



## Ի՞նչ է նոր կորոնավիրուսը (COVID-19)

Խորհրդատվություններ ծնողների, դաստիարակների և հետաքրքրված անձանց համար

COVID-19-ը կորոնավիրուսների նոր շտամն է, որի տարածումը մարդկանց մեջ առաջին անգամ արձանագրվել է 2019 թվականին, Չինաստանում, Հուբեյ նահանգի վարչական կենտրոն Ուհանում և այսօրվա դրությամբ այն հայտնաբերվել է աշխարհի 100-ից ավել երկրներում, այդ թվում վարակի մի քանի դեպքեր են գրանցվել նաև Վրաստանում: Առողջապահության փորձագետների մոտ մտահոգություն են առաջացնում նոր վիրուսի մասին սակավ տեղեկատվությունը և այն փաստն, որ այն կարող է առաջացնել ծանր հիվանդություն և զարգանա թոքաբորբ:

**Ինչպե՞ս է տարածվում COVID-19-ը:** Վիրուսը տարածվում է՝

- Կաթիլային ճանապարհով՝ հագով, փռչտոցով;
- Աչքին, բերանին և քթին չլվացված ձեռքով հպվելով;
- Հիվանդացածների հետ սերտ շփումով՝ հպում, ձեռքսեղմում;
- Հազվադեպ դեպքերում կղանքների հետ շփումով:

**Որո՞նք են COVID-19-ին բնորոշ ախտանիշները:**

- COVID-19-ի ախտանիշներն են բարձր ջերմությունը, հազը և շնչառության դժվարացումը, սակայն այն կարող է ընթանալ նաև անախտանիշ:
- Որոշ դեպքերում այն հնարավոր է ընթանա ավելի ծանր և զարգանա թոքաբորբ կամ շնչառության դժվարացում:
- Առկա տեղեկատվությամբ, COVID-19-ով վարակված հիվանդների մոտ ախտանիշները հայտնաբերվում են վիրուսով վարակվելուց 2-14 օր հետո:

**Ովքե՞ր են գտնվում COVID-19-ով վարակվելու վտանգի տակ:**

- Անձինք, ովքեր ապրում կամ ճանապարհորդում են COVID-19-ի բարձր տարածման գոտում:
- Անձինք, ովքեր սերտ շփման մեջ են գտնվում վարակված անձանց հետ:
- Առկա տեղեկատվությամբ, բարձր վտանգի տակ են գտնվում տարեց և հարակից քրոնիկական հիվանդություններ (օր.՝ շաքարախտ, սրտանոթային և շնչառական հիվանդություններ և այլն) ունեցող անձինք:

**Հիվանդանու՞մ են արդյոք երեխաները COVID-19-ով:**

• Քանի որ վիրուսը նոր է, դեռ չկա բավականաչափ տեղեկատվություն այն մասին, թե որքանով է վտանգավոր այն երեխաների կամ հղիների համար: Առկա տվյալներով, վիրուսով վարակվում է ցանկացած տարիքի անձ, սակայն երեխաներում տարածումը համեմատաբար ցածր է: Հիվանդության մահացու ելքն երեխաների շրջանում շատ հազվադեպ է, մեծամասամբ

հանդիպում է տարեց և հարակից քրոնիկական հիվանդություններ (օր.՝ շաքարախտ, սրտանոթային և շնչառական հիվանդություններ և այլն) ունեցող անձանց մոտ:

**• Ինչպե՞ս պետք է վարվեք, եթե երեխան ունի COVID-19-ին նման ախտանիշներ:**

• Դիմեք բժշկական ծառայությանը: Սակայն, հիշեք, որ ներկայումս գրիպի սեզոնն է և COVID-19-ի ախտանիշներն, ինչպիսիք են բարձր ջերմությունը և հազը, բնորոշում են նաև գրիպին կամ սովորական մրսածությանն, որը համեմատաբար ավելի շատ է տարածված:

**Պահպանեք ձեռքերի և շնչառական հիգիենայի կանոններն, ինչպիսիք են ձեռքերի պարբերաբար լվացումը և վստահ եղեք, որ երեխային կատարվել է օրացույցով սահմանված բոլոր պատվաստումներն, որպեսզի երեխան պաշտպանված լինի այլ վիրուսային և բակտերիական վարակներից:**

