგან ორგანიზმის განთავისუფლებაში; შარდ-კენჭოვანი დაავადების დროს კი 2–3 ლიტრი წყალი ყოველდღიურად ახალი კენჭების წარმოქმნის თავიდან აცილების მიზნით;
- ✓ არ მოწიოთ;
- ✓ ნუ მიიღებთ მედიკამენტებს ზედმეტად (მაგ.იბუპროფენი). www.worldkidneyday.org



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

21

ალცჰაიმერის მსოფლიო დღე

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 სექტემბერი

ალცჰაიმერის მსოფლიო დღე – ალცჰაიმერის დაავადება არის დემენციის (მეხსიერების დაქვეითების) ყველაზე გავრცელებული ფორმა და უკურნებელი დეგენერაციული დაავადება, რომელსაც თავის ტვინის ქერქული ფუნქციების პროგრესული დაქვეითება ახასიათებს. იგი პირველად 1906 წელს აღწერა გერმანელმა ფსიქოლოგმა ალოიზ ალცჰაიმერმა. ეს დაავადება, წესისამებრ, ვლინდება 65 წლის შემდეგ. ადრეული გამოვლინება იშვიათია. სამწუხაროა, მაგრამ ფაქტია, რომ 2006 წლისთვის მთელ მსოფლიოში ალცჰაიმერით დაავადებული 26,6 მილიონი ადამიანი იყო აღრიცხული, 2050 წლისთვის კი მოსალოდნელია ამ რიცხვის გაოთხმაგება. ალცჰაიმერზე ეჭვის შემთხვევაში დიაგნოზის დასამუშავებლად უნდა გაანალიზდეს ადამიანის ქცევა, ჩატარდეს კოგნიტური (შემეცნებითი) ტესტების მთელი სერია და, თუ შესაძლებელია, მაგნიტურ-რეზონანსული ტომოგრაფია.



22

სექტემბერი
SEPTEMBERპარასკევი/
FRIDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 სექტემბერი

ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება: „ჯანმრთელობის ხელშეწყობის“ სახელმწიფო პროგრამის ფარგლებში დღე & სტუდენტის მიერ 2015 წელს 14–17 წნ და 18–35 წნ ასაკობრივ ჯგუფებში ჩატარებული თვისობრივი კვლევის შედეგად გამოვლინდა, რომ რესპონდენტებში:

- ✓ ალკოჰოლური სასმელის მოხმარების დანაწევების ასაკი 10–13 წელია.
- ✓ ჭარბი ალკოჰოლის მიღებით გამოწვეული დაავადებების შესახებ ინფორმაცია ზედაპირულია.
- ✓ ინფორმაციის მიღების ძირითად წყაროდ დასახელდა სოციალური ქსელი, თუმცა მიღებული ინფორმაცია არ მიაჩნით სანდოდ ან რელევანტურად;
- ✓ რესპონდენტთა უმრავლესობის აზრით, აუცილებელია ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების საინააღმდეგო პროპაგანდა;
- ✓ რესპონდენტთა უმრავლესობა მიიჩნევს, რომ ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების პრევენციის შემცირების მიზნით სახელმწიფოს მხრიდან აუცილებელია ეფექტური საკანონმდებლო ღონისძიებების გატარება.



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი
SEPTEMBER

23

შაბათი/
SATURDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

24

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

23 - 24 სექტემბერი

ჯანსაღი კვება ჯანმრთელი ცხოვრებისთვის! ადამიანების უმრავლესობა შეჭრიან სასმელს და საჭმელს ჭარბი რაოდენობით იღებს. შეჭრიანი საკვები და სასმელი, მათ შორის ალკოჰოლური სასმელი, მაღალი კალორიულობით გამოირჩევა და შესაბამისად წონის მატებას იწვევს. მათი ჭარბი რაოდენობით მიღება პირის ღრუს ჯანმრთელობასაც უქმნის საფრთხეს!

იკვებეთ სწორად! მოერიდეთ ჭარბი ალკოჰოლის მიღებას!



25

სექტემბერი SEPTEMBER

ორშაბათი/
MONDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 სექტემბერი

ცოფი, ინფუზიური პერიოდი – ინკუბაციური პერიოდი ცვალებადია და საშუალოდ 30-50 დღეს შეადგენს, თუმცა შეიძლება მერყეობდეს 10-90 დღეც, იშვიათად 1 წელი და მეტი. ინკუბაციური პერიოდის ვარიაციულობა დამოკიდებულია ორგანიზმში მოხვედრილი ვირუსის დოზაზე, ნაკბენის სიღრმეზე, სიდიდესა და ლოკალიზაციაზე. განსაკუთრებით საშიშია დაკბენა გენიტალურ, თავის, სახის, კისრის, მტევნის, თითების მიდამოში.

გახსოვდეთ! ადამიანის ჰიდროფობიისგან დაცვის ერთადერთი საშუალება დროული ვაქცინაციაა!



სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი
SEPTEMBER

26

კონტრაცეფციის
საერთაშორისო დღე

სამშაბათი/
TUESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 სექტემბერი

კონტრაცეფციის საერთაშორისო დღის მიზანია ხელი შეუწყოს ახალგაზრდებს გონივრულად დაგეგმონ თავიანთი მომავალი, თავიდან აირიდონ არასასურველი ორსულობა და სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციური დაავადებები. კონტრაცეფციის საერთაშორისო დღე ყოველწლიურად 26 სექტემბერს აღინიშნება და ორიენტირებულია ისეთი საზოგადოების ჩამოყალიბებაზე, სადაც ყველა ორსულობა სასურველია. ამისათვის აქცენტი უნდა გაკეთდეს ოჯახის დაგეგმვის მნიშვნელობის შესახებ განათლების აუცილებლობაზე.

**WORLD
CONTRACEPTION
DAY**

27

სექტემბერი
SEPTEMBERოთხშაბათი/
WEDNESDAY

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 სექტემბერი

სტოჟი ცენტრალური ნერვული სისტემის დამაზიანებელი მწვავე ვირუსული ინფექციაა, რომელიც გვხვდება ძუძუმწოვრებში და გადაეცემა ინფიცირებული სეკრეტით, ჩვეულებრივ ნერწყვით. ადამიანის დასნებოვნება ხდება ძირითადად ინფიცირებული ცხოველის მიერ დაკბენის ან დადორბვლის დროს, მაგრამ იშვიათად ინფექციის გადაცემის ფაქტორი შეიძლება გახდეს ვირუსის შემცველი აეროზოლური ნაწილაკი, ავადმყოფის ტრანსპლანტანტი.

ადამიანისათვის საშიშია არამართო კბენა, არამედ დაავადებული ცხოველის ნარწყვის კანზე ან ლორწოვანზე მოხვედრა. ასეთ შემთხვევაში, კანზე ხილული თუ თვალით უხილავი დაზიანების გზით ცოფის ვირუსი ორგანიზმში შეიჭრება და პერიფერიული ნერვული გზებით მოხვდება ცენტრალურ ნერვულ სისტემაში, შემდეგ მრავლდება თავისა და ზურგის ტვინის ნერვულ უჯრედებში, სანერწყვე ჭირვკლების ნერვულ კვანძებში. www.who.int; www.ncdc.ge

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

28

ცოფის მსოფლიო დღე

ხუთშაბათი/
THURSDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 სექტემბერი

ცოფის მსოფლიო დღე – 28 სექტემბერს ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია ცოფთან ბრძოლის მსოფლიო დღეს აღნიშნავს. მსოფლიოში ცოფით გარდაცვლილთა 40% ბავშვი და 15 წლამდე ასაკის მოზარდია. ცოფით გარდაცვლილი ადამიანების 95% მოდის ამიასა და აფრიკის მოსახლეობაზე. დაავადების შემთხვევები ფიქსირდება მსოფლიოს 150-ზე მეტ ქვეყანაში. ის ფაქტი, რომ ცოფით გარდაცვლილი ადამიანები გარდაცვალებამდე ან მათი ახლობლები და დაზარალებულები მიზეზად ყველაზე ხშირად ძაღლებთან კონტაქტს ასახელებენ, განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებს ძაღლების ვაქცინაციის პროგრამის გაფართოებას. მოსახლეობის ცოფით დაბავადებისაგან დასაცავად საუკეთესო პროფილაქტიკა და ეფექტური სტრატეგიაა შინაური ცხოველების, განსაკუთრებით ძაღლების ცოფის საწინააღმდეგო ვაქცინაცია. www.who.int



29

სექტემბერი
SEPTEMBERპარასკევი/
FRIDAY

გულის მსოფლიო დღე

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 სექტემბერი

გულის მსოფლიო დღე – ამ დღის მიზანია საზოგადოების ცნობიერების ამაღლება ჯანმრთელი გულის მნიშვნელობის შესახებ, რაც ხელს შეუწყობს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების მაპროვოცირებელი რისკ-ფაქტორების შემცირებას.



- ✓ გახდით ფიზიკურად აქტიური;
- ✓ შეწყვიტეთ მოწევა და დაიცავით თავი თამბაქოსგან;
- ✓ ეცადეთ შეინარჩუნო წონა ნორმის ფარგლებში;
- ✓ იცოდეთ თქვენი არტერიული წნევის „მაჩვენებლები“;
- ✓ იკვებეთ ჯანმრთელად;
- ✓ მიიღეთ წამლები მხოლოდ ექიმის დანიშნულებით, მართეთ დაავადება ექიმთან ერთად.

სექტემბერი/SEPTEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

სექტემბერი SEPTEMBER

30

შაბათი/
SATURDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 სექტემბერი

გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების მნიშვნელოვან რისკ-ფაქტორს ჭარბი წონა და სისხლში ქოლესტერინის მაღალი დონე წარმოადგენს. თუ ჭარბი წონა გაქვთ (სხეულის მასის ინდექსი მეტი 25-ზე), აუცილებელია წონაში კლება. წონაში კლება არტერიული წნევის ნორმალიზაციის და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების რისკის შემცირების ეფექტური საშუალებაა. თუ სისხლში ქოლესტერინის მაღალი დონე გაქვთ, იზრუნეთ კვებითი ქცევის შეცვლაზე: მიიღეთ დიდი რაოდენობით ხილი და ბოსტნეული, შემლუდეთ ცხოველური ცხიმების მიღება.



ჯანმრთელობის საერთაშორისო წესები (IHR) და ჯანმრთელობის გლობალური უსაფრთხოება (Global Health Security)



დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის (WHO) მთავარი პარტნიორია ქვეყანაში. ჯანმოს-თან თანამშრომლობა მოიცავს ექსპერტების ცოდნა-გამოცდილების გაზიარებას და ტექნიკურ მხარდაჭერას თითქმის ყველა მიმართულებით, რასაც ახორციელებს დესკვეცი, მათ შორის განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანია ჯანმრთელობის საერთაშორისო წესების ეროვნული კოორდინატორის ფუნქცია. ეს წესები 2007 წელს შევიდა ძალაში და დღემდე ქვეყნების მხოლოდ ერთმა მესამედმა შეატყობინა ჯანმოს, რომ მთლიანად შეუძლიათ საერთაშორისო წესებით განსაზღვრული ძირითადი მოთხოვნების შესრულება. ამ ქვეყნებს შორის არის საქართველოც.

ჯანმრთელობის გლობალური უსაფრთხოების ინიციატივა (Global Health Security Initiative) წარმოადგენს სახელმწიფოთა არაფორმალურ, საერთაშორისო პარტნიორობას, რათა გლობალურად გაძლიერდეს მზადყოფნა ჯანმრთელობის საფრთხეებზე და თავიდან იქნეს აცილებული საშიშ დაავადებათა გავრცელება. დღევანდელ მსოფლიოში, აქტიური მოგზაურობისა და ვაჭრობის ფონზე, შესაძლებელია, რომ დაავადებები გავრცელდეს უფრო სწრაფად, ვიდრე ოდესმე, რაც გამოიწვევს არა მარტო ავადობის ზრდას, არამედ ეკონომიკის ვარდნას და თავდაცვის არასტაბილურობას. საერთაშორისო თანამშრომლობით შესაძლებელია სწრაფი პროგრესი და მსოფლიო გახდება უფრო დაცული ინფექციური დაავადებებისგან და გლობალური ჯანმრთელობის უსაფრთხოება გახდება საერთაშორისო უსაფრთხოების პრიორიტეტი.

საქართველო სხვა 44 ქვეყანასთან ერთად აქტიურად ჩაერთო გლობალურ ინიციატივაში როგორც პოლიტიკურ დონეზე (ჯანმრთელობისა და სოფლის მეურნეობის მინისტრები), ისე ტექნიკურ-სამუშაო პროცესში. ჯანმრთელობის გლობალური უსაფრთხოების პროგრამის 11 სამოქმედო პაკეტიდან, რომლებიც აერთიანებს ინფექციური აგენტებისგან დაცვის სამ მთავარ მიმართულებას: დაავადებათა პრევენცია/თავიდან აცილება (Prevent), აღმოჩენა-გამოვლენა (Detect) და რეაგირება (Respond), საქართველო ლიდერია რეალურ დროში ზედამხედველობის სამოქმედო პაკეტის, ხოლო მხარდამჭერი – ლაბორატორიული ზედამხედველობისა და ზოონოზური ინფექციების სამოქმედო პაკეტებისა. თეთრ სახლში გამართულ გლობალური ჯანმრთელობის უსაფრთხოების სამიტზე, საქართველო მოხსენებულ იქნა, როგორც ერთ-ერთი სამაგალითო საერთაშორისო პარტნიორი.

გემოაღნიშნული ინიციატივის ფარგლებში დესკვეც აქტიურად მონაწილეობს სამოქმედო გეგმების შედგენაში და რეგირებული თანამშრომლობის განმტკიცებაში. ტარდება ყოველთვიური სამუშაო ტელეკონფერენციები ამერბაიჯანელ და ყაზახ კოლეგებთან დაავადებათა ეპიდ-ზედამხედველობის ელექტრონული ინტეგრირებული სისტემის (EIDSS) გამოყენებაში, ასევე საზღვრისპირა თანამშრომლობის რეგულარული შეხვედრები ამერბაიჯანელ კოლეგებთან. მიმდინარეობს მოლაპარაკებები ასეთივე შეხვედრებზე სომხეთის და თურქეთის მხარეებთან. უკრაინელი კოლეგებიც პერიოდულად ეცნობიან ჩვენს გამოცდილებას.

დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის საქართველოს პარტნიორობა

1994-1995 წლებში აშშ საერთაშორისო განვითარების სააგენტოს (USAID) მხარდაჭერით მუშაობდა დაავადებათა კონტროლის და პროფილაქტიკის ცენტრების (CDC) ოფისი. 90-იან წლებში USAID-ის, UNICEF-ის, ჯანმოს და ევროკავშირის დახმარებით ჩატარებული მასობრივი იმუნიზაციის კამპანიების შედეგად, მიღწეულ იქნა დიფთერიის ეპიდემიის კონტროლი და ერთეულ შემთხვევებამდე დაყვანა; პოლიომიელიტის აღმოფხვრა, რის შედეგადაც 2002 წელს საქართველო სერტიფიცირებული იქნა, როგორც პოლიომიელიტისაგან თავისუფალი ქვეყანა. 1997 წელს პირველი სერიოზული სამეცნიერო პროექტები აშშ ჯანმრთელობის ნაციონალური ინსტიტუტების (NIH) „ფოგარტის გრანტის“ მოპოვებით დაიწყო, ამას მოჰყვა საერთაშორისო სამეცნიერო ტექნიკური ცენტრის (ISTC), აშშ ბიოტექნოლოგიების განვითარების პროგრამის (BTEP), სამეცნიერო ტექნიკური ცენტრის უკრაინაში (STCU) სამეცნიერო გრანტები, რაც გაგრძელდა თავდაცვის საფრთხის შემცირების სააგენტოს (DTRA) ერთობლივი ბიოლოგიური კვლევის (CBR) პროექტებით.

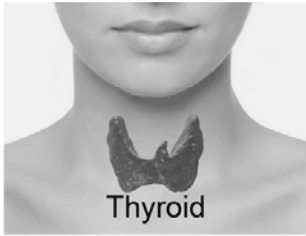
ერთ-ერთ მთავარ პარტნიორს დღემდე წარმოადგენს CDC/Atlanta. CDC საქართველოს ოფისის საშუალებით უზრუნველყოფს უწყვეტ ტექნიკურ დახმარებას ჯანმრთელობის სხვადასხვა რისკ ფაქტორების გამოვლენის, ლაბორატორიული და ეპიდემიოლოგიური კვლევების განხორციელებით GDD-გლობალური დაავადებათა დეტექციის, პროექტის ფარგლებში და ადამიანური რესურსების განვითარების გზით, სამხრეთ კავკასიის საველე ეპიდემიოლოგიისა და ლაბორატორიის სწავლების პროგრამის (FELTP) საშუალებით, სადაც კომპეტენციებზე დაფუძნებულ 2 წლიან სწავლებას გადიან ქართველი, აზერბაიჯანელი და სომეხი სპეციალისტები.

მჭიდრო თანამშრომლობა NIH-თან ბიომეცნიერებების განვითარების კუთხით. ბიო-სამედიცინო დარგში მოღვაწე ქართველ მეცნიერებს საშუალება მიეცათ გაეღრმავებინათ ცოდნა-გამოცდილება ერთობლივი სამეცნიერო პროექტების და კონფერენციების საშუალებით.

ცენტრი აქტიურად მონაწილეობს ევროკავშირის სხვადასხვა პროექტში, მათ შორის ანტიმიკრობულ რეზისტენტობაზე ეპიდემიოდამხედველობის ცენტრალური ამიის და აღმოსავლეთ ევროპის ქსელში (CAESAR), რომლის ლიდერია პოლანდიის საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ინსტიტუტი, ხმელთაშუა და შავიზღვისპირეთის ქვეყნების თანამშრომლობაში გადამტანებით გადაცემადი დაავადებების მუდამხედველობაში (MediLabSecure), რომლის ლიდერია პასტერის ინსტიტუტი; ხმელთაშუა და შავიზღვისპირეთის ქვეყნების ინტერვენციული ეპიდემიოლოგიის სწავლების პროგრამაში (MediPIET), რომლის ლიდერია მადრიდის კარლოს მესამეს ინსტიტუტი. ბიოუსაფრთხოებაში სამხრეთ კავკასიის და თურქეთის სასწავლო ცენტრის და რეგიონული თანამშრომლობის განმტკიცებას ემსახურება EU/UNICRI-ის პროექტი. „ბიოუსაფრთხოებისა და განსაკუთრებით საშიში ინფექციური დაავადებების დიაგნოსტიკური ქსელის შექმნა სამხრეთ-დასავლეთ აზიაში“ პროექტი ხორციელდება გერმანიის საქმეთა სამინისტროს დაფინანსებით, ბუნდესვერის სამხედრო-სამედიცინო აკადემიის მიკრობიოლოგიის ინსტიტუტთან ერთად; ღრმავდება ურთიერთობა ევროპის დაავადებათა კონტროლის ცენტრთან (ECDC).

დღესაც მჭიდროდ თანამშრომლობს საერთაშორისო, სამთავრობო, არასამთავრობო და ვერძო ორგანიზაციებთან (ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია (WHO), გაეროს სხვა სააგენტოები (UNDP, UNFPA, UNICEF), გლობალური ფონდი (GFTAM), ვაქცინებისა და იმუნიზაციის გლობალური ალიანსი (GAVI), აშშ ვოლტერ რიდის სამხედრო კვლევითი ინსტიტუტი (WRAIR), ბრიტანული სამედიცინო ჟურნალი (BMJ), ვიშნევსკაია როსტროპოვიჩის ფონდი, BP, ბლუმბერგის ფონდი.

პარტნიორული თანამშრომლობა აკავშირებს ცენტრს ამერიკის და ევროპის წამყვან უნივერსიტეტებთან და კვლევით ცენტრებთან: ფლორიდის უნივერსიტეტი, მერილენდის უნივერსიტეტი, ემორის უნივერსიტეტი, ჯონ ჰოპკინსის უნივერსიტეტი, არიზონას უნივერსიტეტი, კარდიფის უნივერსიტეტი, ოსლოს უნივერსიტეტი, კავკასიის უნივერსიტეტი, ვაშინგტონის უნივერსიტეტის ჯანმრთელობის გამოგების და შეფასების ინსტიტუტი (IHME), ლუერენს ლივერმორის ნაციონალური ინსტიტუტი, აშშ სანაოსნო სამედიცინო კვლევითი განყოფილება (NAMRU 3) და სხვა.



ენდემური ჩიყვი

ენდემური ჩიყვი – გარკვეული გეოგრაფიული რეგიონების მცხოვრებთა დაავადებაა, რომელიც ვითარდება გარემოში იოდის უკმარისობის შედეგად; ხასიათდება ფარისებრი ჯირკვლის გადიდებით.

ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემებით დედამიწის ტერიტორიის 12% იოდდეფიციტურია. დაავადებები, დაკავშირებული იოდდეფიციტთან, პირველად ევროპაში გახდა ცნო-

ბილი, სადაც მხოლოდ 4 ქვეყანას, ისლანდია, ფინეთი, ნორვეგია და შვეცია, არ განუცდია ამ პრობლემის სოციალურ-ეკონომიური შედეგები. იოდდეფიციტის ყველაზე მძიმე შედეგია ენდემური კრეტინიზმი, რომელიც ხშირად აღინიშნებოდა იზოლირებულ მთიან რაიონებში, კერძოდ, შვეიცარიაში, ავსტრიაში, იტალიაში, ბულგარეთში, ხორვატიაში, რის გამოც გაჩნდა კიდევაც ტერმინი – “ალპების კრეტინიზმი”.

მსოფლიოს იმ მრავალ ქვეყანას შორის, რომელსაც ენდემური ჩიყვის პრობლემა გააჩნია, ერთ-ერთს საქართველო წარმოადგენს. იოდდეფიციტური დაავადებანი საქართველოსთვის ყოველთვის განეკუთვნებოდა სამხარეო პათოლოგიას, ხოლო მისი მაღალმთიანი რაიონები ოდითგანვე ჩიყვის ენდემიის კერებად იყო ცნობილი.

იოდდეფიციტის წარმოშობის ძირითადი ეტიოლოგიური ფაქტორი ნიადაგში, წყალსა და საკვებ პროდუქტებში იოდის ნაკლებობაა. რაც უფრო დაბალია იოდის შემცველობა ნიადაგში, მით უფრო მაღალია ენდემური ჩიყვის გავრცელება ამ ტერიტორიაზე. პრობლემას აძლიერებს სხვადასხვა სოციალური ასპექტი, როგორიცაა ეკოლოგიური კატასტროფები, ბუნებისადმი ბარბაროსული დამოკიდებულება, მძიმე სოციალურ-ეკონომიკური და არახელსაყრელი სანიტარული პირობები, არასრულფასოვანი კვება, ავიტამინოზი და სტრესები.

იოდის დეფიციტი ორსულობის და ადრეულ ბავშვთა ასაკში თავის ტვინის დაზიანების მიზეზია, რომლის პრევენცია სავსებით შესაძლებელია. იოდდეფიციტით დაზიანებული რეგიონის მოსახლეობას შესაძლებელია ქონდეს 13,5 პუნქტით დაბალი გონებრივი განვითარების კოეფიციენტი (IQ), ვიდრე დანარჩენ მოსახლეობას. ამასთან, იოდდეფიციტური დაავადებების პროფილაქტიკა ადვილი და იაფია: მათი დაძლევისთვის საჭიროა იოდიზირებული მარილის მოხმარება.

დღეისათვის ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია, გაეროს ბავშვთა ფონდი და იოდდეფიციტური დაავადებების კონტროლის საერთაშორისო საბჭო რეკომენდაციას უწევს იოდის ყოველდღიური მოხმარების შემდეგ ნორმებს:

- ✓ 90 მკგ სკოლამდელი ასაკის ბავშვებისათვის (0-59 თვის);
- ✓ 120 მკგ დაბალი სასკოლო ასაკის ბავშვებისათვის (6-12 წელი);
- ✓ 150 მკგ მოზრდილებისათვის (12 წელზე მეტით);
- ✓ 250 მკგ ორსული და მეძუძური ქალებისთვის.

ენდემური ჩიყვის დიფუზური ფორმის დროს, რომელიც ფარისებრი ჯირკვლის ფუნქციის დარღვევით, თუმცა სიმპტომების გარეშე მიმდინარეობს, მკურნალობის მეთოდს იოდის შემცველი ტაბლეტების მიღება და ჰორმონალური თერაპია წარმოადგენს, რომლის დოზებს მკურნალი ექიმი განსაზღვრავს. კვანძოვანი ან შერეული ჩიყვის შემთხვევაში, კისრის ორგანოებზე ზეწოლის, ასევე ჩიყვის მკერდუკანა მდებარეობის დროს ნაჩვენებია ოპერაციული ჩარევა.



რა არის არტერიული ჰიპერტენზია?

არტერიული ჰიპერტენზია (აჰ) ანუ მაღალი არტერიული წნევა, რომლის დროსაც არტერიული წნევის ციფრები უდრის ან აღემატება 140/90 მმ. ვწყ. სვ-ს, ლინიკური მდგომარეობაა, რომელსაც ხშირად „ჩუმ მკვლელს“ უწოდებენ, რადგან იგი უსიმპტომოდ მიმდინარეობს ხანგრძლივი დროის განმავლობაში. თუმცა, ზოგ შემთხვევაში, შესაძლოა ახასიათებდეს მკაფიო სიმპტომები – თავის ტკივილი, ძილიანობა, გულის

ფრიალი, მხედველობის დაბინდვა, დაღლილობა, თავბრუსხვევა, სმენის პრობლემები, სუნთქვის გართულება, გულის რითმის დარღვევები და ა.შ.

ჰიპერტენზია ორი სახისაა: პირველადი და მეორადი. პირველადი ჰიპერტენზია უფრო გავრცელებულია და ხშირად მისი გამომწვევი უცნობია. რაც შეეხება მეორად ჰიპერტენზიას, მისი საფუძველი სხვა ორგანოს ან ორგანოთა სისტემის დაავადებაა.

ჰიპერტენზიას თანამედროვე ეტაპზე ეპიდემიური გავრცელება ახასიათებს

- ✓ მსოფლიოს მრავალ ქვეყანაში 25 წლის ზემოთ ყოველი ათი მოზრდილი პირიდან დაახლოებით ოთხს მაღალი აჰ აღენიშნება და ხუთიდან ერთს აქვს პრეჰიპერტენზია
- ✓ ყოველი ათიდან ცხრა მოზრდილს 80 წლის ზემოთ აჰ უვითარდება
- ✓ ჰიპერტენზიის შემთხვევების 2/3 ეკონომიკურად განვითარებადი ქვეყნების მოსახლეობაზე მოდის.

არტერიული წნევის მატების თვალსაზრისით ქსავით რისკის ფაქტორებს წამყვანი როლი უჭირავთ:

- ✓ აჰ-ის შემთხვევათა 50%-ის მიზეზი არაჯანსაღი კვებაა
- ✓ შემთხვევათა 30%-ში მარილის ჭარბი მოხმარება და რაციონში კალიუმის დეფიციტია (ხილისა და ბოსტნეულის სიმცირე)
- ✓ ფიზიკური აქტივობის დეფიციტი მიზეზობრივად დაახლოებით შემთხვევათა 20%-თანადაკავშირებული
- ✓ აჰ შემთხვევათა დაახლოებით მესამედი ინდუცირებულია სიმსუქნით
- ✓ თამბაქო და ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება ასევე მიზეზობრივ კავშირშია აჰ-სთან.

ჰიპერტენზიის პრევენციის მიზნით ჰიპერტენზიის მსოფლიო ლიგა მოსახლეობას ურჩავს:

- ✓ თავი აარიდეთ სწრაფი კვების პროდუქტებს
- ✓ არჩევანი შეაჩერეთ მარილის დაბალი შემცველობის საკვებ პროდუქტებზე და არ დაამატოთ მარილი საკვებს
- ✓ იყვით ფიზიკურად აქტიური
- ✓ აკონტროლეთ სხეულის წონა
- ✓ აკონტროლეთ ალკოჰოლის მოხმარება.

განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია – აჰ მქონე პირი არ იყოს თამბაქოს მომხმარებელი

- ✓ აკონტროლეთ საკუთარი არტერიული წნევა
- ✓ თუ უკვე გაქვთ ჰიპერტონული დაავადება, აუცილებლად იმპურნალეთ ექიმის რეკომენდაციების მიხედვით.

ძირითადი გზავნილი

- ✓ ჰიპერტენზია მართვადი ანუ თავიდან აცილებადი დაავადებაა
- ✓ შესაძლებელია იცხოვრო ჰიპერტენზიით გართულებების გარეშე, თუ ის მართული იქნება.

1

ოქტომბერი
OCTOBERკვირა/
SUNDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 ოქტომბერი

ქალებში ინსულტის პრევენციის მიზნით ზოგად მიღებულთან ერთად მნიშვნელოვანია:

- ✓ ჩასახვის საწინააღმდეგო აბების გარკვეული სიფრთხილით მიღება იმ ქალებს შორის, რომელთაც აქვთ დამატებითი რისკ-ფაქტორები, როგორიცაა ასაკი, სიმსუქნე, მწევლელობა, მაღალი არტერიული წნევა, დიაბეტი;
- ✓ ჩანაცვლებითი ჰორმონული თერაპია კომბინირებული (პროგესტერონისა და ესტროგენის შემცველი) პრეპარატებით, მენოპაუზის სიმპტომების შესამცირებლად, განსაკუთრებულ მონიტორინგს მოითხოვს ინსულტის რისკის მქონე ქალებში;
- ✓ შაკიკი ორნახევარჯერ ზრდის ინსულტის რისკს ქალებში. ქალებს, ვისაც შაკიკი აწუხებს კატეგორიულად უარი უნდა თქვან თამბაქოზე;
- ✓ 75 წელს შემოთ, ქალებში განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს წინაგულთა ფიბრილაციის გამოვლენასა და მონიტორინგს. www.strokeassociation.org/STROKEORG/General/World-Stroke-Day

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

2

ორშაბათი/
MONDAY

2 ოქტომბერი

პულის განსაზღვრა მაჩაზა:

- ✓ პულის ემოხვევა გულის შეკუმშვის სიხშირეს. პულისის გამოსათვლელად ერთი ხელის საჩვენებელი და შუა თითი დაადე მეორეს ცერის გაყოლებაზე. თითები ზუსტად მოთავსდება სხივის არტერიაზე და მარტივად შეიგრძნობთ პულსს.
- ✓ 1 წუთის განმავლობაში დაითვალოთ დარტყმების რაოდენობას, დაავკირდით, რამდენად რითმულია დარტყმები.
- ✓ თუ პულსაცია არითმულია და დარტყმების რაოდენობა ცდება 100-ს, მიმართეთ ექიმს.



www.ish-world.com/public/world-hypertension-day.htm

3

ოქტომბერი
OCTOBER

სამშაბათი/
TUESDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 ოქტომბერი

ფსიქიკური ჯანმრთელობა – ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები საკმაოდ ხშირია და მდგომარეობების ფართო სპექტრს, უბრალო „შიშებით“ (ფობიებით) დანწყებული სერიოზული ფსიქიკური პრობლემებით დამთავრებული (შიზოფრენია, დეპრესია, მანიაკურ-დეპრესიული სინდრომი) მოიცავს. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემებით, მსოფლიოში 450 მილიონ ადამიანს ფსიქიკური ჯანმრთელობის ესა თუ ის პრობლემა აღენიშნება. საქართველოში კი ფსიქიკური და ქცევითი აშლილობების 78 ათასზე მეტი შემთხვევა აღნუსხული. ყველაზე ხშირად დასმული დიაგნოზი დეპრესიაა.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

4

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

4 ოქტომბერი

ფსიქიკური ჯანმრთელობა – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მიხედვით, ფსიქიკური ჯანმრთელობის პრობლემების მქონეთა 2/3 არ მკურნალობს. კვლევებმა კი უჩვენეს, რომ ამ ადამიანთა 70% მკურნალობაზე უარს სწორედ დისკრიმინაციის და „სულიერად დაავადებულის“ იარღილის მიკერების შიშით ამბობს. ეს კი თავის მხრივ, უფრო ამძიმებს პრობლემას. აღმოჩნდა, რომ იმ ადამიანთა უმეტესობა, რომლებიც არ იტარებს სათანადო მკურნალობას ან/და ვერ პოულობს თანადგომას, მხარდაჭერას, ცხოვრებას თვითმკვლელობით ასრულებს. კვლევებმა დაადასტურეს, რომ იმ ადამიანების 90%-ს, რომელთაც სუიციდით (თვითმკვლელობა) დაასრულეს ცხოვრება, ფსიქიკური პრობლემები აღენიშნებოდა, თუმცა, მოცემულ მომენტში არ მკურნალობდა.

www.who.int



5

ოქტომბერი OCTOBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 ოქტომბერი

დავრისია დღეს მსოფლიოში ყველაზე გავრცელებული ფსიქიკური პრობლემაა, რომელიც ყოველ მეოთხე ან მეხუთე ადამიანს ემართება და **თვით-მკვლელობის პრეტენზიის უდიდეს რისკ-ფაქტორს წარმოადგენს**. დეპრესია – (ლათ. დათრგუნული) ადამიანის ფსიქიკური აშლილობაა, რომელსაც ნეგატიური განწყობა, სევდა და დათრგუნულობა ახასიათებს. ამ დროს ქვეითდება გუნება-განწყობილება, თვითშეფასების უნარი, ადამიანი კარგავს ცხოვრებისა და საყვარელი საქმიანობისადმი ინტერესს; დეპრესია ცვლის პიროვნების პრობის, სწავლის უნარს, აუარესებს მადას, ძილს და ა.შ. ჯანმრთელობის მონაცემებით, 2020 წლისათვის, დეპრესია გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების შემდეგ მეორე ადგილს დაიკავებს. გლობალურად, დეპრესიით 121 მილიონი ადამიანია დაავადებული. დაავადების მუსტი მიზეზი უცნობია, თუმცა დიდ მნიშვნელობა ენიჭება გენეტიკასა და ცხოვრების წესს. www.who.int



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

6

პარასკევი/
FRIDAY

6 ოქტომბერი

დეპრესია და სტიგმა – აღსანიშნავია, რომ მთელ მსოფლიოში არსებობს გარკვეული სტიგმა: ადამიანებს მიაჩნიათ, რომ დეპრესიის მიზეზი სისუსტისა და სიზარმაცის მაჩვენებელია და მხოლოდ სუსტი ადამიანების ხვედრია. ადამიანები ცდილობენ დამალონ დეპრესია, არავის გაუმხილონ თავისი მდგომარეობა და დამოუკიდებლად გაუმკლავდნენ, რამაც შესაძლებელია პაციენტი სავალალო მდგომარეობამდე მიიყვანოს. საინფორმაციო-საგანმანათლებლო პროგრამები ხელს უწყობს მოსახლეობის ცნობიერების შეცვლასა და ამაღლებას, აწვდის მათ სათანადო ინფორმაციას დეპრესიის სიმპტომების, ფორმების, მკურნალობის მეთოდების შესახებ და შესაბამისად, ეხმარება ამ მძიმე დაავადების დაძლევაში.



7

ოქტომბერი OCTOBER

შაბათი/
SATURDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

8

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

7-8 ოქტომბერი

ღეგრესია: ფაქტები

- ✓ დეგრესია, ისევე როგორც შაქრიანი დიაბეტი და კიბო ქრონიკულ დაავადებას წარმოადგენს. დეგრესია ემართება ნებისმიერი სქესის, ასაკისა და სოციალური მდგომარეობის ადამიანს.
- ✓ დეგრესიით დაავადებულმა ადამიანმა უნდა მიმართოს ექიმ-ფსიქიატრს და ჩაიტაროს მკურნალობა. თანამედროვე მედიცინა ეფექტურად უმკვლავდება დეგრესიას; პაციენტების 80% სრულად იკურნება. მკურნალობის ძირითად მიმართულებებს მედიკამენტოზური და ფსიქოთერაპია წარმოადგენს. მკურნალობის გარეშე დეგრესია შესაძლებელია რამდენიმე კვირის, თვეებისა და წლების განმავლობაში გაგრძელდეს.
- ✓ დეგრესია 2-3-ჯერ ხშირია ქალებში მამაკაცებთან შედარებით.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

9

ორშაბათი/
MONDAY

9 ოქტომბერი

რეკომენდაციები დეპრესიის დროს:

- ✓ ივარჯიშეთ, ისეირნეთ სუფთა ჰაერზე, ირბინეთ, იცურავეთ;
- ✓ გახსოვდეთ: ფიზიკური აქტივობა ამცირებს დეპრესიის სიმტომებს!
- ✓ ერიდეთ ალკოჰოლსა და ნარკოტიკს;
- ✓ მოიწესრიგეთ ძილის რეჟიმი;
- ✓ მიიღეთ სრულფასოვანი საკვები: მარცვლეული, ცილები, ახალი ხილი და ბოსტნეული, ერიდეთ ცხიმის შემცველ პროდუქტებს;
- ✓ უამბეთ თქვენი პრობლემების შესახებ ოჯახის წევრს, ახლო მეგობარს;
- ✓ მიუხედავად თქვენი განწყობილებისა, ეცადეთ არ ჩაიკეტოთ საკუთარ თავში;
- ✓ აუცილებლად გამონახეთ დრო საყვარელი საქმიანობისათვის
- ✓ მიმართეთ პროფესიონალს დახმარებისთვის და თვითნებურად ნუ შეწყვეტთ დანიშნული ანტიდეპრესიული პრეპარატების მიღებასა და ფსიქოთერაპიულ სესიებს;



10

ოქტომბერი OCTOBER

სამშაბათი/
TUESDAY

ფსიქიკური ჯანმრთელობის
მსოფლიო დღე

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 ოქტომბერი

ფსიქიკური ჯანმრთელობის მსოფლიო დღე 1992 წლიდან აღინიშნება 10 ოქტომბერს და ყოველწლიურად სხვადასხვა აქტუალურ თემას ეძღვნება. ამ დღის აღნიშვნა მიზნად ისახავს ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ საზოგადოების ცნობიერების ამაღლებას, თემის ადვოკატირებას და გლობალურ დონეზე რესურსების მობილიზებას პრობლემის გადასაჭრელად.

www.who.int



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი
OCTOBER

11

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

11 ოქტომბერი

როგორ შევიმსუბუქოთ ართრიტით გამოწვეული ტკივილი?

სასარგებლოა ფეხით სიარული, ველოსიპედით მოძრაობა და წყლის ვარჯიშები. თანამედროვე რეკომენდაციებით ართრიტის მქონე პაციენტებისათვის კვირის განმავლობაში რეკომენდებულია 150 წუთი (2.5 საათი) საშუალო ინტენსივობის ფიზიკური ვარჯიში, რაც შეიძლება იქნას მიიღწეული 30 წუთიანი ვარჯიშით მინიმუმ 5 დღის განმავლობაში.



12

ოქტომბერი OCTOBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ართრიტის მსოფლიო დღე
მხედველობის მსოფლიო დღე

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 ოქტომბერი

ართრიტის მსოფლიო დღე – 1996 წლიდან აღინიშნება და მისი მიზანია ართრიტებისა და რევმატიული დაავადებების შესახებ ინფორმირებულობის ზრდა. **ტკივილის შემ-ცირებაში** პაციენტებს აერობიკა და კუნთების ვარჯიში ეხმარება, ვარჯიში ასევე ხელს უწყობს მობილურობის, ფუნქციონირების და განწყობის გაუმჯობესებას ყოველდღიურ საქმიანობაში, დამოუკიდებლად მუშობას და სოციალურ აქტივობებში ჩართვას.

მხედველობის მსოფლიო დღე – ყოველწლიურად ოქტომბრის მეორე ხუთშაბათს აღინიშნება. ეს დღე სიბრმავის პრევენციის გლობალური ინიციატივის „ხედვა 2020: მხედველობის უფლება“ პროპაგანდისტული ღონისძიებაა. ამ ინიციატივის ავტორები არიან ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია და სიბრმავის პრევენციის საერთაშო-რისო სააგენტო. www.who.int/mediacentre/news/releases/pr79/en



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

13

პარასკევი/
FRIDAY

13 ოქტომბერი

დაბეჭდება – ჯანმრთელობის ძირითადი გზავნილები:

- ✓ ხანდაზმული ადამიანები წარმოადგენენ საზოგადოების ფასეულ რესურსს; ხანდაზმული ადამიანები უნდა გრძნობდნენ, რომ მათ აქვს როლი ოჯახში და საზოგადოებაში;
- ✓ ჯანმრთელობა მთელი ცხოვრების მანძილზე გვეხმარება, მაქსიმალურად გამოვიყენოთ დაბერების დადებითი მხარეები;
- ✓ საზოგადოება, რომელიც მზრუნველობას იჩენს ხანდაზმული ადამიანების მიმართ და ეხმარება მათ, რომ აქტიური მონაწილეობა მიიღონ ყოველდღიურ ცხოვრებაში, უკეთ იქნება მომზადებული, იმისთვის, რომ თავი გაართვას მსოფლიოში მიმდინარე ცვლილებებთან დაკავშირებულ პრობლემებს.



ხანდაზმულთა მსოფლიო დღე ყოველწლიურად 13 ოქტომბერს აღინიშნება.

14

ოქტომბერი OCTOBER

შაბათი/
SATURDAY

ახალშობილთა საერთაშორისო
ხსოვნის დღე

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

15

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

14 – 15 ოქტომბერი

ახალშობილთა საერთაშორისო ხსოვნის დღე

– 15 ოქტომბერს მსოფლიოს მრავალი ქვეყანა პერინატალური დანაკარგების საერთაშორისო დღეს აღნიშნავს. ამ დღეს საზოგადოება პატივს მიაგებს იმ ბავშვებს ხსოვნას, რომლებიც დაიღუპნენ მუცლადყოფნის პერიოდში ან დაბადებისთანავე.

ბავშვის დაკარგვა უდიდესი ტრაგედიაა არა მხოლოდ დედის და ახლობლებისთვის, არამედ საზოგადოებისთვისაც. ჯანმოს რეკომენდაციით მკვდრადშობადობის ათვლა ხდება 28 კვირიდან, თუმცა საქართველოს კანონმდებლობის თანახმად მკვდრადშობადობა ითვლება 22 კვირიდან.



www.october15th.com/

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი
OCTOBER

16

ხელების დაბანის მსოფლიო დღე

ორშაბათი/
MONDAY

16 ოქტომბერი

ხელების დაბანის მსოფლიო დღე 2008 წლის 15 ოქტომბრიდან აღინიშნება, ამ დღის აღნიშვნა მოსახლეობაში ხელების საპნით დაბანის კულტურის ხელშეწყობასა და ჩამოყალიბებას ემსახურება. რადგან აშშ-ში ჩატარებული სხვადასხვა კვლევებით დადგენილია, რომ 21-ე საუკუნეში ხელების დაბანის აუცილებლობის შესვენება კვლავ აქტუალურია საზოგადოების ფართო ფენებისათვის. მსოფლიოში ყოველწლიურად 5 წლამდე ასაკის დაახლოებით 2,2 მილიონი ბავშვი იღუპება ისეთი დაავადებებით, რომელთა თავიდან აცილება ან თუნდაც შემცირება სწორედ ხელების დაბანითა შესაძლებელია. ამ დღეს მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყნებში აღნიშვნავენ და სხვადასხვა თემატურ ღონისძიებებს აწყობენ.



17

ოქტომბერი
OCTOBERსამშაბათი/
TUESDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 ოქტომბერი

ფაქტები მხედველობის დარღვევების შესახებ

- ✓ მსოფლიოში დაახლოებით 285 მილიონ ადამიანს აღენიშნება მხედველობის დაქვეითება, მათგან 39 მილიონი ადამიანი უსინათლოა.
- ✓ იმ ადამიანთა 90%, რომელთაც აღენიშნებათ მხედველობის დარღვევები, ცხოვრობს დაბალ და საშუალო შემოსავლების ქვეყნებში.
- ✓ სიბრმავის შემთხვევათა 51% განპირობებულია ასაკობრივი კატარაქტით, რაც წარმოადგენს სიბრმავის ძირითად მიზეზს.
- ✓ ზრდასრულ ადამიანებში შესაძლებელია სიბრმავის შემთხვევის 80%-ის პრევენცია და მკურნალობა. ბავშვებში სიბრმავის ძირითადი მიზეზები შეიძლება იყოს კატარაქტა, დღენაკლულ-თა რეტინოპათია და A ვიტამინის დეფიციტი.

www.who.int/features/factfiles/blindness/blindness_facts/en/index.html

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი
OCTOBER

18

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

18 ოქტომბერი

დაბერება - ჯანმრთელობის უზრუნველსაყოფად საჭიროა

- ✓ ხანდაზმულ ასაკში კარგი ჯანმრთელობის უზრუნველსაყოფად საჭიროა:
- ✓ ჯანმრთელობის ხელშეწყობა მთელი სიცოცხლის მანძილზე
- ✓ დაბერებისთვის ხელსაყრელი პირობების შექმნა, რაც ხელს შეუწყობს ხანდაზმულ ადამიანთა ჯანმრთელობას და მათ მონაწილეობას ყოველდღიურ ცხოვრებაში
- ✓ პირველად ჯანდაცვაზე, გრძელვადიან დახმარებასა და პალიატიურ მზრუნველობაზე ხელმისაწვდომობის უზრუნველყოფა
- ✓ ხანდაზმულ ადამიანთა ღირებულებების აღიარება და მათთვის დახმარების გაწევა, რათა აქტიური მონაწილეობა მიიღონ ოჯახისა და საზოგადოების ცხოვრებაში.



19

ოქტომბერი OCTOBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 ოქტომბერი

მნიშვნელოვანი ფაქტები დაბერების შესახებ

- ✓ 1980 წლიდან 60 წლის და მეტი ასაკის ადამიანთა რიცხვი თითქმის გაორმაგდა;
- ✓ 2050 წლამდე 80 წლის ასაკის ადამიანთა რიცხვი თითქმის ოთხჯერ გაიზრდება და 395 მილიონს მიაღწევს;
- ✓ შემდგომი 5 წლის განმავლობაში 65 წლის და მეტი ასაკის ადამიანთა რიცხვი 5 წლამდე ასაკის ბავშვების რაოდენობას გადააჭარბებს;
- ✓ 2050 წლისთვის კი ამ ადამიანთა რიცხვი 14 წლამდე ასაკის ბავშვების რაოდენობაზე მეტი იქნება;
- ✓ ხანდაზმულ ადამიანთა უმრავლესობა ცხოვრობს დაბალი და საშუალო შემოსავლების ქვეყნებში. 2050 წლისთვის ეს რიცხვი 80%-მდე გაიზრდება.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ოქტომბერი OCTOBER

20

ოსტეოპოროზის მსოფლიო დღე

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

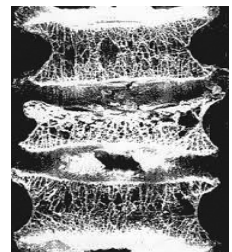
17:00

18:00

19:00

20 ოქტომბერი

ოსტეოპოროზის მსოფლიო დღე. 20 ოქტომბერი ოსტეოპოროზის მსოფლიო დღეა. ოსტეოპოროზი ხანგრძლივად მიმდინარე დაავადებაა, რომლის დროსაც მცირდება ძვლოვანი ქსოვილის მასა, ძვლები მყიდდება და იზრდება მოტეხილობის რისკი. ოსტეოპოროზი ხშირად ფარულად მიმდინარეობს და პირდაპირ გართულებით – ხერხემლის, ბარძაყის ყელის ან სხვა ძვლის მოტეხილობით – იჩენს თავს. ოსტეოპოროზი აქვს ყოველ მესამე ქალს პოსტმენოპაუზის ასაკში და 70 წელს გადაცილებული ქალებისა და მამაკაცების ნახევარს.



21

ოქტომბერი
OCTOBERშაბათი/
SATURDAYფეხიით მომხმარების პრევენციის
საერთაშორისო კვირეული

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

22

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

21 – 22 ოქტომბერი

ფეხიით მომხმარების პრევენციის საერთაშორისო კვირეული – იმართება ტყვიის აღმოფხვრის გლობალური ალიანსისა და ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მხარდაჭერით. ტყვია ცნობილია, როგორც ტოქსიკური ქიმიური ნივთიერება, რომელსაც ფართოდ იყენებენ სხვადასხვა სფეროში. ის ზიანს აყენებს ადამიანის ჯანმრთელობას და იწვევს ფართო სპექტრის ჯანმრთელობის დარღვევებს, ესენია: ნევროლოგიური დარღვევები, ანემია, დაღლილობა და კუნთების სისუსტე, დამბლა, თირკმლისა და ღვიძლის დაზიანება. ტყვია ზეგავლენას ახდენს ბავშვის განვითარებაზე, როგორც მისი მუცლადყოფნის პერიოდში, ასევე მის დაბადების შემდგომ. ტყვიის ექსპოზიცია იწვევს ბავშვების გონებრივ ჩამორჩენას.

თუ თქვით, რომ თქვენს შვილს შეიძლება ტყვიით მონამვლა ჰქონდეს, მიმართეთ ექიმს. მოითხოვეთ ტყვიის შემცველობაზე სპეციალური სისხლის ანალიზი.

რაც შეიძლება ხშირად: დაასუფთავეთ სახლი, გარეცხეთ ბავშვის სათამაშოები, ხშირად დაბანეთ ხელები ბავშვებს და მოერიდეთ ტრანსპორტის გამოწვრთვას.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი
OCTOBER

23

ორშაბათი/
MONDAY

23 ოქტომბერი

- ✓ **ბრივი** – მწვავე ვირუსული დაავადება, რომელიც იწყება უეცრად, მაღალი ტემპერატურის ფონზე გამოხატული ინტოქსიკაციით, ზემო სასუნთქი გზების ლორწოვანის დაზიანებით, ხველით.
- ✓ გადაცემის გზა: წვეთოვანია. გრიპს იწვევს 3 ტიპის ვირუსი: A, B და C. A ტიპის ვირუსს გააჩნია მრავალი ქვეტიპი.
- ✓ პროფილაქტიკური ღონისძიებები: იმუნიზაცია და დაავადებულთან კონტაქტისას პირადი ჰიგიენის და დამცავი საშუალებების სწორი გამოყენება (ნიღაბი, ხელთათმანი). დაავადების სიმპტომების გამოვლენისთანავე საჭიროა ექიმის კონსულტაცია



24

ოქტომბერი
OCTOBER

სამშაბათი/
TUESDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 ოქტომბერი

პირის ღრუს ჯანმრთელობა

პირის ღრუს დაავადებების პრევენციისა და კონტროლის თვალსაზრისით მნიშვნელოვანია შემდეგი პრინციპების გათვალისწინება:

- ✓ ძუძუთი კვების პოპულარიზაცია.
- ✓ ჭანსალი კვების პოპულარიზაცია.
- ✓ შაქრის ჭარბი მოხმარების შეზღუდვა;
- ✓ არაალკოჰოლური გამაგრილებელი მჟავე სასმელების მოხმარების შეზღუდვა;
- ✓ რაციონის გამდიდრება ხილითა და ბოსტნეულით;
- ✓ თამბაქოსა და ალკოჰოლის მოხმარების შეწყვეტა, რაც შეამცირებს პირის ღრუს კიბოს, ღრძილების დაავადებებისა და კბილების დაკარგვის რისკს;
- ✓ პირის ღრუს ჰიგიენის წესების ზედმიწევნით დაცვა;
- ✓ პერიოდული პროფილაქტიკური გასინჯვები სტომატოლოგთან.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი OCTOBER

25

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

25 ოქტომბერი

გრიპი და გაციება – ცხვირის გაჭედვა, ყელის ტკივილი, ცემინება, ხველა, თავის ტკივილი და დისკომფორტი გულმჯერდის არეში გრიპის გარდა შესაძლებელია გამოიწვიოს 200–ზე მეტმა ვირუსმა. ყველა სხვა ვირუსისგან განსხვავებით გრიპისთვის უფრო მეტად არის დამახასიათებელი მაღალი ტემპერატურა, თავისა და კუნთების ტკივილი, სისუსტე და დაღლილობა. გრიპი შესაძლოა გართულდეს სიცოცხლისთვის ისეთი საშიში დაავადებით, როგორიცაა პნევმონია.

რესპირატორული ჰიპინა – ხველისა და ცემინებისას გამოიყენეთ სამედიცინო ნიღაბი ან ქსოვილი ცხვირ-პირის დასაცავად, ან აიფარეთ მკლავი დეთ გამოყენებული ქსოვილის ნაჭერი დახურულ ურნაში. რესპირატორულ ტაქტის შემდეგ დაიბანეთ ხელები.



ან იდაყვი; გადააგდეთ გამონადენთან კონ-

26

ოქტომბერი OCTOBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 ოქტომბერი

ფრინველის გრიპი – ფრინველის გრიპი ბოლომდე ინფექციაა, გამო-
მწვევია გრიპის A ტიპის ვირუსი. ჩვეულებრივ, ფრინველებს აავადებს, თუმცა
არსებობს შესაძლებლობა ფრინველის გრიპის ვირუსმა გადალახოს სა-
ხეობრივი ბარიერი და დაავადოს სხვა სახეობის ცხოველი ან ადამიანი.

პროფილაქტიკა: ფრინველებთან/ცხოველებთან ნებისმიერი სახის კონტაქ-
ტისას სანიტარულ-ჰიგიენური წესების მკაცრი დაცვა, ფრინველისა
და ცხოველური პროდუქტების საკვებად მიღებამდე მათი თერმულად
სრულყოფილად დამუშავება. დაავადების სიმპტომების (მაღალი ტემპერა-
ტურა, ხველა და კონტაქტი ფრინველებთან/ცხოველებთან) გამოვლენის-
თანავე საჭიროა ექიმის კონსულტაცია.



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ოქტომბერი
OCTOBER

27

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 ოქტომბერი

სადღიინფექციო სამედიცინო და სადღიინფექციო საშუალებების რეგისტრაცია – სადღიინფექციო სამუშაოების ჩატარებას უდიდესი როლი ენიჭება ეპიდსაჩინაალმდეგო ღონისძიებების განსახორციელებლად. კერძოდ: ინფექციურ დაავადებათა შემცირება და ლიკვიდაცია საჭიროებს მათ წინააღმდეგ ბრძოლის ღონისძიებათა კომპლექსურად გატარებას. ამ მხრივ მნიშვნელოვანია ინფექციის საწყისის ან პათოგენური მიკრობების გაუვნებლობა გარემოში (საგნებზე, ნივთებზე, ჰაერში, ნიადაგში, წყალში, ადამიანებში, ცხოველებში და სხვა სადღიინფექციო მეთოდებითა და საშუალებებით. ასევე, ინფექციური დაავადებების გადამტანი მწერების და მღრნელების მოსპობა. ქვეყანაში ეპიდსაჩინაალმდეგო ღონისძიებების განსახორციელებლად სადღიინფექციო საშუალებების რეგისტრაცია, (რომელსაც აწარმოებს დკსჯეც) წარმოადგენს აუცილებელ რგოლს სამედიცინომომსახურების ხარისხის, პაციენტთა უსაფრთხოების და მომხმარებელთა უფლებების დაცვის, ქვეყნის თავდაცვისა და ბიოლოგიური უსაფრთხოების უზრუნველყოფისათვის. შემუშავებულია რეგისტრირებულ საშუალებათა რეესტრი და განთავსებულია დკსჯეც-ის საიტზე www.ncdc.ge.

28

ოქტომბერი OCTOBER

შაბათი/
SATURDAY

ინსულტის მსოფლიო დღე

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

29

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

28 - 29 ოქტომბერი

ინსულტის მსოფლიო დღე – მისი მიზანია მოსახლეობის ინფორმირება იმ ღონისძიებებისა და ცხოვრების წესთან დაკავშირებული ქცევების შესახებ, რომელიც თავიდან აგვაცილებს ინსულტის განვითარების რისკს. **ინსულტი** ცერებრო-ვასკულური დაავადებაა, რომელიც თავის ტვინში სისხლის მიწოდების შეფერხების შედეგად ვითარდება. დამიანებულ უბანში თავის ტვინის უჯრედები იღუპებიან, რადგან მათ ჟანგბადი და საკვები ნივთიერებები არ მიეწოდებათ. ინსულტის შემთხვევების 87% კლასიფიცირებულია როგორც **იშემიური ინსულტი**, რომელიც იმ შემთხვევაში ვითარდება, როცა თავის ტვინის მკვეთრი სისხლძარღვები ბლოკირებულია და სისხლის ნაკადი ტვინის განსაზღვრულ უბანამდე ვერ აღწევს. ინსულტის შემთხვევების დანარჩენი 13% კლასიფიცირდება როგორც **კამოტრამიური ინსულტი** – დამიანებულ სისხლძარღვი სვდება და სისხლი ჩაიქცევა თავის ტვინის ქსოვილში, სისხლი გროვდება, აწევა ტვინს. არსებული მონაცემების მიხედვით საქართველოს მოსახლეობაში ცერებრო-ვასკულური დაავადებების ახალი შემთხვევების სიხშირე 2006-2013 წლებში 100 000 მოსახლეზე მცირედ – 117-დან 138-მდე გაიზარდა, ხოლო პრევალენტობის მაჩვენებელი გაიზარდა 1.3-ჯერ. www.strokeassociation.org



ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

ოქტომბერი
OCTOBER

30

ორშაბათი/
MONDAY

30 ოქტომბერი

ფაქტები ინსულტთან დაკავშირებით:

მსოფლიოში ყოველწლიურად:

- ✓ ინსულტის 15 მილიონი ახალი შემთხვევა ვლინდება;
- ✓ ექვს მილიონზე მეტი ადამიანი იღუპება;
- ✓ ყოველ ექვს წამში ერთი ადამიანი იღუპება;
- ✓ ყოველი 5 ქალიდან ერთს და ყოველი 6 მამაკაციდან ერთს სიცოცხლეში ოდესმე ინსულტის განვითარების რისკი აღენიშნება;
- ✓ ინსულტით სიკვდილიანობისა და შემლუდული შესაძლებლობების მაღალი მაჩვენებლები ვლინდება აზიაში, რუსეთსა და დასავლეთ ევროპაში;
- ✓ გულის იშემიური დაავადება და ცერებროვასკულური დაავადებები სიკვდილიანობის ორი წამყვანი მიზეზია, მათზე საერთო სიკვდილიანობის 20% მოდის.



31

ოქტომბერი
OCTOBERსამშაბათი/
TUESDAY

ოქტომბერი/OCTOBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

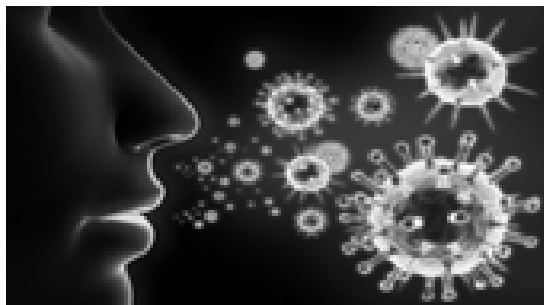
19:00

31 ოქტომბერი

როგორ ავაცილოთ თავიდან ინსულტი?

- ✓ იცოდეთ დაავადების რისკის ფაქტორები: მაღალი არტერიული წნევა, დიაბეტი, სისხლში ქოლესტერინის ჭარბი შემცველობა;
- ✓ იყავით ფიზიკურად აქტიური, მიმართეთ რეგულარულ ფიზიკურ აქტივობას;
- ✓ შეარჩიეთ კვების ჯანსაღი რაციონი, რომელიც მდიდარი იქნება ხილითა და ბოსტნეულით;
- ✓ შეზღუდეთ მარილის მოხმარება და შეინარჩუნეთ არტერიული წნევის დაბალი დონე;
- ✓ შეზღუდეთ ალკოჰოლის მოხმარება;
- ✓ ნუ მონევთ; თუ ეწევით, სცადეთ, დაუყონებლივ თავი დაანებოთ მონევას;
- ✓ გაიგეთ ინსულტის პირველი ნიშნებისა და მისი საწინააღმდეგო ღონისძიებების შესახებ.





სეზონური გრიპი

გრიპი მსოფლიოში ერთ-ერთი ყველაზე უფრო გავრცელებული ინფექციაა. გრიპის სეზონური ეპიდემია ყოველწლიურად 3-5 მილიონ მძიმე შემთხვევას იწვევს მსოფლიოში.

სეზონური გრიპი გრიპის A და B ვირუსით გამოწვეული მწვავე ინფექციური დაავადებაა, რომელიც იწვევს სეზონურ აფეთქებებს ზომიერი კლიმატის რეგიონებში (აშშ, კანადა, ევროპა, რუსეთი, ჩინეთი, იაპონია, ავსტრალია, ბრაზილია, არგენტინა), ხოლო ტროპიკული კლიმატის ქვეყნებში (ეკვატორული აფრიკა, აზიის სამხრეთ – აღმოსავლეთი) ახასიათებს წლიური აქტივობა. ცნობილია გრიპის ვირუსის სამი ტიპი: A, B, C. ამჟამად, მსოფლიოში სეზონურ გრიპს იწვევს A(H3N2), A(H1N1) ქვეტიპის და B ტიპის ვირუსები. გრიპის C ტიპის ვირუსი ხასიათდება მსუბუქი სიმპტომატიკით და ლოკალური ეპიდაფეთქებებით.

სეზონური გრიპის ვირუსი ყოველწლიურად ცირკულირებს, რაც განაპირობებს ადამიანთა გრიპით ავადობას. ზომიერი კლიმატური სარტყლის ქვეყნებში გრიპი ხასიათდება სეზონურობით (ზამთრის პერიოდში). გადაცემა ადამიანიდან ადამიანზე ხდება ხველით, ვირუსით კონტამინირებულ ნივთებთან ან ზედაპირებთან შეხებისას. სეზონური გრიპი ხასიათდება როგორც მსუბუქი, ისე მძიმე სიმპტომატიკით, შესაძლოა მოყვეს ლეტალური გამოსავალიც განსაკუთრებით მაღალი რისკის ჯგუფებში.

მაღალი რისკის ჯგუფებს წარმოადგენენ ორსულები, მოხუცები, ბავშვები, სუსტი იმუნური სისტემის და ქრონიკული დაავადებების მქონე პირები.

გრიპის ვირუსის სხვადასხვა ტიპის ცირკულაციის გამო ადამიანები შესაძლოა ყოველწლიურად გახდნენ სეზონური გრიპით ავად.



გრიპის პროფილაქტიკა

ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის რეკომენდაციების შესაბამისად გრიპის პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებად ითვლება გრიპის საწინააღმდეგო ვაქცინაცია. რეკომენდებულია ვაქცინაციის ჩატარება გრიპის სეზონის დაწყებამდე (გრიპის სეზონი იწყება წლის მე-40 კვირიდან) როგორც მინიმუმ 2 კვირით ადრე, რადგანაც ეს არის ის საშუალო პერიოდი, რომელიც საჭიროა აცრის შემდგომი იმუნიტეტის გამომუშავებისთვის.

გრიპის საწინააღმდეგო აცრა რეკომენდებულია ყველა ასაკობრივ ჯგუფში (ბავშვებში 6 თვიდან), განსაკუთრებით მაღალი რისკის მქონე პირებისთვის.

რისკის ჯგუფებს წარმოადგენენ: ორსულები, მოხუცები, ბავშვები, სუსტი იმუნური სისტემის და ქრონიკული დაავადებების მქონე პირები.

გრიპის შემთხვევათა მატების ეტაპზე მნიშვნელოვანია:

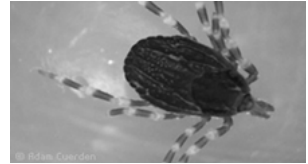
დაავადებულთა თვითიზოლაცია: მაღალი ტემპერატურის, თავის, კუნთების, სახსრებისა და ყელის ტკივილით მიმდინარე დაავადებისას, ნაჩვენებია ავადმყოფთა იზოლაცია ბინაზე, ტემპერატურის დარეგულირებიდან კიდევ 24 საათის მანძილზე; ასეთ შემთხვევებში სტანდარტულად ინიშნება მხოლოდ სიმპტომური მკურნალობა – სიცხის დამწვევები (გარდა ასპირინისა), ტკივილდამაყუჩებლები და ა.შ.

ისეთი სიმპტომების გამოვლენისას, როგორიცაა სუნთქვის გაძნელება, ქოშინი, ცხვირ-ტუჩის მიდამოს ციანოზი, მოვარდისფრო სისხლიანი ნახველი, ძილიანობა, ჩვილ ბავშვებში – ძუძუს წოვის შეუძლებლობა, გაუწყლოვება, ყიფლიანდის დაძაბულობა – აუცილებელია სპეციალიზებული სამედიცინო დახმარება.

სეზონური გრიპის მკურნალობა არ საჭიროებს ვირუსის ლაბორატორიულად დადასტურებას. ჰოსპიტალური შემთხვევების მკურნალობის ტაქტიკის შერჩევის მიზნით, გრიპის ვირუსზე პირ კვლევის ჩატარება მიზანშეწონილი არაა. ეს ჩვეულებრივ აგვიანებს ანტივირუსული პრეპარატებით (ოსელტამივირი) მკურნალობის დაწყებას, რამაც შესაძლოა ფატალურ შედეგებამდე მიგვიყვანოს.

გრიპის სეზონის დაწყებასთან დაკავშირებით, სამედიცინო დაწესებულებებში უნდა გამკაცრდეს წვეთოვანი და კონტაქტური იზოლაციურ-შემზღუდავი ღონისძიებები.

ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული ცხელება



ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული ცხელება მსოფლიოში გავრცელებული ზოონოზური ვირუსული დაავადებაა, რომელსაც იწვევს ნაიროვირუსი (Nairovirus – Bunyaviridae-ს ოჯახიდან). იგი კლინიკურად არ ვლინდება ცხოველებში, მაგრამ სერიოზულ რისკს წარმოადგენს ადამიანებისთვის.

ძირითადი გადამტანია ტკიპა – ჰიალომა (Hyalomma), რომელიც საქართველოშიც გავრცელებულია. ცხოველები, რომლებზეც ტკიპები პარაზიტობენ (თაგვები, კურდღლები, მსხვილფეხა რქოსანი პირუტყვი, ცხვრები, თხები და სხვ.) ვირუსის დროებითი რეზერვუარებია. ცხოველი ინფიცირდება დაავადებული ტკიპის კბენისას. მის სისხლში ვირუსი დაინფიცირებიდან ერთი კვირის განმავლობაში ცირკულირებს და ტკიპის შემდგომი კბენისას ინფექციის გადაცემის ციკლი, ტკიპი – ცხოველი – ტკიპი, გრძელდება.

საქართველოში 2009-2016, 1-9 თვის მონაცემებით აღრიცხულია 53 დადასტურებული შემთხვევა. თითო-თითო შემთხვევა 2009, 2012 წლებში, 2013 წელს 13, 2014 წელს 24, 2015 წელს 9, 2016, 1-9 თვე, 5 შემთხვევა. ინციდენტობა რეგიონების მიხედვით: შიდა ქართლი 10.2 (32 შემთხვევა), თბილისი 0.25 (3 შემთხვევა), სამცხე-ჯავახეთი 4.6 (9 შემთხვევა), კვემო ქართლი 0.47 (2 შემთხვევა), იმერეთი 0.93 (5 შემთხვევა), მცხეთა-მთიანეთი 0.92 (1 შემთხვევა), რაჭა-ლეჩხუმი 1 შემთხვევა. დაავადებულით ასაკი მერყეობდა 4-დან 77 წლამდე, მათი უმრავლესობა იყო 50 წელზე ნაკლები ასაკის. 20 იყო ქალი, ხოლო 33 მამაკაცი. ლეტალური შემთხვევა იყო 6 (11.3%).

საქართველოში ყირიმ-კონგოს შემთხვევებმა განსაკუთრებულად იმატა 2014 წელს (24 შემთხვევა), თუმცა 2015 წლიდან იკლო (9 შემთხვევა). 2016 წლის ერთეული შემთხვევებია რეგისტრირებული.

ადამიანს დაავადება გადაეცემა:

- ✓ ინფიცირებული ტკიპის კბენით;
- ✓ ავადმყოფი ცხოველის სისხლთან კონტაქტით (დაკვლაში და ცხოველი მშობიარობაში მონაწილეობა);
- ✓ ავადმყოფი ადამიანის სისხლთან და ბიოლოგიურ სითხეებთან კონტაქტით;
- ✓ სამედიცინო მომსახურებისას – ბიოუსაფრთხოების წესების დარღვევის დროს.

სიმპტომები: ადამიანებში ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული ცხელება მსუბუქი, საშუალო სიმძიმის და მძიმე ფორმებით მიმდინარეობს, რომელიც ზოგჯერ სიკვდილითაც მთავრდება.

დაავადება ვლინდება: ტკიპის კბენის შემთხვევაში 1–9 დღეში, დაინფიცირებულ სისხლთან ან ქსოვილებთან კონტაქტისას 1–13 დღეში. ყველაზე დამახასიათებელი სიმპტომებია: ცხელება, კუნთების და თავის ტკივილი, გულისრევა, სისხლჩაქცევები კანზე, გამონაყარი, სისხლდენები და სხვა

ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიულ ცხელებისგან თავის დასაცავად ატარებენ გრძელ-სახელოებიან პერანგს, გრძელ შარვალს და დახურულ ფეხსაცმელს ან ჩექმას, ღია ფერის ტანსაცმელს, რათა ადვილი შესამჩნევი გახდეს მასზე მცოცავი ტკიპა. იყენებენ კანის რეპელენტებს; იმუშავებენ ტანსაცმელს და ფეხსაცმელს აკარაციდებით (ტკიპების სანინალმდეგო საშუალებით); სახლში დაბრუნებისას იცვლიან ტანსაცმელს, რეცხავენ და აშრობენ მზეზე; ტკიპას პოვნის შემთხვევაში ტკიპას ფრთხილად იღებენ პინცეტით ან ხელთათმანიანი ხელით, ისე, რომ კანში არ დარჩეს ტკიპის სხეულის ნაწილი და არ გაიჭყლიტოს, შემდეგ დამიანებულ კანს იმუშავებენ სპირტით. ცხოველების მოვლის და მათი მშობიარობის, დაკვლისა და დამუშავების დროს, ბიოლოგიურ სითხეებთან ან სხვა ცხოველურ გამონაყოფებთან შეხებისას, იყენებენ ხელთათმანებს.



დაიცავით საგზაო უსაფრთხოების წესები!

საგზაო-სატრანსპორტო შემთხვევების დროს მიღებული დაზიანებები მსოფლიოში სიკვდილიანობის 8 მთავარ მიზეზს შორისაა. საგზაო-სატრანსპორტო შემთხვევების შედეგად ყოველდღიურად დაახლოებით 3400, ხოლო ყოველწლიურად ერთ მილიონზე მეტი ადამიანი იღუპება.

საგზაო შემთხვევების უდიდესი წილი მოსახლეობის ახალგაზრდა, სოციალურად აქტიურ ფენაზე მოდის და 15–29 წ. ასაკის პოპულაციაში სიკვდილიანობისა და ინვალიდობის წამყვან მიზეზს წარმოადგენს.

საგზაო მომხმარებლებს შორის ბავშვები, ფეხითმოსიარულენი, ველოსიპედისტები და ხანდაზმული ადამიანები ყველაზე დაუცველ ჯგუფს მიეკუთვნებიან. საგზაო შემთხვევებით დაზარალებულთა შორის 22% – 270 000 ქვეითია.

შინაგან საქმეთა სამინისტროს ოფიციალური მონაცემებით, 2015 წელს საქართველოში 6432 საგზაო სატრანსპორტო შემთხვევაა რეგისტრირებული, აქედან 602 დაღუპულია. დაღუპულთა შორის 160 ქვეითია, რომელთა შორის 28 ბავშვია. სულ დაშავებული ქვეითების რაოდენობა 1998-ს შეადგენს.

ფეხით მოსიარულეთა უსაფრთხო და მოხერხებული გადაადგილებისთვის საპმარისია რამდენიმე მარტივი წესის დაცვა:

- ✓ არ გადაიბინოთ გზაჯვარედინზე;
- ✓ არ მოადუნოთ ყურადღება ქუჩაზე გადასვლისას;
- ✓ თავი შეიკავეთ ყურსასმენების გამოყენებისა და ტელეფონით საუბრისგან ქუჩაზე გადასვლისას;
- ✓ ნუ იქნებით იმის იმედად, რომ მოახლოებული მანქანის მძღოლი შეგიშნავთ და დაამუხრუჭებთ;
- ✓ დაელოდეთ მანქანის გააჩერებას, მხოლოდ შემდგომ გადაჭერით ქუჩა;
- ✓ სალამოს საათებში, ხილვადობის გასაუმჯობესებლად, ატარეთ ნათელი შეფერილობის სამოსი;
- ✓ ისარგებლეთ ფეხით მოსიარულეთათვის განკუთვნილი მინისქვეშა თუ მინისზედა გადასასვლელით;
- ✓ ქვეითად მოსიარულის უსაფრთხოება საერთო პასუხისმგებლობაა. საგზაო უსაფრთხოების დაცვაში საგზაო მოძრაობის ყველა მონაწილეს გარკვეული პასუხისმგებლობა ეკისრება.

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

1

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 ნოემბერი

რას წარმოადგენს ფოთლიუმის მჟავა და რატომაა ის მნიშვნელოვანი ჯანმრთელობისათვის?

ფოთლიუმის მჟავა (ვიტამინი B9) წყალში ხსნადი ვიტამინია, რომელიც აუცილებელია სისხლ წარმოქმნისა და ნერვული სისტემისათვის. ფოთლიუმის მჟავა პასუხისმგებელია ორგანიზმში უჯრედულ დონეზე მიმდინარე უმნიშვნელოვანეს პროცესებზე, როგორებიცაა დნმ-ის სინთეზი, უჯრედების დაყოფა და ზრდა, ერითროციტების წარმოება.

ორსულებში ფოთლიუმის მჟავას ნაკლებობა (დეფიციტი) განაპირობებს ნაყოფის თავისა და ზურგის ტვინის განვითარების მანკების წარმოშობას. დედის ჯანმრთელობა უმნიშვნელოვანესია ახალშობილის ჯანმრთელობისათვის.

www.ncdc.ge



2

ნოემბერი NOVEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

2 ნოემბერი

ნერვული ღეროს ყვალაზე გავრცელებული დეფექტები:

- ✓ “Spina bifida” (ზურგის ტვინის თიაქარი, ზურგის ტვინისა და ხერხემლის განვითარების მძიმე თანდაყოლილი დეფექტი) – ნაყოფის ხერხემალი სრულად ვერ ფარავს ზურგის ტვინს, რის შედეგადაც დარღვეულია ზურგის ტვინის ფუნქცია. ზურგის ტვინის თიაქრით დაბადებულ ბავშვებს მთელი სიცოცხლის მანძილზე პრობლემები აქვთ და საჭიროებენ მრავლობით ქირურგიულ ჩარევას.
- ✓ ანენცეფალია – თავის ტვინის განუვითარებლობა ან არასრული განვითარება. ანენცეფალიის მქონე ბავშვები კვდიან დაბადებამდე ან მალევე დაბადების შემდეგ.
- ✓ თავის ტვინის თიაქარი (encephalocele) – თავის ქალის ღიაობის გამო ტვინის ქსოვილის კანქვეშ გამოსვლა. www.ncdc.ge

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

3

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

3 ნოემბერი

ფოლიუმის მჟავა – ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი რამ, რაც შეიძლება დედამ გააკეთოს **ნაყოფის დეფექტების პრევენციის მიზნით**, არის ფოლიუმის მჟავის ყოველდღიურად საკმარისი რაოდენობით მიღება, განსაკუთრებით, ჩასახვის წინა და ორსულობის პერიოდში.

მრავალი კვლევა ადასტურებს, რომ ქალებში, რომლებიც ორსულობის წინ და ორსულობის პერიოდში ყოველდღიურად იღებენ 400 მკგ (0,4 მგ) ფოლიუმის მჟავას, ნაყოფის ნერვული ღეროს სერიოზული დეფექტების განვითარების რისკი 50-70%-ით შემცირებულია. www.ncdc.ge



4

ნოემბერი
NOVEMBER

შაბათი/
SATURDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

5

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

4-5 ნოემბერი

ფოლიუმის დაფიციტის ნიშნები – ზრდის შეფერხება ბავშვებში; ანემია მოზრდილებში; საჭმლის მონელების პრობლემები დიარეა, უმადობა, წონაში კლება; სისუსტე და ადვილად დაღლა; მტკივნეული ენა; თავის ტკივილი; გულის რითმის დარღვევები; გაღიზიანებადობა და გულმავიწყობა. რისკ-ჯგუფებს მიეკუთვნებიან ერთ წლამდე ასაკის ბავშვები, მოზარდები, და ორსულები. ვინაიდან ამ პერიოდში გაზრდილია მოთხოვნილება ფოლიუმზე. ფოლიუმის მკაფას დიდი რაოდენობით შეიცავს: მუქ-მწვანე ფოთლოვანი ბოსტნეული (ისპანახი, ბროკოლი, სალათის ფურცელი, მწვანე სოიო, ოხრახუში), პარკოსნები, სატაცური, ხილი (ბანანი, შავი მოცხარი, კივი, ფორთოხალი, ფეიხოა), სოკო, ხორცი (საქონლის ღვიძლი და თირკმელი), თევზი, ხიზილალა, პომიდორი. ფოლიუმის მკაფა გამოიყენება ისეთი მდგომარეობების დროს: როგორიცაა მესხიერების დაკარგვა, ალცჰეიმერის დაავადება, სმენის ასაკობრივი დაქვეითება, ასაკობრივი მხედველობის პრობლემა, ოსტეოპოროზი, ძილის პრობლემები, დეპრესია, ნევრალგია, კუნთების ტკივილი, შიდსი, კანის დაავადება – ვიტთილიგო; ასევე გამოიყენება დაბერების ნიშნების შემცირების მიზნით. www.ncdc.ge



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

6

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

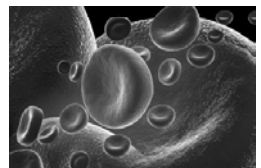
18:00

19:00

6 ნოემბერი

ფოლიუმის მჟავას დეფიციტი ხელს უწყობს აგრეთვე ანემიის განვითარებას. მდგომარეობა გამოვლინდება შემდეგი სიმპტომებით: დაღლილობა, ზოგადი სისუსტე, გულმავიწყობა, უმადობა, ადვილად გაღიზიანებადობა, წონაში კლება. ფოლიუმის მჟავის დეფიციტის დროს ასევე იმატებს ინფარქტისა და ინსულტის რისკი, კიბოს ზოგიერთი ფორმის (მაგ., კუჭის კიბო) რისკი, მამაკაცებში უნაყოფობის რისკი და სხვ.

კვლევებით დასტურდება, რომ ფოლიუმის მჟავა ასევე ხელს უშლის სხვა დეფექტების განვითარებას, როგორიცაა კურდღლის ტუჩი, მგლის ხახა და გულის ზოგიერთი მანკი. არსებობს კვლევები, რომელიც ამტკიცებს ფოლიუმის მჟავას მნიშვნელობას ინსულტის, ნეირობლასტომის და ლეიკოზების პრევენციისათვის. www.ncdc.ge



7

ნოემბერი NOVEMBER

სამშაბათი/
TUESDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 ნოემბერი

რეკომენდაციები რკინის ღაფიციტის პრევენციისათვის – ჩვილ ბავშვებში:
 სასურველია, პირველი 12 თვის განმავლობაში ბავშვი იყოს ძუძუთი კვებაზე (ვინაიდან ქალის რძიდან საუკეთესოდ ხდება რკინის შეწოვა); 4-6 თვიდან კი დაანეწებინოთ რკინით გამდიდრებული საკვების მიღება. ორი ან სამი ამგვარი კვება დღეში აკმაყოფილებს ამ ასაკში რკინისადმი მოთხოვნილებას; 6 თვის ასაკიდან ყოველდღიურად მიეცით C ვიტამინითა და რკინით მდიდარი პროდუქტები ერთ კვებაზე, რაც ხელს შეუწყობს რკინის უკეთ ათვისებას; იმ შემთხვევაში, თუ ძუძუთი კვება შეუძლებელია, გამოიყენეთ რკინით გამდიდრებული ფორმულა; თუ თქვენი ბავშვი ნაადრევად ან მცირე წონით დაიბადა, მიიღეთ ექიმისგან რეკომენდაციები რკინის წვეთების მიცემის თაობაზე. 1-დან 5 წლამდე ასაკის ბავშვებში – მიეცით ბავშვს რკინით მდიდარი საკვები. ასევე, C ვიტამინით მდიდარი ხილი, ბოსტნეული და წვენები.



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

8

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 ნოემბერი

რეკომენდაციები რკინის დეფიციტის პრევენციისათვის:

სქესობრივად მომწიფებული გოგონები და რეპროდუქციული ასაკის ქალები:

- ✓ მიირთვით რკინით მდიდარი პროდუქტები – წითელი მჭლე ხორცი, ფრინველის ხორცი და თევზი. ამ საკვებში შემავალი რკინა ორგანიზმისთვის უფრო ადვილად ასათვისებელია მცენარეულ საკვების შემადგენლობაში შემავალ რკინასთან შედარებით.
- ✓ მიირთვით C ვიტამინით მდიდარი პროდუქტები.

ორსული ქალები

- ✓ მიირთვით რკინით მდიდარი პროდუქტები
- ✓ მიირთვით C ვიტამინით მდიდარი პროდუქტები.
- ✓ გაიარეთ ექიმთან კონსულტაცია ჩაიტარეთ სისხლის ანალიზი, შრატის რკინის კონტროლი საჭიროების შემთხვევაში შესაბამისი მკურნალობისა და რკინის დანამატების მიღების თაობაზე.



9

ნოემბერი NOVEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

9 ნოემბერი

დროულად აღმოჩენილი კიბოს სწორად გეგმვით იმდენად ეფექტურია, რომ ავადმყოფები ათეულობით წლების განმავლობაში სრულიად ჯანმრთელად გრძნობენ თავს. კიბოს კვლევის საერთაშორისო სააგენტოს (IARC, GLOBOCAN) მონაცემებით საქართველოში 2012 წელს ძუძუს კიბოს 1541 ახალი შემთხვევა გამოვლინდა. ონკოლოგიურ დაავადებათა საერთო ავადობაში სარძევე ჯირკვლის კიბოს წილმა 25,2% შეადგინა (ასაკ-სტანდარტიზებული ინციდენტობის მაჩვენებელი 100 000 მოსახლეზე – 44). ამავე წელს ძუძუს კიბოს დიაგნოზით დაიღუპა 530 ქალი (სიკვდილიანობის ასაკ-სტანდარტიზებული მაჩვენებელი 100 000 მოსახლეზე – 13.2). მიუხედავად იმისა, რომ სარძევე ჯირკვლის კიბო საკმაოდ გავრცელებულია და ხშირად ფატალურად მთავრდება, მისი დროულად აღმოჩენის შემთხვევაში, განკურნება შესაძლებელია!



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

10

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

10 ნოემბერი

ძმებს კიბოს დამარცხებისკენ გადაგზავნილი პირველი ნაბიჯი მისი ადრეული გამომწვანება! პრევენციის მეთოდების დახვეწისა და პოპულარიზაციის მიუხედავად, ჰუტს კიბო მთელ მსოფლიოში ერთ-ერთ ყველაზე გავრცელებულ პათოლოგიას წარმოადგენს. ამ მხრივ არც საქართველოა გამონაკლისი. გლობალურად, ჰუტს კიბოთი ავადობა სულ უფრო მატულობს, რაც ქალების ცხოვრების სტილის შეცვლასთან, შობადობის და ჰუტითი კვების პერიოდის შემცირებასთან არის დაკავშირებული. ჰუტს კიბო სარძევე ჯირკვლის ავთვისებიანი სიმსივნეა. იგი ქალთა პოპულაციაში ფართოდაა გავრცელებული და ფილტვის კიბოს შემდეგ სიხშირით მეორე ადგილზეა. მსოფლიოში, ჰუტს კიბოთი, დაახლოებით ყოველი მეთერთმეტე ქალი ავადდება. 2012 წელს მსოფლიოში სარძევე ჯირკვლის კიბოს 1.68 მილიონი (IARC, GLOBOCAN, 2012) ახალი შემთხვევა გამოვლინდა.



11

ნოემბერი NOVEMBER

შაბათი/
SATURDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

12

პნევმონიასთან ბრძოლის მსოფლიო დღე

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

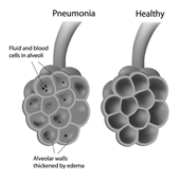
14:00

16:00

18:00

11 - 12 ნოემბერი

პნევმონიასთან ბრძოლის მსოფლიო დღე – მიზნად ისახავს პნევმონიის, როგორც საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი პრობლემის შესახებ მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლებას. ღონისძიების ორგანიზატორია გლობალური კოალიცია ბავშვთა პნევმონიის წინააღმდეგ (საერთაშორისო, სახელმწიფო, არასამთავრობო და ადგილობრივი ორგანიზაციების, სამეცნიერო-კვლევითი ორგანიზაციების და სასწავლო დაწესებულებების და ფონდების ქსელი და ცალკეული პირები). პნევმონიასთან ბრძოლის მსოფლიო დღე ამ დაავადებისადმი დონორების, პოლიტიკის შემქმნელების, ჯანდაცვის სპეციალისტების და საზოგადოების ყურადღების მიპყრობას ისახავს მიზნად. პნევმონია წამყვანი ინფექციური დაავადება სიკვდილიანობის მხრივ 5 წლამდე ასაკის ბავშვებში. ეს არის 4,300 ახალგაზრდა სიცოცხლე ხოველწიურად. სიკვდილობის შემთხვევათა 98% ფიქსირდება გავითარებად ქვეყნებში. www.ncdc.ge



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

13

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 ნოემბერი

იმუნიზაცია ერთ-ერთ ყველაზე ხელმისაწვდომ და ეფექტურ სამედიცინო მომსახურებას წარმოადგენს და მისი მიზანია მოსახლეობის დაცვა ინფექციური დაავადებებისაგან. მსოფლიოში იმუნიზაციის გაფართოებული პროგრამის (იგპ, EPI) ფარგლებში 20 წლის განმავლობაში ყოველწლიურად თავიდან აცილებულია ბავშვთა სიკვდილის სულ ცოტა 3 მილიონი შემთხვევა. ამას გარდა 750 000 ბავშვია გადარჩენილი სიბრმავის, შეზღუდული შესაძლებლობებისა და ჯანმრთელობის მდგომარეობის მძიმე დარღვევებს. იმუნიზაციის პროგრამების საშუალებით ბოლო 20 წლის განმავლობაში მსოფლიოში ყოველწლიურად თავიდან აცილებულია ბავშვთა სიკვდილის 3 მილიონამდე შემთხვევა, ხოლო 750 000 ბავშვი გადარჩენილია სიბრმავის, ინვალიდობის, გონებრივი ჩამორჩენილობისა და ჯანმრთელობის სხვა შეუქცევადი დარღვევებისგან. 2000-2013 წლებში მსოფლიოში წითელას სანინაღმდეგო ვაქცინაციის მეშვეობით თავიდან იქნა აცილებული 15,6 მლნ წითელათი გარდაცვალების შემთხვევა. საქართველოში პროგრამული ვაქცინები უფასოა მომხმარებლისთვის, რადგან ამ ვაქცინების ღირებულებას სრულად ფარავს სახელწიფო იმუნიზაციის პროგრამის ფარგლებში. www.euro.who.int

14

ნოემბერი
NOVEMBERსამშაბათი/
TUESDAY

დიაბეტის მსოფლიო დღე

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 ნოემბერი

დიაბეტის მსოფლიო დღე – დიაბეტის საერთაშორისო ფედერაციის თაოსნობით ყოველწლიურად აღინიშნება 14 ნოემბერს; იგი მსოფლიოს 145-ზე მეტ ქვეყანას აერთიანებს, მოიცავს მილიონობით ადამიანს შაქრიანი დიაბეტისა და მისი გართულებების შესახებ ცნობიერების ამაღლების მიზნით. დიაბეტის მსოფლიო დღის აღნიშვნა ხელს უწყობს მოსახლეობის ინფორმირებულობის ზრდას დაავადებასთან დაკავშირებული უმნიშვნელოვანესი პრობლემების შესახებ და მიუთითებს სამთავრობო, საზოგადოებრივ ორგანიზაციებს, ფარმაცევტულ კომპანიებს, ექიმებს, ძალისხმევის გაერთიანებისკენ, რათა დიაბეტით დაავადებულთა სიცოცხლის ხარისხი გააუმჯობესონ.

შეცვალეთ ცხოვრების წესი დღესვე! ჯანსაღი კვება ყველა ტიპის დიაბეტის მართვის შეუდგენელი ნაწილია!



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი NOVEMBER

15

საგზაო-საბრუნსკორობო
შემთხვევების შედეგად დაღუპულ
მსხვერპლთა სავსეთაშორისო დღე

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 ნოემბერი

რეკომენდაციები გზაზე უსაფრთხო და მოხერხებული გადაადგილებისთვის:

უსაფრთხო და მოხერხებული გადაადგილებისთვის საკმარისია რამდენიმე მარტივი წესის დაცვა:

- ✓ ქუჩაზე გადასვლისას არ მოადუნოთ ყურადღება;
- ✓ ქუჩაზე გადასვლისას თავი შეიკავეთ ყურსასმენების გამოყენებისა და ტელეფონით საუბრისაგან;
- ✓ ნუ იქნებით იმის იმედად, რომ მოახლოებული მანქანის მძღოლი შეგამჩნევთ და დაამუხრუჭებს;
- ✓ დაელოდეთ მანქანის გაჩერებას, მხოლოდ შემდგომ გადაჭერით ქუჩა;
- ✓ საღამოს საათებში, ხილვადობის გასაუმჯობესებლად, ჩაიცვი ნათელი შეფერილობის ტანსაცმელი;
- ✓ ისარგებლე ფეხით მოსიარულებათვის განკუთვნილი მიწისქვეშა თუ მიწისზედა გადასასვლელით.



16 ნოემბერი NOVEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

16 ნოემბერი

საგზაო უსაფრთხოება — ყოველდღიურად საგზაო შემთხვევებით მსოფლიოში 4000 ადამიანი იღუპება, ათასობით სახიზრდება და ხდება შეზღუდული შესაძლებლობის. ამ არაკეთილსაიმედო საერთაშორისო სტატისტიკაში „დიდი წვლილი“ საქართველოსაც შეაქვს. შინაგან საქმეთა სამინისტროს მიერ წარმოდგენილი სტატისტიკის მიხედვით, საგზაო-სატრანსპორტო შემთხვევების შედეგად 2014 წელს დაშავდა 8536 და გარდაცვლილა 511 ადამიანი.

დაიცავით საგზაო მოძრაობის წესები!

- ✓ შენი გულისთვის, შენი უსაფრთხოებისთვის!
- ✓ ტროტუარი ქვეითს!
- ✓ დროა გვასხოვდეს, ვუთხრათ უარი საგზაო კრიმინალს!
- ✓ სიჩქარე კლავს, შეანელე სვლა!
- ✓ დაიცავი ბავშვების სიცოცხლე!



www.savekidslives2015.org; www.worlddayofremembrance.org/about/themes

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

17

დღენაკულ ბავშვთა
მსოფლიო დღე

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

17 ნოემბერი

დღენაკულ ბავშვთა მსოფლიო დღე – ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის განმარტებით დღენაკულია ახალშობილი, რომელიც ნაადრევად, ორსულობის 37 კვირის ვადამდე იბადება. დღენაკლობა ახალშობილთა სიკვდილიანობის მთავარ მიზეზს წარმოადგენს. მსოფლიოში ყოველწლიურად დაბადებული 15 მილიონი დღენაკული ახალშობილიდან მილიონამდე 5-წლამდე ასაკში იღუპება. 17 ნოემბერი დღენაკულ ბავშვთა საერთაშორისო დღეა, იგი პირველად აღინიშნა 2011 წელს ახალშობილთა მზრუნველობის ევროპული ფონდისა (EFCN) და მისი პარტნიორი ორგანიზაციების მიერ. www.efcn.org/

One baby in ten is born premature. Worldwide.



18

ნოემბერი NOVEMBER

შაბათი/
SATURDAY

ევროპის ანტიბიოტიკების
შესახებ ინფორმირებულობის დღე

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

19

ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული
დაავადებების მსოფლიო დღე

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

18 - 19 ნოემბერი

ევროპის ანტიბიოტიკების შესახებ ინფორმირებულობის დღე – ყოველწლიურად ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ევროპის რეგიონში შემავალ 53 ქვეყანაში აღინიშნება, სადაც 900 მილიონამდე ადამიანი ცხოვრობს. ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობასთან ბრძოლა ანტიბიოტიკების მიზნობრივი და რაციონალური გამოყენების გზით ყველას ეხება: მათ, ვინც ჯანდაცვის პოლიტიკასა და სტრატეგიებს შეიმუშავებენ, სამედიცინო კვლევებს ატარებენ, ანტიბიოტიკებს აწარმოებენ და დისტრიბუციას უზრუნველყოფენ. აგრეთვე იმათაც, ვინც ანტიბიოტიკებით მკურნალობის კურსს ნიშნავენ და ვინც ამ პრეპარატებს მოიხმარენ.

ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადებების მსოფლიო დღე (ფქოდ) ყოველწლიური ღონისძიებაა, რომელიც ფილტვის ქრონიკულ ობსტრუქციულ დაავადებასთან ბრძოლის გლობალური ინიციატივის (GOLD) ძალისხმევით დაარსდა და მის მიზანს საზოგადოების ცნობიერების ამაღლება და ინფორმირება წარმოადგენს. ფქოდ-ი ხასიათდება სასუნთქი ნაკადის ქრონიკული შეზღუდვით და ფილტვის და ფილტვს გარეთა პათოლოგიური ცვლილებებით. ფქოდ-ს ახასიათებს სასუნთქი გზების ანთებითი პასუხი მავნე ნაწილაკების ან აირების მიმართ.



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

20

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 ნოემბერი

**საგზაო-სატრანსპორტო შემთხვევების შედეგად დაღუპულ მსხვერპლთა სა-
ერთაშორისო დღე** – ეს დღე დიდი ბრიტანეთის ინიციატივით 1993 წლიდან აღი-
ნიშნება. 2005 წლის 26 ოქტომბერს გაეროს გენერალურმა ასამბლეამ მიიღო
№60/5 რეზოლუცია – მსოფლიოში საგზაო უსაფრთხოების უზრუნველყოფის შე-
სახე და ნოემბრის მესამე კვირა დღე ოფიციალურად აღიარა საგზაო-სატრანს-
პორტო შემთხვევების შედეგად დაღუპულ მსხვერპლთა ხსოვნის დღედ. ის მნიშვნელოვანი ინსტრუმენტი
საკითხის საჯარო აღიარებისთვის. ეს მნიშვნელოვანი ინსტრუმენტი საკითხის საჯარო აღიარებისთვის და
მისი აღნიშვნა ხელს უწყობს საზოგადოების ინფორმირებას საგზაო შემთხვევებით განპირობებული სიკვდი-
ლობის, ავადობისა და შეზღუდული შესაძლებლობების ტვირთის შესახებ და ახდენს პროფილაქტიკური
ღონისძიებების გატარებისა და მსხვერპლთა დახმარების სტიმულირებას. ყოველდღიურად საგზაო შემთხვევებით
მსოფლიოში 4000 ადამიანი იღუპება და ათასობით სახიზრდება და ხდება შეზღუდული შესაძლებლობის. ამ
არაკეთილსაიმედო საერთაშორისო სტატისტიკაში „დიდი წვლილი“ საქართველოსაც შეაქვს.

REMEMBER ME
Memorials Website



www.remembermememorials.org

21

ნოემბერი
NOVEMBER

სამშაბათი/
TUESDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 ნოემბერი

რას წარმოადგენს ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადებები (ფქოდ) – სიცოცხლისთვის საშიში დაავადებაა, რომელიც ბლოკავს სასუნთქ გზებს და აძნელებს სუნთქვას. მთელ მსოფლიოში, ყოველწლიურად, ფქოდ-ით 3 მილიონზე მეტი ადამიანი იღუპება. მკურნალობის გარკვეული მეთოდებით შესაძლებელია ფილტვის დაზიანების პროცესის შეწყვეტა და ჯანმრთელობის მდგომარეობის გაუარესების თავიდან აცილება. მიმართეთ ექიმს დროულად!

ფქოდ-ის რისკის ფაქტორებია: თამბაქოს მოხმარება, გენეტიკური ფაქტორები, პროფესიული მტვერი და ქიმიური ნივთიერებები, შენობის შიდა ჰაერის და ატმოსფერული ჰაერის დაბინძურება, ინფექციები, ასთმა და სხვა.

- ✓ თავი აარიდეთ თამბაქოს კვამლითა და სხვადასხვა მავნე ნივთიერებებით დაბინძურებულ და მტვრიან გარემოს;
- ✓ შეინარჩუნეთ სუფთა ჰაერი საცხოვრებელ გარემოში;
- ✓ იცხოვრეთ ცხოვრების ჯანსაღი წესით: ისეირნეთ სუფთა ჰაერზე, რეგულარულად ივარჯიშეთ, იკვებეთ სწორად;
- ✓ თამბაქოს მოხმარებაზე თავის დანებების სურვილის შემთხვევაში დარეკეთ: **116001**

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

22

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 ნოემბერი

რა არის ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობა?

ზოგიერთი ბაქტერია ბუნებრივად რეზისტენტულია (გამძლეა) გარკვეული ანტიბიოტიკების მიმართ. პრობლემას წარმოადგენს ის შემთხვევები, როდესაც ანტიბიოტიკების მიმართ ჩვეულებრივ მგრძნობიარე ბაქტერიები გენეტიკურ ცვლილებებს, მუტაციას განიცდიან, რის შედეგადაც ანტიბიოტიკების ზემოქმედებით აღარ კვდებიან და განაგრძობენ გამრავლებას, რაც პაციენტისთვის შესაძლოა სასიცოცხლო აღმოჩნდეს. გარდა ამისა, რეზისტენტული ბაქტერიებით გამოწვეული დაავადებები უფრო ხანგრძლივ მკურნალობას და ალტერნატიული, ძვირადღირებული ანტიბიოტიკების გამოყენებას მოითხოვს, რომლებსაც შესაძლოა უფრო მძიმე გვერდითი მოვლენები ჰქონდეთ.

Antibiotic



Resistance

23

ნოემბერი
NOVEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

23 ნოემბერი

ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობა - რისი გაკეთება შეუძლია თქვენთვის ჩვენგანს?

- ✓ ანტიბიოტიკები უნდა მივიღოთ მხოლოდ ექიმის დანიშნულებით;
- ✓ ანტიბიოტიკებით მკურნალობის კურსი ბოლომდე უნდა დავასრულოთ მაშინაც კი, თუ უკვე ვიგრძნობთ თავს;
- ✓ მკაცრად დავიცვათ დანიშნული დოზირება და ანტიბიოტიკის მიღების სიხშირე;
- ✓ არ გამოვიყენოთ წინა მკურნალობიდან დარჩენილი ანტიბიოტიკები და ჩვენთვის განკუთვნილი ანტიბიოტიკები არ გავუზიაროთ სხვებს.



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

24

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

24 ნოემბერი

ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობა – რა მდგომარეობაა ამ მხრივ საქართველოში? საქართველოში ექიმთა უმრავლესობა ბაქტერიული ინფექციების სამკურნალოდ მხოლოდ ემპირიულ ანტიბიოტიკოთერაპიას იყენებს და უგულვებელყოფს ანტიბიოტიკების დანიშვნის წინ ბაქტერიოლოგიურ გამოკვლევებს, რაც ხშირად უშედეგო მკურნალობასა და ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტული შტამების ფორმირებას იწვევს. ხშირად ბაქტერიოლოგიური კვლევისათვის კლინიკური ნიმუშების აღება ხდება მხოლოდ მაშინ, როდესაც ემპირიული ანტიბიოტიკოთერაპია შედეგს არ იძლევა. უკანასკნელი წლების მანძილზე ნომოკომიური ინფექციების გამომწვევ ბაქტერიათა რეზისტენტობა უპირატესად გამოყენებული ანტიბიოტიკების მიმართ გაიზარდა 2–ჯერ და მეტად. თითქმის არცერთ კლინიკას არ გააჩნია მონაცემთა ბაზა გამოყენებული ანტიბიოტიკებისა და ნომოკომიურ ინფექციათა გამომწვევ ბაქტერიათა ანტიბიოტიკებისადმი რეზისტენტობის შესახებ.



25

ნოემბერი NOVEMBER

შაბათი/
SATURDAY

ქალთა მიმართ ძალადობის
აღმოფხვრის მსოფლიო დღე

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

26

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

25 - 26 ნოემბერი

1999 წლის 17 დეკემბერს, გაეროს გენერალურმა ასამბლეამ 25 ნოემბერი ქალთა მიმართ ძალადობის აღმოფხვრის მსოფლიო დღედ გამოაცხადა. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემების თანახმად, მსოფლიოში ყოველი სამი ქალიდან ერთი ცხოვრების განმავლობაში, სულ მცირე, ერთხელ მაინც გამხდარა ფიზიკური შეურაცხყოფის ან სხვა სახის ძალადობის მსხვერპლი. ქალთა მიმართ ძალადობის შესაჩერებლად მუდისეფქორული და მრავალი ინტერვენციების მომცველი სტრატეგიის შემუშავება, საზოგადოების მობილიზაცია და სოციალური ნორმების დანერგვა აუცილებელია.

გაპერტიანდათ ქალთა მიმართ ძალადობის შესაჩერებლად, ქმედების დროა!

www.womenshealth.gov/violence-against-women/get-help-for-violence/index.html;

www.unwomen.org/en/what-we-do/ending-violence-against-women/take-action



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

27

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 ნოემბერი

შპარიანი დიაბეტის ძირითადი სიმპტომები – პირის სიმშრალე, გაძლიერებული წყურვილის შეგრძნება, გახშირებული შარდვა (უმთავრესად – ღამით), ძლიერი სისუსტე, ადვილად დაღლა, წონის კლება, გაძლიერებული მადა, ინფექციებისადმი მიდრეკილება (ფურუნკულოზი), მამაკაცებში – ლორწოვანი გარსის ანთება, ქალებში – სასქესო ორგანოს მიდამოს ქავილი.

ბარტულებები: დიაბეტი ზრდის გულის დაავადებებისა და ინსულტის განვითარების რისკს; სისხლის მიმოქცევის დარღვევასთან კომბინაციაში ქვემო კიდურების ნეიროპათია ზრდის ტერფზე წყლულების გაჩენის შესაძლებლობას და საბოლოო ჯამში, კიდურების ამპუტაციის რისკს; იწვევს დიაბეტურ რეტინოპათიას, რომელიც სიბრმავის ერთ-ერთ მნიშვნელოვან მიზეზს წარმოადგენს; დიაბეტი თირკმლის უკმარისობის ერთ-ერთი ძირითადი მიზეზია.



www.who.int/diabetes; www.idf.org/global-diabetes-plan-2011-2021

28

ნოემბერი
NOVEMBERსამშაბათი/
TUESDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

28 ნოემბერი

შპარიანი დიაბეტი - რა უნდა გააკეთოთ, თუ დიაბეტისათვის დამახასიათებელი სიმპტომები გვხვდება?

- ✓ მიაკითხეთ ოჯახის/პირველადი ჯანდაცვის ექიმს, რომელიც გაგინებთ შესაბამის რეკომენდაციებს.
- ✓ **საქართველოში მოქმედებს „დიაბეტის მართვის სახელმწიფო პროგრამა“, რომელიც მოიცავს შემდეგ ღონისძიებებს:**
- ✓ დიაბეტით დაავადებულ ბავშვთა მომსახურებას;
- ✓ სპეციალიზებულ ამბულატორიულ დახმარებას (რომელიც გულისხმობს ინსულინდამოკიდებულ პაციენტებში მედიკამენტის დოზის კორექციისათვის ექიმ-ენდოკრინოლოგის მეთვალყურეობასა და პროგრამის მონარგებლების შესაბამის სამედიცინო განათლებას);
- ✓ შაქრიანი და უშაქრო დიაბეტით დაავადებულ პაციენტთა სპეციფიკური მედიკამენტებითა და საანალიზო ტექნიკური საშუალებებით უზრუნველყოფას;
- ✓ დიაბეტით დაავადებულ პირთათვის სამედიცინო ცნობებისა და რეცეპტების გაცემას. www.ncdc.ge/



ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

ნოემბერი
NOVEMBER

29

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 ნოემბერი

ზოგადი ინფორმაცია მართვადი ინფექციების შესახებ – 1995 წელს მსოფიოს 5 წლამდე ასაკის ბავშვთა თითქმის ნახევარმა მიიღო პოლიომიელიტის საწინააღმდეგო აცრა მასობრივი ვაქცინაციის კამპანიის ფარგლებში (რეკორდული რაოდენობა 300 მილიონი).

- ✓ აცრების საშუალებით მოხდა ველური პოლიოვირუსით გამოწვეული დაავადების შემთხვევების აღმოფხვრა საქართველოში. ქვეყანაში ველური პოლიომიელიტის ვირუსით გამოწვეული ბოლო ადგილობრივი შემთხვევა აღრიცხული იქნა 1992 წელს, ხოლო შემოტანილი შემთხვევა – 2001 წლის ბოლოს;
- ✓ 2002 წელს საქართველო სერთიფიცირებული იქნა როგორც პოლიომიელიტისგან თავისუფალი ტერიტორია;
- ✓ იმუნიზაციის გაფართოებული პროგრამის ფარგლებში ვაქცინების უსაფრთხო შენახვისა და ტრანსპორტირებისათვის მომზადდა ჯანდაცვის მილიონობით სპეციალისტი, შეიქმნა „ცივი ჯაჭვის“ სისტემა, ვაქცინებით უზრუნველყოფის და მათი ხარისხის კონტროლის გლობალური სისტემა, ასევე დანერგილია ლაბორატორიული და ეპიდემიოლოგიური მონიტორინგის ქსელი.

30

ნოემბერი
NOVEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

ნოემბერი/NOVEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

30 ნოემბერი

შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2 – შემთხვევა 80%-ის პრევენცია შესაძლებელია მარტივი და ეკონომიურად ეფექტური მეთოდების გამოყენებით. დაბალი ფიზიკური აქტივობა, არაჯანსაღი კვება და სიმსუქნე შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2-ის განვითარების მართვად რისკის ფაქტორებს წარმოადგენს. ცხოვრების ჯანსაღი წესი, რომელიც გულისხმობს დაბალ ფიზიკურ აქტივობასა და არაჯანსაღ კვებას, ძირითადი ხელშემწყობი პირობაა შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2-ის თავიდან ასაცილებლად.



www.who.int/topics/diabetes_mellitus/en/;
www.cdc.gov/diabetes/home/index.html



შაქრიანი დიაბეტი

ტერმინი „შაქრიანი დიაბეტი“ მრავლობითი ეტიოლოგიის ნივთიერებათა ცვლის დარღვევებს აერთიანებს, რომლისთვის დამახასიათებელია ქრონიკული ჰიპერგლიკემია ნახშირწყლების, ცილებისა და ცხიმების მეტაბოლიზმის დარღვევებით ინსულინის სეკრეციის და/ან ინსულინის მოქმედების დარღვევის შედეგად. შაქრიანი დიაბეტის კლასიფიკაცია ძირითადად სამ კლინიკურ კლასს მოიცავს: შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 1 – ვითარდება ბეტა-უჯრედების

დესტრუქციის შედეგად; ჩვეულებისამებრ, იწვევს ინსულინის სრულ უკმარისობას; შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2 – ვითარდება ინსულინის სეკრეციის მნიშვნელოვანი მოშლის შედეგად, ინსულინის მიმართ რეზისტენტობის ფონზე; გესტაციური შაქრიანი დიაბეტი, რომლის დიაგნოსტიკა ხდება ორსულობის დროს, ის არ მიეკუთვნება კლინიკურად გამოვლენილ შაქრიან დიაბეტს.

შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 1-ის რისკის ფაქტორებს დღემდე სწავლობენ. დადგენილია, რომ შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 1-ის ოჯახური ანამნეზის არსებობისას, დაავადების განვითარების რისკი უმნიშვნელოდ, მაგრამ მაინც იზრდება. ეკოლოგიური ფაქტორებისა და ზოგიერთი ვირუსული ინფექციის ექსპოზიცია მუცლადყოფნის პერიოდში, ასევე განიხილება როგორც შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 1-ის განვითარების რისკები. შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2-ის განვითარების შესაძლო რისკის ფაქტორებია: ოჯახური ანამნეზი, ჭარბი წონა, არაჯანსაღი კვება, ფიზიკური ინაქტივაცია, მაღალი არტერიული წნევა, ეთნიკურობა, გლუკოზისადმი ტოლერანტობის დარღვევა, გესტაციური დიაბეტის ანამნეზი, ორსულობის დროს არასაკმარისი კვება. კვებასა და ფიზიკურ აქტივობაში ცვლილებებმა, რომლებიც უშუალოდ დაკავშირებულია ურბანიზაციასთან, შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულ პირთა რიცხვი გაზარდა.

დიაბეტით დაავადებულ ადამიანებს ჯანმრთელობის სერიოზული პრობლემების რისკი აღენიშნებათ. სისხლში გლუკოზის მუდმივად მაღალმა დონემ შეიძლება გამოიწვიოს გულისა და სისხლძარღვების, თვალების, თირკმლების, ნერვების და კბილების სერიოზული დაზიანება. ასევე, დიაბეტით დაავადებულებს აქვთ მიდრეკილება ინფექციებისადმი. ბევრ ქვეყანაში შაქრიანი დიაბეტი გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების, სიბრმავის, თირკმლის უკმარისობისა და ქვედა კიდურების ამპუტაციის უმთავრესი მიზეზია. სისხლში გლუკოზის ნორმალური დონის, არტერიული წნევის, ქოლესტერინის ნორმასთან დაახლოებული დონის შენარჩუნებას შეუძლია დიაბეტის გართულებების რისკის შეჩერება და თავიდან აცილება, ამიტომ დიაბეტით დაავადებულები მუდმივ მონიტორინგს უნდა იტარებდნენ.

დღეისათვის, დიაბეტი ტიპი 1-ის პრევენცია შეუძლებელია, ხოლო შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2-ის შესახებ არსებობს უამრავი მტკიცებულება, რომ ცხოვრების ჯანსაღი წესის დამკვიდრებით მისი პრევენცია შესაძლებელია. წონის კლება აუმჯობესებს ინსულინორეზისტენტობასა და არტერიულ წნევას. ფიზიკური აქტივობის გაზრდა ხელს უწყობს წონის შემცირებას და დაკავშირებულია არტერიული წნევისა და მოსვენებითი გულისცემის შემცირებასთან, ზრდის ინსულინორეზისტენტობას, აუმჯობესებს ორგანიზმის მეტაბოლურ ბასა და ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას. ჯანსაღი კვების რეჟიმი ამცირებს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებისა და დიაბეტი ტიპი 2-ის განვითარების რისკს. მოწვევა მრავალი ქრონიკული დაავადების, მათ შორის, დიაბეტისა და მისი გართულებების კარგად დადგენილი რისკ-ფაქტორია. ისევე, როგორც სხვა მაგნი ჩვევები, მოწვევა ზრდის მუცლის არეში ცხიმის დაგროვებასა და ინსულინის მიმართ რეზისტენტობას. ყველა მწვეფელი უნდა წახალისდეს, რათა თავი დაანებონ თამბაქოს მოხმარებას.

www.idf.org/diabetesatlas

www.who.int/diabetes

www.ncdc.gov

კიბო



კიბო (ავთონისებრი /ონკოლოგიური დაავადებები) აერთიანებს დაავადებათა დიდ ჯგუფს, რომელიც შესაძლოა განვითარდეს ადამიანის ნებისმიერ ორგანოში. როგორც წესი, კიბო ერთი საწყისი უჯრედისგან ვითარდება. მისი განვითარების ერთ-ერთ მნიშვნელოვან მახასიათებელს პათოლოგიური უჯრედების სწრაფი გამრავლება წარმოადგენს, რომლებიც ნორმალური უჯრედისთვის დამახასიათებელი გარსის გარეშე იზრდებიან. ამ პროცესმა შესაძლოა ჩაითრიოს მიმდებარე ორგანოები და მოგვიანებით მეტასტაზების სახით გავრცელდეს სხვა ორგანოებზეც.

ნორმალური უჯრედის ავთვისებიანად გარდაქმნა მრავალსაფეხურებრივი პროცესია. აღნიშნული ცვლილებები ადამიანის გენეტიკურ ფაქტორსა და სამი სახის გარეგან აგენტებს შორის ურთიერთქმედების შედეგია. გარეგან ფაქტორებს მიეკუთვნება:

- ✓ ფიზიკური კანცეროგენები, მაგალითად, ულტრაიისფერი და მაიონიზებული რადიაციული გამოსხივება;
- ✓ ქიმიური კანცეროგენები, მაგალითად, ამბესტი, აფლატოქსინი, დარიშხანი (სასმელი წყლის დამაბინძურებელი), ნიკოტინი და ა.შ.
- ✓ ბიოლოგიური კანცეროგენები, ვირუსები (ადამიანის პაპილომა ვირუსი, ჰეპატიტი B და C ვირუსი, ეპშტაინ ბარის ვირუსი (Epstein-Barr), აივ ვირუსი, ჰერპეს ვირუსი), ბაქტერიები (*Helicobacter pylori*), პარაზიტები.

კიბოს განვითარების რისკის ფაქტორები – ონკოლოგიური დაავადებები მულტიფაქტორულია; სამეცნიერო კვლევებით დასტურდება უდავო კავშირი ცხოვრების წესსა და სხვადასხვა ლოკალიზაციის კიბოს შორის. ონკოლოგიურ დაავადებათა მართვად რისკის ფაქტორებს შორის გამოყოფენ: თამბაქოს მოხმარებას, ალკოჰოლის ჭარბ მოხმარებას, ჭარბ წონას, სიმსუქნესა და დაბალ ფიზიკურ აქტივობას. ჰაერში, წყალსა და ნიადაგში არსებულ ქიმიურ კანცეროგენებს ონკოლოგიურ დაავადებათა 1-4% უკავშირდება. ცნობილია 40-ზე მეტი აგენტი, ნივთიერება და ექსპოზიციური ფაქტორი, რომლებსაც პროფესიულ კანცეროგენებად მიიჩნევენ. ონკოლოგიურ პაციენტთა თითქმის 25-30%-ს კიბოს ოჯახური ანამნეზი გააჩნია.

კიბოს შემთხვევათა 30%-ის **პრევენცია** შეიძლება განხორციელდეს ძირითადი რისკის ფაქტორების თავიდან აცილების გზით:

- ✓ თამბაქოს პრევენცია
- ✓ წონის კორექცია
- ✓ ხილისა და ბოსტნეულის ჩართვა ყოველდღიურ რაციონში
- ✓ ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა
- ✓ ალკოჰოლის ზომიერი მოხმარება
- ✓ C ჰეპატიტის პრევენცია
- ✓ ადამიანის პაპილომა ვირუსისა და B ჰეპატიტის წინააღმდეგო ვაქცინაციის ჩატარება
- ✓ დიდ ქალაქებში ატმოსფერული ჰაერის დაბინძურების კონტროლი
- ✓ შენობებში მყარი საწვავის გამოყენებით გამოწვეული ჰაერის დაბინძურების პრევენცია

ადრეული გამოვლენა. კიბოთი გამოწვეული სიკვდილობის მაჩვენებლის შემცირება შესაძლებელია დაავადების ადრეულ ეტაპზე გამოვლენითა და დროული და ადექვატური მკურნალობით. ონკოლოგიურ დაავადებათა ადრეული გამოვლენა მიზნობრივი პოპულაციის სკრინინგითა და ადრეული დიაგნოსტიკით ხორციელდება.

კიბოს სკრინინგის მიზანია ასიმპტომურ სამიზნე პოპულაციაში ადამიანთა იმ ჯგუფების გამოვლენა, რომელთაც კიბოსწინარე პათოლოგიები ან კიბოს ადრეული სტადია აღენიშნებათ.

კიბოს რემისტრი კიბოს წინააღმდეგ ბრძოლის სამეცნიერო და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის მიდგომების უნიფიცირებული ფორმაა, ის კიბოს სკრინინგის და სხვა პრევენციული ღონისძიებების სწორად დანერგვის და ეფექტურობის დემონსტრირების საშუალებას იძლევა. 2015 წლის პირველი იანვრიდან ქვეყანაში დანერგილია კიბოს პოპულაციური რეგისტრი, რამაც მნიშვნელოვნად გააუმჯობესება ახალი შემთხვევების მონიტორინგი.



სისხლის უსაფრთხოება და უანგარო, რეგულარული დონორობა „გმადლობ, რომ სიცოცხლე გადამიჩინა!“

14 ივნისს, მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში ყოველწლიურად აღნიშნება სისხლის დონორთა საერთაშორისო დღე, რომლის მიზანია მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლება უსაფრთხო სისხლისა და სისხლის პროდუქტების მნიშვნელობის შესახებ. ასევე მადლიერების გამოხატვა ყველა იმ უანგარო დონორის მიმართ, რომლებიც ადამიანების სიცოცხლის გადასარჩენად ნებაყოფლობით და უანგაროდ გასცემს სისხლს.

ყოველწლიურად სისხლისა და სისხლის პროდუქტების გადასხმა უზრუნველყოფს მილიონობით ადამიანის სიცოცხლის გადარჩენას, პაციენტებს ეხმარება სიცოცხლის გახანგრძლივებისა და ხარისხის გაუმჯობესებაში, რთული სამედიცინო პროცედურებისა და ქირურგიული ოპერაციების წარმატებით განხორციელებაში. მნიშვნელოვანია დედათა და პერინატალური დახმარების კუთხით.

ბევრ ქვეყანაში სისხლზე მოთხოვნა არსებულ მარაგს აღემატება და სისხლის ბანკები ხშირად საჭირო ოდენობით სისხლის მარაგის შექმნის პრობლემას აწყდებიან ხარისხისა და უსაფრთხოების გათვალისწინებით.

ყოველწლიურად, მსოფლიოში 107 მილიონი სისხლის დონაცია ხორციელდება. დაახლოებით ნახევარი მალალი შემოსავლების ქვეყნებში გროვდება (სადაც მსოფლიო მოსახლეობის 15% ცხოვრობს). ეს მაჩვენებელი თითქმის 25%-ით მეტია 2004 წლის დონაციის მაჩვენებელთან შედარებით (80 მილიონი დონაცია). 62 ქვეყანაში სისხლის სარეზერვო მარაგის 100%-ს უზრუნველყოფენ უანგარო დონორები. **ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის (ჯანმო) მიზანია 2020 წლისთვის ყველა ქვეყანაში უზრუნველყოს სისხლის სარეზერვო მარაგის შევსება 100%-ით უანგარო დონაციის გზით.**

სტატისტიკის მიხედვით, საქართველოში სისხლის გადასხმა სჭირდება წელიწადში 10-15 ათას ადამიანს. საშუალოდ თითო პაციენტზე იხარჯება 4 ერთეული სისხლი.

საქართველოში ხორციელდება „უსაფრთხო სისხლის“ სახელმწიფო პროგრამა, რომლის მიზანია ტრანსფუზიით გადამდები ინფექციების პრევენცია და საქართველოს მასშტაბით სისხლის კომპონენტების თანაბარი სტანდარტის უსაფრთხოების უზრუნველყოფა და ფასიანი დონორობის ინსტიტუტის ეტაპობრივი ჩანაცვლება უანგარო, რეგულარული დონორობის სისტემით; სასიხარულოა ის გარემოება, რომ სისხლის ბანკებთან თანამშრომლობით შესაძლებელი გახდა ყოველწლიურად უანგარო დონაციების სამიზნე მაჩვენებლის 10%-იანი მატება 2011 წლიდან. სამწუხაროდ მცირე კლების ტრენდი შეინიშნება 2015 წელს.

რატომ სისხლის დონაცია? სისხლის ვარგისიანობის მაქსიმალური ვადაა 42 დღე. თრომბოციტები ინახება მხოლოდ 5 დღე. ეს იმას ნიშნავს, რომ სისხლის ბანკებს ყოველდღიურად ესაჭიროებათ ჯანმრთელი დონორების გარკვეული რაოდენობა. სისხლის უანგარო დონაცია აბსოლუტურად უსაფრთხოა ჯანმრთელობისთვის. სისხლის საჭიროება ყველაზე მაღალია ავტოკატასტროფების, დამწვრობების, გულის ოპერაციების, ორგანოების გადანერგვის დროს. ასევე სიმძიმური დაავადებების, ანემიების, გართულებული მშობიარობების დროს.

სისხლის და სისხლის პროდუქტების შემცველი ხელოვნური ხსნარები არ არსებობს. მისი მიღების ერთადერთი გზა სისხლის ჩაბარებაა.

გახდი დონორი, გაიღა სისხლი, გადაუჩინა სიცოცხლე!

www.ncdc.ge

სამედიცინო ნარჩენების მართვა

სამედიცინო ნარჩენებში იგულისხმება ყველა ნარჩენი, რომელიც წარმოიქმნება სამედიცინო დაწესებულებებში. აღნიშნული ნარჩენები მოიცავს ადამიანის ქსოვილებს, სისხლს, სხვა ბიოლოგიურ სითხეებსა და ექსკრემენტებს, ასევე შპრიცებს, ნემსებს და სხვა ბასრ საგნებს, შესახვევ მასალას, მედიკამენტებსა და სხვა მასალას.

სამედიცინო ნარჩენების მართვისა და უსაფრთხო მოპყრობის ორგანიზების მიზნით, ყოველ მსხვილ და საშუალო სიმძლავრის სამკურნალო-პროფილაქტიკურ დაწესებულებაში საჭიროა დაწესებულების ხელმძღვანელის ბრძანებით განისაზღვროს შესაბამისი განათლების მქონე პასუხისმგებელი პირი. შესაბამისად, სამედიცინო დაწესებულების პროფილისა და სიმძლავრის (საწოლთა ფონდის) მიუხედავად, ყოველი სამკურნალო-პროფილაქტიკური დაწესებულების საქმიანობის შედეგად წარმოიქმნილი სხვადასხვა ფრაქციული შედეგნილობისა და საშიშროების კლასის ნარჩენები სავალდებულოა შეგროვდეს, უსაფრთხოდ დამუშავდეს და განთავსდეს გარემოსადმი ზიანის მიყენების გარეშე.

საქართველოში სამედიცინო დაწესებულებების მიერ წარმოქმნილი ნარჩენების მართვის არსებული სისტემა არასრულყოფილია და ვერ აკმაყოფილებს საერთაშორისო სტანდარტების საზოგადოებრივი ჯანმრთელობისა და გარემოს დაცვის მოთხოვნებს.

საქართველოში სამედიცინო ნარჩენების მართვასთან დაკავშირებული კანონმდებლობა საჭიროებს გადახედვას და შესაბამისობაში მოყვანას საქართველოს კანონის „ნარჩენების მართვის კოდექსი“-ს მოთხოვნებთან, რომელიც ხელს შეუწყობს ნარჩენების პრევენციასა და ხელახალი გამოყენების ზრდას, ნარჩენების გარემოსათვის უსაფრთხო გზით დამუშავებას (რაც მოიცავს რეციკლირებას და მეორადი ნედლეულის გამოცალკავებას, ნარჩენებიდან ენერგიის აღდგენას, ასევე ნარჩენების უსაფრთხო განთავსებას).

ზემოაღნიშნულის გათვალისწინებით და საერთაშორისო გამოცდილების გასაზიარებლად მიმდინარე წელს 18-22 იანვრის ჩათვლით ეროვნულ ცენტრში ევროკავშირის ტექნიკური დახმარებისა და ინფორმაციის გაცვლის მექანიზმის (TAIEX) მხარდაჭერით, გაიმართა ევროკავშირის ექსპერტთა მისიის ვიზიტი, რომლის მიზანი იყო დახმარების განევა საქართველოსათვის ადამიანის ჯანმრთელობისათვის უსაფრთხო გარემოს უზრუნველსაყოფად, კერძოდ სამედიცინო ნარჩენების მართვის სისტემის გაუმჯობესებასთან დაკავშირებით რეკომენდაციების შემუშავება.

მესპარტთა რეკომენდაციების შესაბამისად აუცილებელია:

- ✓ სამედიცინო ნარჩენების მართვის შესახებ საქართველოში მოქმედი რეგულაციის შესაბამისობაში მოყვანა ნარჩენების მართვის კოდექსთან, ნარჩენების კლასიფიკაციისა და ანგარიშგების შესახებ საკანონმდებლო ნორმატიულ აქტებთან, და ევროკავშირის მოთხოვნებით გათვალისწინებულ სხვა კანონმდებლობასთან.
- ✓ მკაფიოდ უნდა განისაზღვროს უწყებებს შორის პასუხისმგებლობები სამედიცინო ნარჩენების კონტროლზე შემდეგი მიმართულებებით: არსებული სტანდარტი სა-მედიცინო ნარჩენების სეგრეგაციის, შენახვის, შეგროვების, ტრანსპორტირების და საბოლოო უტილიზაციის შესახებ, რისკების შეფასება სამედიცინო დაწესებულებებსა და მიმდებარე ტერიტორიებზე.
- ✓ სამედიცინო ნარჩენების მართვის თანამედროვე მეთოდების დანერგვა და უწყვეტი მონიტორინგის განხორციელება.

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

1

შიდსთან ბრძოლის
საერთაშორისო დღე

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

1 დეკემბერი

შიდსთან ბრძოლის საერთაშორისო დღე – საქართველო უკვე რამდენიმე წელია ტრადიციულად უერთდება მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყნებს შიდსთან ბრძოლის მსოფლიო დღის აღნიშვნაში, რომელიც ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონოდედით 1988 წლიდან აღინიშნება. ყოველწლიურად ეს დღე გარკვეულ თემას ეძღვნება, რომელშიც ეპიდემიის რომელიმე ასპექტია საზგასმული.

შიდსის მსოფლიო კამპანია მიზნად ისახავს აივ ინფექცია/შიდსზე მოსახლეობის ცნობიერების დონის ამაღლებას.

www.who.int



2

დეკემბერი
DECEMBERშაბათი/
SATURDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

3

შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე
პირთა საერთაშორისო დღე

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

2-3 დეკემბერი

შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე პირთა საერთაშორისო დღე – აღინიშნება ყოველწლიურად გაეროს 47/3 14 დეკემბრის 1992 წლის რეზოლუციის თანახმად და ხელს უწყობს ამ საკითხისადმი მოსახლეობის ცნობიერების ამაღლებას. საქართველო ყოველწლიურად უერთდება ამ დღეს სხვადასხვა ღონისიეზებით. მსოფლიოში, სავარაუდოდ, შშმ მქონე ერთი მილიარდი ადამიანი ცხოვრობს. საზოგადოებაში ადამიანთა შეზღუდული შესაძლებლობების შესახებ ბევრი ბარიერი არსებობს. მნიშვნელოვან თემას წარმოადგენს ხელმისაწვდომობისა და სხვებთან ერთად თანასწორუფლებიანი თანაცხოვრების საკითხი, რომელიც მოიცავს სატრანსპორტო, განათლების, ჯანმრთელობისა და სოციალურ სფეროებს. ასევე, მნიშვნელოვანია საზოგადოებაში დემოკრატიული ღირებულებების განვითარების თვალსაზრისით შშმ პირთა სრულფასოვანი ჩართულობა, ღირსეული ცხოვრების პირობებისა თუ შესაბამისი სამუშაო ადგილების შექმნით, განათლებისა და ჯანმრთელობის სფეროში ინკლუზიური მიდგომების განვითარებით.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

4

ალერგიის მსოფლიო დღე

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

4 დეკემბერი

ალერგიის მსოფლიო დღე – 4 დეკემბერს ალერგიის საერთაშორისო ორგანიზაცია (WAO), ქრონიკული რესპირატორული დაავადებების გლობალურ ალიანსთან (GARD) ერთად აღნიშნავს ალერგიის მსოფლიო დღეს, მოსახლეობაში სასუნთქი გზების ქრონიკული ალერგიული დაავადებების შესახებ ცნობიერების ამაღლების მიზნით.

ალერგიის საერთაშორისო ორგანიზაცია მოითხოვს, ალერგიული დაავადებები აღიარებულ იქნას საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის გლობალურ პრობლემად, რათა გაძლიერდეს ძალისხმევა მათ შესამცირებლად და სამკურნალოდ.



5

დეკემბერი DECEMBER

სამშაბათი/
TUESDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

5 დეკემბერი

ალერგიული დაავადებები – მსოფლიოში ამჟამად ალერგიული დაავადებების და ასთმის შემთხვევების სიმძიმის მატების ტენდენცია აღინიშნება, დაავადების ტვირთის სიმძიმე განსაკუთრებით ბავშვებსა და ახალგაზრდებზე მოდის. ალერგიის გავრცელების მატება სავარაუდოდ შეიძლება დაუკავშირდეს ურბანულად მჭიდროდ დასახლებული საზოგადოებების მომრავლებას, ეკოლოგიური რისკ-ფაქტორების მომატებას, შიდა და გარე დაბინძურებების შერწყმას ბიომრავალფეროვნების შემცირებასთან. ზოგჯერ, ალერგიისა და განსაკუთრებით ასთმის შემთხვევაში, პაციენტებისათვის კლინიკური დახმარება შემზღუდული, არაეფექტური ან შეუძლებელია. ალერგიული დაავადებები ხშირად გამოხატულია სიცოცხლისათვის საშიში ანაფილაქსიური შოკით, ასთმის ზოგიერთი მძიმე ფორმით, რინით, კონიუქტივით, კვინკს შემუშებით, ჭინჭრის ცხელებითა და ალერგიული დერმატოზებით, სხვადასხვა ეოზინოფილური დარღვევებით, წამლისა და მწერების ალერგიით. ხშირად ეს ალერგიული დაავადებები თავმოყრილია ერთ ადამიანში. www.worldallergy.org



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

6

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

6 დეკემბერი

აივ ინფექცია – ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსით (აივ) გამონეწეული ინფექცია, რომლის ბოლო კლინიკურ სტადიასაც წარმოადგენს შიდსი – შეძენილი იმუნოდეფიციტის სინდრომი. არსებობს აივ ინფექციის გადაცემის 3 ძირითადი გზა: ინფიცირებულ სისხლთან ექსპოზიცია – სისხლის გადასხმა და სხვა სამედიცინო და არასამედიცინო მანიპულაციები; დაუცველი სქესობრივი კონტაქტით; ინფიცირებული დედიდან ბავშვზე გადაცემა ორსულობის, მშობიარობის ან ძუძუთი კვებისას.



აივ ინფექცია არ ვრცელდება კოცნით, ხელის ჩამორთმევით, ჭურჭლით, კარის სახეაღრთით და სხვა საყოფაცხოვრებო გზებით!

www.aidscenter.ge; www.unaids.org

7

დეკემბერი DECEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

7 დეკემბერი

აივ ინფექციის გადაცემის პრევენციის რამდენიმე გზა:

- ✓ უსაფრთხო სექსის პრაქტიკა პრეზერვატივების გამოყენებით;
- ✓ სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციების, მათ შორის აივ ინფექციის, ტესტირება და მკურნალობა;
- ✓ ინექციური ნარკოტიკების მოხმარებისგან თავის შეკავება, მოხმარების შემთხვევაში ახალი და ერთჯერადი ნემსის და შპრიცის გამოყენება;
- ✓ სისხლისა და სისხლის პროდუქტების აივ ინფექციაზე ტესტირების უზრუნველყოფა;
- ✓ დედიდან შვილზე ინფექციის გადაცემის პრევენცია.



აივ ინფიცირებული დედიდან ბავშვზე შიდსის ვირუსის გადაცემის რისკი 2%-მდე მცირდება, თუ ორსულს ჩაუტარდება: ანტირეტროვირუსული თერაპია, საკეისრო კვეთა, სათანადო კონსულტაცია ბავშვის ხელოვნურ კვებასთან დაკავშირებით. www.who.int; www.aidscenter.ge

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

8

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

8 დეკემბერი

თამბაქოს ნაწარმზე გადასახადების ოპტიმალური პოლიტიკის ხელშეწყობა – პროექტის „ხელშეწყობი გარემოს შექმნა თამბაქოს ეფექტური სავადასახადო პოლიტიკის შემუშავებისა და დანერგვისათვის საქართველოში“ ფარგლებში, რომელიც ხორციელდებოდა დკსჯეც-ის მიერ ტუბერკულოზისა და ფილტვის დაავადებების წინააღმდეგ ბრძოლის საერთაშორისო კავშირის მხარდაჭერით მომზადდა თამბაქოს ნაწარმის დაბეგვრის პოლიტიკის მნიშვნელოვანი დოკუმენტი – თამბაქოს ნაწარმზე გადასახადების ზრდის, ფასზე და შემოსავლებზე მისი გავლენის, რისკებისა და შესაბამისი ზომების მიღებაზე ფოკუსირებით. დოკუმენტის უმთავრესი მიზანია თამბაქოს მოხმარების შემცირება გადასახადების გაზრდის გზით, რომელიც შეამცირებს თამბაქოთი გამოწვეული სიკვდილიანობის დონეს ქვეყანაში და ამავედროულად გაზრდის საბიუჯეტო შემოსავლებს. თამბაქოს ნაწარმის დაბეგვრის პოლიტიკის დოკუმენტი 2016 წლის ივლისში წარედგინა ფინანსთა სამინისტროს შედგომა განხილვისა და რეაგირებისთვის.



9

დეკემბერი
DECEMBER

შაბათი/
SATURDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

10

ადამიანის უფლებათა დაცვის
მსოფლიო დღე

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

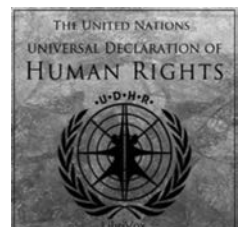
16:00

18:00

9 - 10 დეკემბერი

ადამიანის უფლებათა დაცვის მსოფლიო დღე – უკვე 54 წელია, რაც 10 დეკემბერს მსოფლიო ადამიანის უფლებათა დაცვის საერთაშორისო დღეს აღნიშნავს – 1948 წლის 10 დეკემბერს გაეროს გენერალურ ასამბლეაზე ადამიანის უფლებათა დაცვის საერთაშორისო დეკლარაცია მიიღეს. სწორედ ამ დოკუმენტის მიღების თარიღი აღინიშნება ყოველწლიურად, როგორც ადამიანის უფლებათა საერთაშორისო დღე.

www.un.org



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

11

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

11 დეკემბერი

ადამიანის უფლებები – ყოველი ადამიანი იბადება თავისუფალი, თანასწორ-უფლებიანი და ღირსეული – ამ სიტყვებით იწყება გაეროს გენერალური ასამბლეის მიერ 63 წლის წინ მიღებული საყოველთაო დეკლარაცია. დეკლარაცია ეხება როგორც სამოქალაქო და პოლიტიკურ, ისე ეკონომიკურ, სოციალურ და კულტურულ უფლებებს. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის კონსტიტუციის მიხედვით „ჯანმრთელობის უმაღლესი სტანდარტების მიღწევა თითოეული ადამიანის ფუნდამენტური უფლებაა“. ჯანმრთელობის დაცვის უზრუნველყოფა კვლავ რჩება ერთ-ერთ მთავარ გამოწვევად ადამიანის უფლებების დაცვის სფეროში. ამ პრობლემის საპასუხოდ ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია აქტიურად ახორციელებს ტექნიკურ და ინტელექტუალურ მხარდაჭერას ჯანმრთელობისა და ადამიანის უფლებების დაცვის გასაუმჯობესებლად.



12

დეკემბერი DECEMBER

სამშაბათი/
TUESDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

12 დეკემბერი

მოციმციმე არითმია ჯანდაცვის მზარდი და მწვავე პრობლემაა. მოციმციმე არითმია – გულის მდგრადი ანორმალური რითმი, საკმაოდ გავრცელებული და მზარდი პრობლემაა მსოფლიოში. ევროპასა და ამერიკაში გულის ეს პათოლოგია მიახლოებით 9 მილიონ ადამიანს აღენიშნება. მოციმციმე არითმია ოთხ-ხუთჯერ ზრდის ინსულტის რისკს, აწვევთებს ცხოვრების ხარისხს და ასოცირებულია გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებისა და ჰოსპიტალიზაციის მაღალ მაჩვენებლებთან.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი DECEMBER

13

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

13 დეკემბერი

გესტაციური დიაბეტი – შაქრიან დიაბეტს, რომელიც პირველად ორსულობისას ვლინდება, გესტაციური დიაბეტი ეწოდება. მისი რისკის ფაქტორებია: სიმსუქნე, უახლოესი ნათესავების ავადობა შაქრიანი დიაბეტით, 4000 გრამზე მეტი წონის ბავშვის გაჩენა ან გესტაციური დიაბეტის გამოვლენა წინა ორსულობისას. გესტაციური დიაბეტით გამოწვეული გართულებების პრევენცია შესაძლებელია შაქრის დონის მკაცრი კონტროლით სისხლში, ნახშირწყლებით და ნაჭერი ცხიმებით ღარიბი დიეტით და ფიზიკური აქტივობით.



www.who.int/topics/diabetes_mellitus/en

www.cdc.gov/diabetes/home/index.html

14

დეკემბერი DECEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

14 დეკემბერი

ვაქცინა – საშვილოსნოს ყელის კიბოს პროფილაქტიკა:

საშვილოსნოს ყელის კიბოს ძირითადი გამომწვევი მიზეზია ადამიანის პაპილომა ვირუსი, რომელიც გადაეცემა სქესობრივი გზით. არსებობს ადამიანის პაპილომა ვირუსის სანაღმდეგო ვაქცინა.

ვაქცინაცია იცავს ადამიანის პაპილომა ვირუსის იმ ტიპით გამოწვეული ინფექციებისაგან, რომლებიც იწვევენ საშვილოსნოს ყელის კიბოს უმეტეს შემთხვევებს. რეკომენდებულია 3-დოზიანი ვაქცინაციის სრული კურსის ჩატარება 11-დან 12-წლამდე გოგონებში. თუ ამ ასაკში არ მოხდა აცრა, ვაქცინაცია შეიძლება ჩატარდეს 13-დან 26 წლამდე ასაკის გოგონებსა და ახალგაზრდა ქალებატონებში.

HPV
vaccine

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

15

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

15 დეკემბერი

ფიზიკური აქტივობა:

- ✓ თუ ფიზიკურად ინერტული ხართ, ფიზიკური აქტივობა დაიწყეთ დაბალი ინტენსივობით, თანდათან გაზარდეთ სიხშირე და ინტენსივობა და სულ რაღაც ორ კვირაში იგრძნობთ, რომ თავისუფლად დარბიხართ, სიარული აღარ გეზარებათ, გამუდმებით დიეტაზე აღარ ფიქრობთ, ხართ ხალისიანი და ენერგიული.
- ✓ სეირნობა არის ყველაზე მარტივი, უსაფრთხო და იაფი ვარჯიში. კვლევებმა აჩვენა, რომ რეგულარულად საათში 6 კილომეტრი სიჩქარით სიარული საგრძნობლად აუმჯობესებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ფუნქციონირებას.
- ✓ ფიზიკური აქტივობის სახეები აგრეთვე: ცეკვა, სეირნობა, ძენძული, ცურვა, ველოსიპედით სიარული და ა.შ.

www.ncdc.ge



16

დეკემბერი
DECEMBER

შაბათი/
SATURDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

17

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

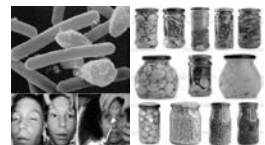
14:00

16:00

18:00

16 - 17 დეკემბერი

ბოტულიზმი — დაავადება მიმდინარეობს მწვავე ინტოქსიკაციით, აზიანებს ცენტრალურ ნერვული სისტემას. მიმდინარეობს მხედველობის გაორებით და ფტოზით. გამომწვევია ანაერობული ბაქტერიის *Cl. botulinum* მიერ გამოშვებული უძლიერესი შხამი. დაავადების სიმძიმე დამოკიდებულია მიღებული ტოქსინის რაოდენობაზე. სახიფათო პროდუქტებია: ოჯახში დამზადებული და ჰერმეტიკულად დახურული კონსერვები, ძეხვი, შებოლილი თევზი, ლორი და სხვა. პროფილაქტიკისთვის საჭიროა საკვები პროდუქტების მომზადების სანიტარიულ-ჰიგიენური და ტექნოლოგიური წესების დაცვა. მოხმარების წინ კონსერვის შიგთავსის დუღილი მინიმუმ 7 წუთი.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

18

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

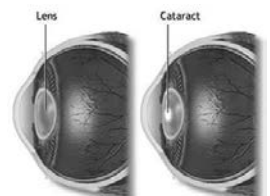
17:00

18:00

19:00

18 დეკემბერი

კატარაქტა – კატარაქტა თვალის ბროლის შემღვრევაა, რომელიც ხელს უშლის მხედველობას. 2010 წლის მონაცემებით, მსოფლიოში სიბრმავის 51% განპირობებული იყო კატარაქტით. კატარაქტის საწყის სტადიაში მიზანშეწონილია კონსერვატიული მკურნალობა, თუმცა როდესაც დაავადება შორს არის წასული, მკურნალობის ერთადერთ ეფექტურ საშუალებად ქირურგიული ჩარევა მიიჩნევა. კატარაქტის განვითარების რისკ ფაქტორებია: ხანდაზმული ასაკი, ტრავმა, თვალის ანთებითი დაავადებანი, სხვადასხვა გამოსხივება, დიაბეტი, სიმსუქნე, მედიკამენტების ხანგრძლივად მიღება და სხვ.



www.who.int/blindness/causes/priority/en/index1.html

19

დეკემბერი
DECEMBER

სამშაბათი/
TUESDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

19 დეკემბერი

სიბრმავე – შეძენილი სიბრმავის ძირითად გამომწვევ მიზეზს კატარაქტა წარმოადგენს; სიბრმავე შესაძლოა დაკავშირებული იყოს გლაუკომასთან, ტრახომასთან ან ონკოზერკოზთან (მდინარის სიბრმავე). განასხვავებენ შეუქცევად და შექცევად ანუ გარდამავალ სიბრმავებს. შექცევადია სიბრმავე, რომელიც მკურნალობით, მათ შორის ქირურგიული ჩარევით უკუიქცევა, მაგალითად კატარაქტით გამოწვეული სიბრმავე. შეუქცევადს მიეკუთვნება გლაუკომით გამოწვეული სიბრმავე; გლაუკომის დროს მუდმივი კონტროლი და სისტემატური მკურნალობა მნიშვნელოვანია.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

20

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20 დეკემბერი

ღიაბები და თამბაქო

თამბაქოს მოხმარება შაქრიანი დიაბეტით დაავადებულთათვის განსაკუთრებით ნეგატიურ როლს ასრულებს, რადგან ჯერ ერთი, მწვეულობა, თავისთავად წარმოადგენს რისკ-ფაქტორს დიაბეტის განვითარებისათვის, მეორე მხრივ ზრდის ინსულტის, გულის უკმარისობის და სისხლის მიმოქცევის მოშლის რისკს. თამბაქოზე არის თქმას ხშირად მრავალჯერადი ინტერვენცია და ძალისხმევა სჭირდება, რაც გულისხმობს პირველ რიგში თვითონ დიაბეტით დაავადებული პაციენტის სურვილს.



21

დეკემბერი
DECEMBERხუთშაბათი/
THURSDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

21 დეკემბერი

ღიაბატი და ფიზიკური აქტივობა – ფიზიკური აქტივობა და ვარჯიში ხელს უშლის ან აფერხებს ტიპი 2-ის შაქრიანი დიაბეტის განვითარებას. დიაბეტით დაავადებულმა რაციონალურად უნდა გადაანალიზოს ფიზიკური აქტივობა, კერძოდ დილა დაიწყოს ვარჯიშით, ჰიპოგლიკემიის თავიდან აცილების მიზნით ძირითადი დატვირთვა მოხდეს საკვების მიღებიდან 2 საათში, გლიკემიის უკეთესი კონტროლისათვის ყოველდღიური ფიზიკური დატვირთვის მკვეთრი ცვალებადობის თავიდან აცილება, კვებისა და შაქრისდამწვევი პრეპარატების დოზის კონტროლი.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

22

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

22 დეკემბერი

ღიაბები და ღვრესია – დიაბეტით დაავადებულთა 25%-ს აქვს ღვრესია. ამასთან ქალები უფრო ხშირად ავადდებიან, ვიდრე კაცები (28%). ღვრესიის დროს ადამიანი ნაკლებად მოძრაობს, აპათიურია, იკვებება არაჯანსაღად, თამბაქოს უფრო ინტენსიურად მოიხმარს, აღარ აკონტროლებს თავის წონას. დიაბეტით პაციენტს განსაკუთრებით უნდა ახსოვდეს, რომ ღვრესიის სიმპტომებს ამცირებს ფიზიკური აქტივობა და ვარჯიში, ალკოჰოლზე უარის თქმა, ძილის მონერგება, ჯანსაღი კვება.



შაბათი/
SATURDAY

დეკემბერი
DECEMBER

დეკემბერი/DECEMBER

ოცმ.	სამ.	ოცხ.	ხუთ.	პარ.	შამ.	პრ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

24

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

23-24 დეკემბერი

სიმსუქნე ორგანიზმში ცხიმის ჭარბად ჩალაგებას გულისხმობს, რამაც შესაძლოა უარყოფითად იმოქმედოს ადამიანის ჯანმრთელობაზე. სიმსუქნისა და ჭარბი წონის პრევენციისათვის გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს საზოგადოებაში ხელშემწყობი გარემოს შექმნას, რათა ადამიანებს ჰქონდეთ შესაძლებლობა გააკეთონ არჩევანი ჭანსალი კვებისა და ფიზიკური აქტივობის სასარგებლოდ. ინდივიდუალურ დონეზე ჭარბ წონიანმა ადამიანებმა უნდა შეამცირონ კალორაჟი ცხიმებისა და შაქრის შემცირების ხარჯზე, უპირატესობა მიანიჭონ ბოსტნეულს, ხილს, მარცვლოვანებსა და თხილეულს, რეგულარულად დაკავდნენ ფიზიკური აქტივობით (ბავშვებმა ყოველდღიურად 60 წუთი; მოზრდილებმა - კვირაში 150 წუთი).



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

25

ორშაბათი/
MONDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

25 დეკემბერი

პარიესი – კარიესის შეთხვევათა უმეტესი ნაწილი 2-5 წლამდე ასაკის ბავშვებში გვხვდება. არანამკურნალებმა კბილებმა შესაძლებელია მნიშვნელოვნად იმოქმედოს ბავშვის სწავლის პროცესზე და შესაბამისად აისახოს მის აკადემიურ მოსწრებაზე. კარიესი ასევე რჩება ხანდაზმული ასაკის მოსახლეობის პრობლემად, რომელთათვისაც მნიშვნელოვანია ჯანსაღი კბილების შენარჩუნება. კბილების დაკარგვამ შესაძლებელია გავლენა მოახდინოს პიროვნების ჯანმრთელობასა და განვითარებაზე. ნაკლები კბილებით ადამიანს არ შეუძლია სრულფასოვნად მოახდინოს საკვების მექანიკური დამუშავება, რაც თავის მხრივ გარკვეულ უარყოფით ზეგავლენას ახდენს საჭმლის მომნელებელ სისტემაზე.



არ შეუძლია სრულფასოვნად მოახდინოს საკვების მექანიკური დამუშავება, რაც თავის მხრივ გარკვეულ უარყოფით ზეგავლენას ახდენს საჭმლის მომნელებელ სისტემაზე.

26

დეკემბერი
DECEMBERსამშაბათი/
TUESDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

26 დეკემბერი

თამბაქოს ნაწარმზე გადასახადების ზრდა

მნიშვნელოვანი ფაქტები

- ✓ წარმოადგენს თამბაქოს მოხმარების შემცირების და ადამიანების სიცოცხლის გადარჩენის ერთ-ერთ ყველაზე ეფექტურ მეთოდს;
- ✓ გამომწვევია მოსახლეობის ყველაზე დაუცველი ფენებისათვის, ზღუდავს რა ახალგაზრდებში მწვევლობის ზრდას და ხელს უწყობს მცირე შემოსავლიან ადამიანებს, რომელთაც სურთ მოწევაზე თავის დანებება;
- ✓ მიყვავართ სახელმწიფო შემოსავლების ზრდამდე იმ პირობებშიც კი, როცა თამბაქოს მოხმარება მცირდება;
- ✓ თამბაქოს გადასახადებისგან მზარდ შემოსავლებს შეუძლიათ უზრუნველყონ მთავრობები თამბაქოს წინააღმდეგ ბრძოლის საშუალებებით, რაც თავის მხრივ განაპირობებს თამბაქოს მოხმარების შემდგომ შემცირებას და უფრო მეტი ადამიანის სიცოცხლის გადარჩენას.



Higher tobacco taxes = fewer smokers, less death and disability from smoking.

WORLDWIDE TOBACCO TAX 2014-17
www.who.int/tobacco

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

27

ოთხშაბათი/
WEDNESDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

27 დეკემბერი

რჩევები ჯანმრთელი გულის შესანარჩუნებლად

- ✓ გახდით ფიზიკურად აქტიური;
- ✓ შეწყვიტეთ მოწევა და დაიცავით თავი თამბაქოს კვამლისაგან;
- ✓ ეცადეთ შეინარჩუნოთ ნორმალური წონა;
- ✓ იცოდეთ თქვენი წნევის ციფრები;
- ✓ საკუთარი რისკის შეფასების საუკეთესო გზა ექიმთან კონსულტაციაა.



28

დეკემბერი DECEMBER

ხუთშაბათი/
THURSDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

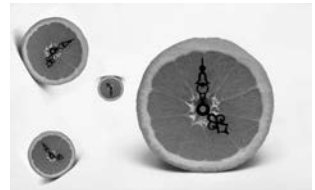
17:00

18:00

19:00

28 დეკემბერი

ჯანსაღი კვება ჯანმრთელობის შენარჩუნების, ადამიანის ორგანიზმის ზრდისა და განვითარების უმნიშვნელოვანესი პირობაა. ჯანსაღი კვება საშუალებას გვაძლევს თავიდან ავიცილოთ ან შევამციროთ ისეთი ქრონიკული დაავადებების რისკი, როგორიცაა სიმსუქნე, შაქრიანი დიაბეტი ტიპი 2, გულის დაავადებები, არტერიული ჰიპერტენზია, ზოგიერთი სახეობის კიბო. ჯანსაღი კვება გვეხმარება ვიტამინების, მინერალებისა და სხვა საკვები ნივთიერებების სწორად განაწილებაში. ის საშუალებას გვაძლევს ენერგიულად ვიგრძნოთ თავი და გავუმკლავდეთ სტრესს.



დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

დეკემბერი
DECEMBER

29

პარასკევი/
FRIDAY

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

29 დეკემბერი

პროექტის „ხელშეწყობი გარემოს შექმნა თამბაქოს ექვემდებარე საგადასახადო პოლიტიკის შემუშავებისა და დანერგვისათვის საქართველოში“ დეკემბერ-ის მიერ 2016 წ. საქართველოს მასშტაბით განხორციელდა 1,205 რესპონდენტის გამოკითხვა. გამოკითხულთა 31.5% ყოველდღიური მწვეველია, მათგან 90.4% აცნობიერებს თამბაქოს მავნებლობას. თამბაქოს ნაწარმზე გადასახადების ყოველწლიურად ზრდას შემდგომი 5 წლის განმავლობაში ემხრობა გამოკითხულთა 34.1%. რესპონდენტთა 51.6% თვლის, რომ მონევის აკრძალვა საზოგადოებრივი თავშეყრის ადგილებში მნიშვნელოვნად შეამცირებს თამბაქოს მოხმარებას მწვევლებში. 32.9%-ს მიაჩნია, რომ თამბაქოს ყველა სახის რეკლამირების აკრძალვა მნიშვნელოვნად, ხოლო 33.4% თვლის, რომ გარკვეულწილად შეამცირებს თამბაქოს მოხმარებას. გამოკითხულთა 30%-ს მიაჩნია, რომ კოლოფებზე სამედიცინო გაფრთხილებების გაძლიერება მნიშვნელოვანი ღონისძიებაა თამბაქოს შესამცირებლად. 32.6% თვლის, რომ თამბაქოს ნაწარმზე ფასების ზრდა მნიშვნელოვნად შეამცირებს თამბაქოს მოხმარებას; გამოკითხულთა 56.7% სრულად უჭერს მხარს, ხოლო 20.7% გარკვეულწილად ემხრობა საქართველოს მთავრობის მიერ თამბაქოს ნაწარმზე გადასახადების ზრდას, თუ ეს შემოსავალი მოხმარდება ჯანმრთელობის და სოციალურ საკითხებს.

30

დეკემბერი
DECEMBER

შაბათი/
SATURDAY

დეკემბერი/DECEMBER

ორშ.	სამ.	ოთხ.	ხუთ.	პარ.	შაბ.	კვ.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

31

კვირა / SUNDAY

10:00

12:00

14:00

16:00

18:00

30 დეკემბერი

- ✓ აირჩიე ჯანსაღი ცხოვრების წესი!
- ✓ იკვებე ჯანმრთელად!
- ✓ უარი თქვი თამბაქოს მოხმარებაზე!
- ✓ ნუ დაემონები თამბაქოს! იყავი თავისუფალი!
- ✓ მოერიდე გარემოს, სადაც ეწევინ!
- ✓ მხარი დაუჭირე თამბაქოსაგან თავისუფალ გარემოს!
- ✓ მოერიდე ჭარბი ალკოჰოლის მიღებას!
- ✓ არ დაჯდე საჭესთან წასვამი!
- ✓ აცვრი და დაიცავი!

- ✓ გახდი დონორი, გაიღე სისხლი, გადაარჩინე სიცოცხლე!
- ✓ ნუ მისცემ ნარკოტიკს უფლებას აკონტროლოს შენი ცხოვრება!
- ✓ გახდი ფიზიკურად აქტიური!
- ✓ მეტი იმოძრავე!
- ✓ იარე ფეხით!
- ✓ ფიზიკური აქტივობა – ხალისი და ჯანმრთელობა!





აივ ინფექცია/შიდსი

აივ ინფექცია არის ადამიანის იმუნოდეფიციტის ვირუსით (აივ) გამონეწეული ინფექცია, რომლის ბოლო კლინიკურ სტადიასაც წარმოადგენს შიდსი – შეძენილი იმუნოდეფიციტის სინდრომი. აივ/შიდსი კვლავ რჩება მსოფლიოში საზოგადოებრივი

ჯანმრთელობის მნიშვნელოვან პრობლემად, განსაკუთრებით დაბალ და საშუალო შემოსავლების ქვეყნებში.

არსებობს აივ ინფექციის გადაცემის 3 ძირითადი გზა:

- ✓ ინფიცირებულ სისხლთან კონტაქტი – სისხლის გადასხმა, ინექციების და სხვა ინვაზიური მანიპულაციებისას არასტერილური დაბინძურებული სამედიცინო ინტრუმენტების გამოყენებით, მათ შორის, ნარკოტიკების ინექციური მოხმარებისას აივ ინფიცირებული სისხლით დაბინძურებული შპრიცებისა და ნემსების გამოყენებით;
- ✓ დაუცველი სქესობრივი კავშირი (პრეზერვატივის გარეშე) აივ ინფიცირებულ პირთან, როგორც ჰეტერო, ისე ჰომოსექსუალური;
- ✓ ინფიცირებული დედიდან ბავშვზე ორსულობის, მშობიარობის ან ძუძუთი კვების შედეგად.

აივ ინფექცია არ ვრცელდება ხელის ჩამორთმევით, მოხვევით, კოცნით, ხველებით, დაცემინებით, საერთო საკვების ან ჭურჭლის გამოყენებით, საერთო ტუალეტით, აბაზანით, საცურაო აუზით, კოლოს და მწერების კბენით, აივ ინფიცირებულთან ურთიერთობით სამუშაო, საზოგადოებრივი და საყოფაცხოვრებო სივრცეში.

არსებობს აივ ინფექციის გადაცემის პრევენციის რამოდენიმე გზა:

- ✓ ოჯახური სინშიზის ან ერთი ჯანმრთელი სქესობრივი პარტნიორის მიმართ ერთგულება;
- ✓ დაუცველი სქესობრივი კონტაქტებისაგან თავის არიდება და შემთხვევითი სქესობრივი კავშირის დროს პრეზერვატივით სარგებლობა;
- ✓ ინექციური ნარკოტიკების მოხმარებისგან თავის შეკავება, მოხმარების შემთხვევაში ახალი და ერთჯერადი ნემსის და შპრიცის გამოყენება;
- ✓ სისხლისა და სისხლის პროდუქტების აივ ინფექციაზე ტესტირების უზრუნველყოფა;
- ✓ დედიდან შვილზე ინფექციის გადაცემის პრევენცია. აივ ინფიცირებული დედიდან ბავშვზე შიდსის ვირუსის გადაცემის რისკი 2%-მდე მცირდება, თუ ორსულს ჩაუტარდება: ანტირეტროვირუსული თერაპია, საკეისრო კვეთა, სათანადო კონსულტაცია ხელოვნურ კვებასთან დაკავშირებით;
- ✓ სქესობრივი გზით გადამდებ ინფექციებზე, მათ შორის, აივ ინფექციაზე კონსულტირება, ტესტირება და მკურნალობა.

ვინაიდან აივ ინფექციას დამახასიათებელი კლინიკური ნიშნები არ გააჩნია, მის დიაგნოსტიკაში გადამწყვეტია ლაბორატორიული გამოკვლევა. დაავადებაზე ეჭვის შემთხვევაში აუცილებლად მიმართეთ ინფექციური პათოლოგიის, შიდსისა და კლინიკური იმუნოლოგიის ცენტრს, ან შიდსის სადიაგნოსტიკო ლაბორატორიებს რეგიონებში.

შიდსის ცხელი ხაზი: 239 80 18

ჰაერი და ჯანმრთელობა



ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემების მიხედვით, ჰაერის დაბინძურება წარმოადგენს გარემოსთან დაკავშირებულ ერთ-ერთ უმთავრეს რისკს ჯანმრთელობისათვის, რაც ექსპერტთა შეფასებით 8 მილიონი ადამიანის ნაადრევი სიკვდილის მიზეზი ხდება ყოველწლიურად მსოფლიოს მასშტაბით. მტერის ნაწილაკების მუდმივი ზემოქმედება აძლიერებს გულ-სისხლძარღვთა და რესპირატორული დაავადებების, ასევე ფილტვის კიბოს განვითარების რისკს. ამასთან, ჰაერში დამაბინძურებლების დაბალი კონცენტრაციით არსებობა, ასევე განაპირობებს არასასურველ შედეგებს ჯანმრთელობაზე ზემოქმედების თვალსაზრისით. დაბინძურებული ჰაერის ზემოქმედების მნიშვნელოვანი შემცირება შესაძლებელია სანჯავის წვის შედეგად გამოყოფილი, საყოველთაოდ გავრცელებული ჰაერის დამაბინძურებლების შემცველობის დონის შემცირების გზით. ეს ღონისძიებები ასევე შეუწყობს ხელს სათბურის ეფექტის მქონე გაზების კონცენტრაციისა და გლობალური დათბობით გამოწვეული კლიმატის ცვლილების მოვლენების შემცირებას.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ანგარიშების მიხედვით, ჰაერის დაბინძურების მაღალი დონის მქონე ქალებში, სიკვდილობის ზოგადი მაჩვენებელი 15-20%-ით აჭარბებს შედარებით სუფთა ჰაერის მქონე ქალებში ფიქსირებულ ანალოგიურ მაჩვენებლებს. ატმოსფერულ ჰაერში არსებული მტვერი მავნე ზემოქმედებას ახდენს გაცილებით უფრო მეტი ადამიანის ჯანმრთელობაზე, ვიდრე ჰაერის ნებისმიერი სხვა დამაბინძურებელი. მტერის მყარი ნაწილაკების კომპონენტებს წარმოადგენს სულფატები, ნიტრატები, ამიაკი, ნატრიუმქლორიდი, ნახშირბადი, მინერალური მტვერი და წყალი, რომლებიც ჰაერში შენონილ მდგომარეობაში არსებული ორგანული და არაორგანული ნივთიერებების მყარი და თხევადი ნაწილაკების რთული ნარევისაგან შედგება. თანამედროვე მიდგომების მიხედვით, ადამიანის ჯანმრთელობაზე ზემოქმედების შეფასებისა და ნორმირებისათვის გამოიყენება მტერის მყარი ნაწილაკების დიფერენციაცია ფრაქციებად მათი აეროდინამიკური დიამეტრის ზომის შესაბამისად. კერძოდ, PM₁₀ (ნაწილაკები აეროდინამიკური დიამეტრით <10 მკმ) და PM_{2.5} (ნაწილაკები აეროდინამიკური დიამეტრით <2.5 მკმ). სწორედ ეს უკანასკნელი მიიჩნევა ყველაზე საშიშად ჯანმრთელობისათვის, რადგან შესწევთ უნარი შეაღწიონ ბრონქოლების პერიფერიულ უბნებში და ხელი შეუშალონ ჰაერცვლას.

საქართველოში მთლიანი ავადობის ტვირთის 17%, ხოლო სიკვდილიანობის 19% განპირობებულია გარემოს საშიშრო ზემოქმედებით. ბავშვები გარემოს რისკების მიმართ განსაკუთრებით მგრძნობიარენი არიან, შესაბამისად, ამ კონტინგენტში, მოზრდილებთან შედარებით, მაღალია ავადობის ტვირთი და სიკვდილიანობა, რაც გარემოს ზემოქმედების შედეგია. ევროპის დაბალი და საშუალო შემოსავლის ქვეყნებში, რომელსაც საქართველოს მიეკუთვნება, 5 წლამდე ბავშვებში სიკვდილიანობის 14% და ავადობის ტვირთის 30% გარემოს საშიშრო ზემოქმედებით არის გამოწვეული.

საქართველოში ატმოსფერული ჰაერი ბინძურდება ავტოტრანსპორტიდან, ენერგეტიკული სექტორიდან, სამრეწველო ობიექტებიდან და სოფლის მეურნეობის დარგებიდან. თუმცა, ძირითადი დამაბინძურებელი საქართველოში არის ავტოტრანსპორტის გამოწვეული. ქვეყანაში სატრანსპორტო გაფრქვევების მაღალი დონე მრავალი ფაქტორითაა განპირობებული და მათ შესამცირებლად საჭიროა ისეთი ღონისძიებების გატარება, როგორიცაა: საავტომობილო სანჯავის ხარისხისა და ავტომობილების გამონაბოლქვის ნორმების ეტაპობრივი გამკაცრება და კონტროლი, სატრანსპორტო საშუალებების დასაშვები ასაკობრივი ზღვარის დანესება და მისი თანდათანობით შემცირება, სატრანსპორტო ნაკადების მართვის ოპტიმიზაცია, ელექტროტრანსპორტის განვითარება და სხვა.

შინამეურნეობებში საკვების მომზადებისა და გათბობის მიზნით მყარი სანჯავის გამოყენებით გამოწვეული ექსპოზიციის მაღალი დონე საქართველოში, ერთ-ერთ უმთავრეს რისკ-ფაქტორს წარმოადგენს ჯანმრთელობისათვის, განსაკუთრებით ბავშვებისა და ქალებისათვის. გამომწარმავების ინფრასტრუქტურის განვითარების ქვეყანაში მიმდინარე პროექტების პარალელურად, შესაბამისი ინდიკატორების დანერგვის შემთხვევაში სახელმწიფო სტატისტიკური მონაცემების შეგროვების მიზნით წარმოებული შინამეურნეობების კვლევისას, შესაძლებელი იქნება მავნე ზემოქმედების დონის შემცირების მიმართებით მიღწეული პროგრესის შეფასება გარემოსდაცვითი და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სისტემების ფარგლებში.

საქართველოში მოქმედი ჰაერის ხარისხის მარეგლამენტირებელი ნორმატიული აქტები და მონიტორინგის არსებული სისტემა არ იძლევა საშუალებას შეფასებული იქნეს ჰაერის დაბინძურება და მოსახლეობის ჯანმრთელობაზე ზეგავლენა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის მიერ რეკომენდებული პარამეტრების მიხედვით და საჭიროებს, როგორც შესაბამისი ნორმატიული ბაზის, ასევე მონიტორინგის განახლებული სისტემის ამოქმედებას. რაც ამჟამად ხორციელდება, ევროკავშირთან ასოცირების ხელშეკრულების შესაბამისად შემუშავებული საქართველოს მთავრობის სამოქმედო გეგმის ფარგლებში.

**საქართველოში შატყობინებას/კვლევას დაქვემდებარებულ დაავადებათა/მდგომარეობათა
ჩამონათვალი საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის მინისტრის ბრძანების
N 01-82/6 მიხედვით საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის მინისტრის
ბრძანება №01-2/6 (2016 წლის 18 იანვარი ქ. თბილისი)
სამედიცინო სტატისტიკური ინფორმაციის წარმოების და მიწოდების წესის შესახებ**

შატყობინების, პნაზირების და ეპიდკვლევის მოთხოვნები ნოზოლოგიების / მდგომარეობების მიხედვით			
	დასახელება	კოდი ICD-10	შეტყობინება ეპიდკვლევის აუცილებლობა
1.	დიფთერია	A36	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
2.	ყივანახველა	A37	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
3.	ტიეტანუსი	A33- A35	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
4.	მღ/მწვავე პოლიომიელიტი	A80	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
5.	ნითელა	B05	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
6.	ნითურა	B06	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
7.	ყბაყურა	B26	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
8.	სხვა ვირუსული ჰეპატიტები	B17.0; B17.8	
9.	მწვავე ჰეპატიტი A	B15	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
10.	მწვავე ჰეპატიტი B	B16	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
11.	ქრონიკული ვირუსული ჰეპატიტი B	B18.0; B18.1	აგრევირებული ეპიდაფეთქება 2 და მეტი შემთხვევით
12.	ჰეპატიტი C	B17.1 B18.2	შეტყობინება/ეპიდკვლევა ტარდება ელიმინაციის პროგრამის ფარგლებში
13.	მწვავე ჰეპატიტი E	B17. 2	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
14.	ქოლერა	A00	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
15.	მუცლის ტიფი	A01.0	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
16.	სხვა სალმონელოზი	A02	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
17.	შიგელოზი	A03	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
18.	ენტეროჰემორაგიული ეშერიხიოზი	A04.3	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
19.	სავარაუდო საკვებისმიერი მოშხამვა	A05.9; T61;T64	აგრევირებული ეპიდაფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
20.	სოკოთი მოშხამვა	T62.0	აგრევირებული ეპიდაფეთქება 2 და მეტი შემთხვევით
21.	ბოტულიზმი	A05.1	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
22.	სავარაუდო ინფექციური წარმოშობის დიარეები	A09	აგრევირებული ეპიდაფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
23.	შავი ჭირი	A20	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
24.	ტულარემია	A21	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
25.	ჰილეზი	A22	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
26.	ბრუცელოზი	A23	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
27.	ლაიმის დაავადება (ბორელიოზი)	A69.2	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
28.	პოქსვირუსებით გამოწვეული დაავადებები		1შემთხვევა 1შემთხვევა
29.	ყვავილი	B03	1შემთხვევა 1 შემთხვევა
30.	Q ცხელება, პარტახტიანი ტიფი, ლაქოვანი ცხელება და სხვა რიკეტსიოზები	A75, A77, A78, A79	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
31.	ცოფი	A82	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
32.	ცოფის რისკის მქონე ექსპოზიცია	Z20.3	აგრევირებული ეპიდაფეთქება 2 და მეტი შემთხვევით
33.	სავარაუდო ვირუსული ჰემორაგიული ცხელებები	A90-A99; B33.4	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
34.	ჰანტავირუსული ინფექცია	A98.5; B33.4 (2010 წლის ადაპტაციით)	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა
35.	ყირიმ-კონგოს ჰემორაგიული ცხელება	A98.0	1 შემთხვევა 1 შემთხვევა

36.	ყვითელი ცხელება	A95	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
37.	დენგეს ცხელება/ დენგეს ჰემორაგიული ცხელება	A90; A91	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
38.	ლეპტოსპიროზი	A27	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
39.	ფრინველის გრიპი	J09 (2010 წლის ადაპტაციით)	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
40.	ქუნთრუმა	A38	აგრევირებული	ეპიდფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
41.	ჩუტყვავილა	B01	აგრევირებული	ეპიდფეთქება 5 და მეტი შემთხვევით
42.	ვირუსული მენინგიტი	A87	აგრევირებული	ეპიდფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
43.	ბაქტერიული მენინგიტი	G00-G00.9	აგრევირებული	ეპიდფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
44.	მენინგოკოკცემია	A39.2; A39.3; A39.4	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
45.	Neisseria meningitidis გამონეწეული მენინგიტი	A39.0+	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
46.	Haemophilus influenzae გამონეწეული ინფექცია	A41.3; A49.2; B96.3; J14; 20.1	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
47.	Haemophilus influenzae გამონეწეული მენინგიტი	G00.0	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
48.	S.pneumoniae გამონეწეული ინფექცია	M0.1; A40.3; I30.1	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
49.	S.pneumoniae გამონ. მენინგიტი	G00.1	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
50.	M. tuberculosis გამონ. მენინგიტი	A17.0; A17.8	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
51.	აერისშემდგომი უჩვეულო რეაქციები და გართულებები	Y58; Y59; Y64.1	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
52.	საშარდე გზების ნოზოკომიური ინფექცია	Y95 (N639.0)	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
53.	ნოზოკომიური პნევმონია	Y95 (J18.9)	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
54.	ნოზოკომიური ბაქტერიემია (სეფსისი)	A49.9	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
55.	ქირურგიული ჩარევის მიდამოს ინფექცია	T79.3, T81.4, O86.0	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
56.	15-49 წლის ასაკის ქალის სიკვდილი	-	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
57.	0-5 წლამდე ბავშვის სიკვდილი	-	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
58.	სიფილისი	A50-A53	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
59.	თანდაყოლილი სიფილისი	A50	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
60.	გონორეა	A54	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
61.	ქლამიდიოზი	A56	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
62.	აივ -შიდსზე ტესტირებული*	----	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
63.	აივ -შიდსზე ტესტირებული ორსულები*	----	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
64.	ტუბერკულოზი	A15-A19	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
65.	ლეიშმანიოზი	B55	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
66.	ეჟინოკოკოზი	B67	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
67.	მალარია	B50- B54	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
68.	ტრიქინელოზი	B75	1 შემთხვევა	1 შემთხვევა
69.	ამებიოზი	A06	აგრევირებული	ეპიდფეთქება 3 და მეტი შემთხვევით
70.	ფასციოლოზი	B66.3	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
71.	შხამიანი ქვეწარმავლის ნაკბენი	T63.0; T63.1	აგრევირებული	ეპიდკვლევა არ ტარდება
72.	სხივური დაზიანებები	W8; W91	1 შემთხვევა	ეპიდკვლევას აწარმოებს გარემოს დაცვის სამინისტრო