

ახალ კორონავირუსთან (2019-nCoV) დაკავშირებული რეკომენდაციები საერთაშორისო მოგზაურთათვის

რა უნდა გააკეთონ საერთაშორისო მოგზაურებმა ახალი კორონავირუსისგან (2019-nCov) საკუთარი თავისა და სხვების დასაცავად?

სიფრთხილის ზოგადი ზომები მგზავრთათვის:

ყველა პირი, რომელიც გეგმავს მოგზაურობას, უნდა იყოს ინფორმირებული და მიიღოს საჭირო რჩევები პოტენციურ საფრთხეებთან დაკავშირებით იმ ქვეყნებთან მიმართებაში, რომელიც მან აირჩია სამოგზაუროდ. აგრეთვე უნდა მიიღოს ინფორმაცია, თუ როგორ შეამციროს დასნეობვების რისკი მინიმუმამდე და როგორ დაიცვას თავისი ჯანმრთელობა მოსალოდნელი საფრთხეებისგან.

მოგზაურობასთან დაკავშირებული რისკები:

ის ადგილები, სადაც ღამის გასათენებელი/სასტუმრო, ჰიგიენური და სანიტარიული პირობები, აგრეთვე წყლის ხარისხი და სამედიცინო სერვისები არის მაღალი სტანდარტების, შეიცავს ჯანმრთელობის მცირე რისკებს მოგზაურთათვის (როგორც საქმიანი ასევე ტურისტული მიზნით). გარდა იმ ადგილებისა, სადაც დაფიქსირდა ახალი კორონავირუსით (COVID-19) დაავადების შემთხვევები. ხოლო ის ადგილები, სადაც დაბალია ღამის გასათენებელი ადგილების/სასტუმროების ხარისხი, არაა ხელმისაწვდომი სუფთა (კეთილხარისხოვანი) წყალი, და არის არაადეკვატური ჰიგიენური და სანიტარიული პირობები, აგრეთვე სამედიცინო სერვისები, შეიცავენ დასნეობვების სერიოზულ რისკებს და უდიდეს საფრთხეებს მოგზაურთა ჯანმრთელობისათვის.

კორონავირუსისთვის დამახასიათებელი სიმპტომების დაფიქსირებისას მგზავრებს აუცილებელია ჰქონდეს კონტაქტი სამედიცინო პერსონალთან მგზავრობის წინ, მგზავრობის დროს თუ შემდეგ, და გაუზიაროს თავის მოგზაურობის ისტორია, დროული და ზუსტი დიაგნოსტიკის უზრუნველსაყოფად. საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სფერომ უნდა უზრუნველყოს მგზავრები ყველა საჭირო ინფორმაციით რესპირატორული ინფექციების ზოგადი რისკების შემცირების თვალსაზრისით.

ზოგადი რჩევები მგზავრებისთვის:

- უარი თქვით მგზავრობაზე თუ გაქვთ მაღალი ტემპერატურა და ხველა.
- თუ მგზავრობის დროს აღმოგაჩნდათ მაღალი ტემპერატურა, ხველა და სუნთქვის გაძნელება აუცილებლად მიმართეთ სამედიცინო სამსახურს, რაც შეიძლება ადრე და გაუზიარეთ ექიმს თქვენი მოგზაურობის ისტორია.
- მოერიდეთ კონტაქტს იმ ადამიანებთან, რომელთაც აღენიშნათ ხველა და სიცხე.
- ხშირად გაისუფთავეთ ხელები ალკოჰოლის შემცველი საშუალებებით ან საპნით და წყლით.
- მოერიდეთ ხელის თვალებთან, პირთან და ცხვირთან შეხებას.
- ხველის ან დაცემინების დროს დაიფარეთ ცხვირი და პირი მოხრილი იდაყვით ან ქსოვილით/ერთჯერადი ხელსახოცით. შემდეგ გადაადგეთ ქსოვილი/ერთჯერადი ხელსახოცი დაუყოვნებლივ და დაიბანეთ ხელები.
- თუ გადაწყვიტეთ დამცავი ნიღბის ტარება, დარწმუნდით, რომ იგი ფარავს ცხვირს და პირს, და ნულარ შეეხებით მას გაკეთების შემდეგ. ერთჯერადი ხმარების ნიღაბი გადაადგეთ ყოველი ხმარების შემდეგ და დაიბანეთ ხელები მაშინვე.

- მიერთვით მხოლოდ თერმულად კარგად მომზადებული საკვები.
- მოერიდეთ გადააფურთხებთ საზოგადოებრივ ადგილებში.
- მაქსიმალურად მოერიდეთ ავადმყოფ ცხოველებთან ახლო კონტაქტს.

თვითმფრინავში ყოფნისას:

- მკაცრად დაიცავით პირადი ჰიგიენის წესები:
- კვების წინ დაიბანეთ ხელი წყლითა და საპნით, ან გამოიყენეთ ხელის დასამუშავებელი სპირტის შემცველი ხსნარი
- ტუალეტით სარგებლობის შემდეგ დაიბანეთ ხელი წყლითა და საპნით, ან გამოიყენეთ ხელის დასამუშავებელი სპირტის შემცველი ხსნარი
- მოერიდეთ ახლო კონტაქტს ავადმყოფ ადამიანებთან, ვისაც აღენიშნება ცხელება და ხველა
- თუ მგზავრობის დროს გახდით ავად, მაშინვე შეატყობინეთ ეკიპაჟს და მოითხოვეთ სამედიცინო მომსახურება.

თუ მოგზაურობიდან უკანასკნელი 2 კვირის განმავლობაში გამოგივლინდათ შემდეგი სიმპტომები, მაღალი ტემპერატურა, ხველა, სუნთქვის გაძნელება

მაშინ:

- დაუყოვნებლივ მიმართეთ სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელს;
- აცნობეთ ექიმს თქვენი მოგზაურობისა და სიმპტომების შესახებ;
- მოერიდეთ სხვა ადამიანებთან კონტაქტს;
- არ იმოგზაუროთ ავადმყოფობის პერიოდში;
- დაიფარეთ პირისა და ცხვირის მიდამო ცხვირსახოცით ან ტანსაცმლის სახელოს გამოყენებით (და არა ხელით) ცემინების და ხველის დროს;
- ხშირად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით მინიმუმ 20 წამის განმავლობაში, ხოლო მათი არქონის შემთხვევაში გამოიყენეთ ალკოჰოლის შემცველი სადენზიფექციო საშუალება;

დამატებითი ინფორმაციისთვის შეგიძლიათ დარეკოთ:

1505 (24/7 განმავლობაში) - საქართველოს ოკუპირებული ტერიტორიებიდან დევნილთა, შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტრო ან ეწვიოთ ვებ-გვერდს: moh.gov.ge; <https://www.facebook.com/mohgovge/>

116001 (ორშაბათი-პარასკევი, 10:00-18:00) - დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი ან ეწვიოთ ვებ-გვერდს: ncdc.ge; <https://www.facebook.com/ncdcgeorgia/>

თითოეული ადამიანის პასუხისმგებლობა მნიშვნელოვანია!

გისურვებთ ჯანმრთელობას!