• Ինչպես գրիպի և այլ շնչառական վարակների դեպքում, եթե ձեր կամ ձեր երեխայի մոտ հայտնաբերվել են ախտանիշներ, ժամանակին դիմեք բժշկի, խուսափեք հասարակական հավաքատեղիներից (աշխատավայր, դպրոց, հասարակական տրանսպորտ և այլն), որպեսզի չվարակեք ուրիշին:

**Պե՞տք է արդյոք երեխային ուղարկեք մանկապարտեզ կամ դպրոց:**

• Եթե երեխան ունի ախտանիշներ, դիմեք բժշկի և հետևեք նրա հրահանգներին: Ինչպես գրիպի և այլ շնչառական վարակների ժամանակ, հանգստացրեք ախտանիշներ ունեցող երեխային տանը և խուսափեք հասարակական հավաքատեղիներից, որպեսզի չվարակեք ուրիշին:

• Երեխայի դպրոց կամ մանկապարտեզ հաճախելը կարևոր է, եթե չի նկատվում ոչ մի ախտանիշ, ինչպիսիք են բարձր ջերմությունը և հազը կամ չեք ստացել պաշտոնական խորհրդատվություն, որը վերաբերում է ձեր երեխայի կրթական հաստատությանը:

• Սովորեցրեք երեխաներին ձեռքերի և շնչառության հիգիենայի պահպանման կանոնները դաստիարակչական հաստատություններում, դպրոցներում և այլ վայրերում:

**Կա՞մ արդյոք բուժում COVID-19-ի դեմ:**

• Այս փուլում չկա հատուկ բուժիչ միջոց, որը խորհուրդ է տրվում COVID-19-ի կանխարգելման և բուժման համար: Սակայն, վիրուսով վարակված մարդկանց կմատուցվի համապատասխան բժշկական ծառայություն՝ հաշվի առնելով հիվանդության ծանրության աստիճանը: Պատրաստուկ ստեղծելու համար ընթանում են հետազոտություններ:

**Համարվո՞ւմ է արդյոք հակաբիոտիկը COVID-19-ի կանխարգելման և բուժման միջոց:**

• Ոչ, հակաբիոտիկը չի ազդում վիրուսների վրա: Հակաբիոտիկն ոչնչացնում է բակտերիաները: Համապատասխանաբար, հակաբիոտիկը չպիտի օգտագործվի նրա կանխարգելման կամ բուժման նպատակով: Հակաբիոտիկի օգտագործումը հնարավոր է անհրաժեշտ դառնա հարակից բակտերիական վարակների առկայության դեպքում:

**Ինչպե՞ս նվազեցնել ձեր և շրջակայքում գտնվող մարդկանց COVID-19-ով վարակվելու վտանգը:**

COVID-19-ից պաշտպանվելու համար հարկավոր է պահպանել գրիպի և այլ շնչառական հիվանդությունների կանխարգելման ընդհանուր խորհրդատվությունները՝

**#1. Հաճախակի լվացեք ձեռքերը** – ձեռքերի լվացումն օճառով և ջրով կամ սպիրտ պարունակող լուծույթով ոչնչացնում է ձեռքերի մաշկի վրա գտնվող վիրուսները:

Լվացեք ձեռքերն օճառով և ջրով առնվազն 20 վայրկյանի ընթացքում կամ մշակեք սպիրտ պարունակող լուծույթով՝

- Մտունդ պատրաստելուց առաջ և հետո
- Ուտելուց առաջ և հետո
- Զուգարանից օգտվելուց հետո
- Հիվանդի հետ շփվելուց առաջ և հետո և այլն

**#2. Պահպանեք շնչառական համակարգի հիգիենան՝**

- Հազալիս և փռշտալիս ծածկեք բերանը և քիթը միանգամյա անձեռոցիկով կամ թեքված արմունկով
- Օգտագործելուց անմիջապես հետո անձեռոցիկը նետեք փակ աղբարկղը և ձեռքերը լվացեք օճառով և ջրով կամ մշակեք սպիրտ պարունակող լուծույթով
- Հիվանդ ժամանակ օգտագործեք բժշկական դիմակ և խուսափեք բազմամարդ վայրերից
- Պահպանեք կանխարգելման միջոցառումներն, որոնք խորհուրդ են տրվում առողջապահության մասնագետների կողմից

**#3. Պահպանեք անվտանգ հեռավորություն**

- Պահպանեք առնվազն 1 մետր հեռավորություն ձեր և այլ մարդկանց միջև, հատկապես շնչառական ախտանիշներ (հազ, փռշտոց, տենդ) ունեցող մարդկանց հետ
- Շնչառական վարակով, այդ թվում COVID-19-ով վարակված մարդը հազալիս և փռշտալիս տարածում է վիրուս պարունակող կաթիլներ: Եթե դուք այդ ժամանակ գտնվում եք շատ մոտ հեռավորության վրա, հնարավոր է շնչեք վիրուսը:

**#4. Կեղտոտ ձեռքերով չդիպչեք աչքերին, քթին և բերանին** - Ձեռքերով դուք հավում եք այնպիսի մակերեսների, որոնք հնարավոր է աղտոտված լինեն վիրուսով

**#5. Ընդունեք միայն բարձր ջերմաստիճանի տակ լավ մշակված և խաշված մսամթերք և կաթնամթերք**

**#6. Հաճախակի օդափոխեք և մաքրեք բնակարանը և աշխատանքային միջավայրը խոնավ կարգով, իրականացրեք նյութերի և դրանց մակերեսների ախտահանում:** Դեռ հայտնի չէ, թե որքան ժամանակ է պահպանում կենսունակությունը նոր կորոնավիրուսը մակերեսների վրա:

Սակայն, առկա տեղեկատվությամբ, այս ժամանակահատվածը մի քանի ժամ է: Հետևաբար, նպատակահարմար է առարկաների մակերեսների (օր.՝ աշխատանքային և գրասեղաններն, առարկաների [օր.՝ հեռախոս, ստեղնաշար] ) պարբերաբար մաքրումը: Պարզ ախտահանման միջոցները կարող են ոչնչացնել վիրուսն, որից հետո մարդիկ այլևս չեն վարակվում:

**#7. Հետաձգեք ճանապարհորդությունն, եթե դրա խիստ անհրաժեշտությունը չկա:**

COVID-19-ի տարածման հետ կապված իրավիճակի պատճառով, խուսափեք հատկապես բարձր ռիսկային գոտու երկրներ շրջագայելուց (այսօրվա դրությամբ - Չինաստան, Հարավային Կորեա, Իրան, Իտալիա):

**#8. Եթե ձեր կամ ձեր ընտանիքի անդամների մոտ նկատվում են շնչառական ախտանիշներ (տաքություն, հազ և շնչառության դժվարացում), ժամանակին դիմեք բժշկի:** Անմիջապես տեղեկացրեք բժշկական հաստատությանը կամ կապնվեք 112-ին, եթե շրջագայել եք այն երկրներում, որտեղ տարածված է COVID-19-ը, կամ շփվել եք անձի հետ, որը մոտակա ժամանակահատվածում ճանապարհորդել է բարձր ռիսկային գոտու երկրներում և նրա մոտ նկատվում էին շնչառական վարակների բնորոշ ախտանիշներ:

Լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալու համար կարող եք զանգահարել՝

1505 (24/7 ընթացքում) – Վրաստանի Օկուպացված տարածքներից փախստականների, աշխատանքի, առողջապահության և սոցիալական պաշտպանության նախարարություն կամ այցելեք կայքէջ՝ [moh.gov.ge](https://www.facebook.com/mohgovge/);  
<https://www.facebook.com/mohgovge/>

116001 (երկուշաբթի - ուրբաթ, 10:00 - 18:00) – Հիվանդությունների վերահսկման և հասարակական առողջության ազգային կենտրոն կամ այցելեք կայքէջ՝ [ncdc.ge](https://www.facebook.com/ncdcgeorgia/); <https://www.facebook.com/ncdcgeorgia/>

Վրաստանի Կառավարության Վրաստանում կորոնավիրուսի տարածման կանխարգելման կայքէջ՝ <https://stopcov.ge/>

**Պահպանեք ձեր և ձեր երեխաների առողջությունը:**

**Հիվանդությունների վերահսկման և հասարակական առողջության ազգային կենտրոնը մաղթում է առողջություն:**

**9 մարտի, 2020 թ.  
Թբիլիսի, Վրաստան**

###

Գրքույկը պատրաստվել է Հիվանդությունների վերահսկման և հանրային առողջության ազգային կենտրոնի (NCDC) կողմից և թարգմանվել է հայերեն՝ «Բաց հասարակության Վրաստան» (Open Society Georgia Foundation) հիմնադրամի աջակցությամբ՝ «Covid-19 էթնիկ փոքրամասնությունների մասին տեղեկատվության տարածում» ծրագրի շրջանակներում: