



ახალი კორონავირუსი

განახლებულია: 06.06.2020

# ასე დავიცავთ თავს.



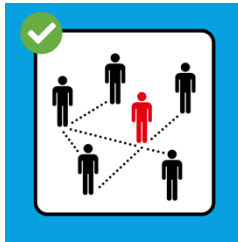
## საინფორმაციო ბუკლეტი

მნიშვნელოვანი ინფორმაცია ახალი კორონავირუსის, ქცევის და ჰიგიენის წესების შესახებ.

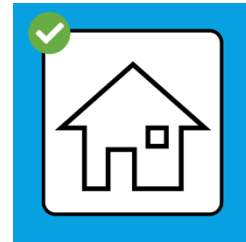
## აუცილებლად დაიცავით ახალი წესები:



სიმპტომების გამოვლენისას დაუყოვნებლივ ჩაიტარეთ ტესტი და დარჩით სახლში



გაცივით ინფორმაცია ახლო კონტაქტების დადგენის მიზნით



დადებითი ტესტის შემთხვევაში: იზოლაციის წესი.  
დადებითი ტესტის მქონე პირთან კონტაქტის შემთხვევაში: კარანტინის წესი.

## განაგრძეთ ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა. შევაჩეროთ ახალი კორონავირუსის ფართო გავრცელება.



დაიცავით დისტანცია.



რეკომენდაცია: ატარეთ ნიღაბი, თუ შეუძლებელია დისტანციის დაცვა.



საფუძვლიანად დაიბანეთ ხელები.



მოერიდეთ ხელის ჩამორთმევას.



დაახველეთ და დააცემინეთ ცხვირსახოცში ან მოხრილ მკლავში.



ექიმთან ან სასწრაფო სამედიცინო მიღებაზე გამოცხადდით მხოლოდ წინასწარი სატელეფონო შეთანხმებით.



თუ შესაძლებელია, იმუშავეთ სახლიდან.

## ხშირად დასმული კითხვები და პასუხები ახალი კორონავირუსის შესახებ

6 ივნისიდან კვლავ გაიხსნა სხვა საწარმოები და დაწესებულებები და დაშვებულია ღონისძიებების გამართვა 300-მდე ადამიანის მონაწილეობით. წინაპირობას წარმოადგენს უსაფრთხოების წესების დაცვა. ახლო კონტაქტების შემთხვევაში უნდა შეგროვდეს საკონტაქტო მონაცემები. ამ გზით, შესაძლებელია ყველა იმ ადამიანის დადგენა, ვინც ითვლება ახლად დადასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტირებულ პირად. ასევე, ყველა მონაწილემ უნდა დაიცვას ჰიგიენის და ქცევის წესები - ორგანიზატორებმა და ღონისძიებების ხელმძღვანელებმა, მონაწილეებმა, თანამშრომლებმა, მომხმარებლებმა, საგანმანათლებლო პერსონალმა, სკოლის მოსწავლეებმა, სტუდენტებმა, სპორტსმენებმა და მწვრთნელებმა.

**განაგრძეთ ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა. შევაჩეროთ ახალი კორონავირუსის ფართო გავრცელება.**

## დაინფიცირება და საფრთხეები

რატომ არის ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა ამგვარად მნიშვნელოვანი?

ახალი კორონავირუსი ახალი ვირუსია, რომლის წინააღმდეგაც ადამიანებს იმუნიტეტი ჯერ არ გამოუშუშავებიათ. ის შეიძლება მრავალი ადამიანის დაინფიცირების და ავადმყოფობის მიზეზი გახდეს. ამიტომაც ახალი კორონავირუსის გავრცელება შეძლებისდაგვარად უნდა შევანელოთ.

მძიმედ დაავადებისგან, განსაკუთრებით, მაღალი რისკჯგუფის წარმომადგენლები უნდა დავიცვათ.

მათ შორის არიან:

- 65 წლის ასაკს გადაცილებული პირები
- ზრდასრულები შემდეგი დაავადებებით:
  - სისხლის მაღალი წნევა,
  - სასუნთქი სისტემის ქრონიკული დაავადებები,
  - დიაბეტი,
  - იმუნური სისტემის დამაქვეითებელი დაავადებები და თერაპიის ქვეშ მყოფი პირები
  - გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები და ასევე
  - კიბო

ან:

- ჭარბწონიანი პირები (სიმსუქნე, სხეულის მასის ინდექსით 40-დან ზევით)

თუ არ ხართ დარწმუნებული მიეკუთვნებით თუ არა მაღალ რისკჯგუფს, გთხოვთ მიმართოთ ექიმს.

ქცევის და ჰიგიენის წესების დაცვით ამ ადამიანებსაც უკეთესად დავიცავთ. გარდა ამისა, ხელს შევუწყობთ ჯანდაცვის დაწესებულებებში მძიმე ავადმყოფების მომავალშიც საუკეთესოდ უზრუნველყოფას, რადგანაც ინტენსიურ განყოფილებებში სამედიცინო ოთახების და სასუნთქი აპარატების რაოდენობა შეზღუდულია.

ხართ 65 წელს გადაცილებული ან გაქვთ რომელიმე ზემოთ ჩამოთვლილი დაავადება?

დაიცავით შემდეგი წესები:

- ჰიგიენის და ქცევის წესების მკაცრი დაცვით გადით სახლიდან. მოერიდეთ ხალხმრავალ ადგილებს (მაგ. რკინიგზის სადგურებს, საზოგადოებრივ ტრანსპორტს) და პიკის საათებს (მაგ. შაბათის საყიდლები, სამსახურისკენ და სამსახურიდან სახლისკენ გადაადგილება)
- მოერიდეთ ზედმეტ კონტაქტებს და დაიცავით დისტანცია (მინიმუმ ორი მეტრი).
- დაავალეთ საყიდლების გაკეთება მეგობრებს ან მეზობლებს ან შეუკვეთეთ ინტერნეტით ან ტელეფონით. ასევე, შეგიძლიათ ისარგებლოთ სხვადასხვა ორგანიზაციების, თქვენი თემის დახმარებით ან ინტერნეტში არსებული შემოთავაზებებით.
- საქმიანი და პირადი შეხვედრებისთვის ისარგებლეთ ტელეფონით, სკაიპით ან სხვა მსგავსი საკომუნიკაციო საშუალებებით.

ექიმთან ვიზიტის აუცილებლობისას ისარგებლეთ თქვენი მანქანით ან ველოსიპედით, იარეთ ფეხით. სხვა შემთხვევაში გამოიძახეთ ტაქსი. დაიცავით მინიმუმ ორმეტრიანი დისტანცია და ჰიგიენის წესები. **ატარეთ ნიღაბი, თუ შეუძლებელია დისტანციის დაცვა.**

თუ ხართ დასაქმებული და რისკჯგუფს მიეკუთვნებით, თქვენი დამსაქმებელი ვალდებულია იზრუნოს თქვენს უსაფრთხოებაზე.

სასარგებლო ინფორმაციას იპოვით Unia Switzerland-ის ბმულზე: თქვენი უფლებები სამუშაო ადგილზე <https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus>

გაქვთ დაავადების ერთი ან რამდენიმე სიმპტომი, როგორცაა ხველა (უმეტესწილად მშრალი), ყელის ტკივილი, ქოშინი, სიცხე, სიცხის შეგრძნება, კუნთების ტკივილი ან უეცრად დაკარგეთ ყნოსვის ან/და გემოვნების შეგრძნება? **დაუყოვნებლივ დარეკეთ ექიმთან ან საავადმყოფოში, კვირის ნებისმიერ დღეს**, მათ შორის შაბათ-კვირას. აღწერეთ თქვენი სიმპტომები და აცნობეთ, რომ მაღალ რისკჯგუფს მიეკუთვნებით.

### როგორ ვრცელდება ახალი კორონავირუსი?

ახალი კორონავირუსი უმეტესწილად მჭიდრო და ხანგრძლივი კონტაქტით გადადის: დაავადებულ პირთან მეტრზე ნაკლები დისტანციის დაცვის შემთხვევაში.

ინფიცირება ხდება

- **ჰაერწვეთოვანი გზით:** დაავადებულის მიერ **დაცემინებისას ან დახველებისას** შესაძლოა, ვირუსი სხვა ადამიანის ცხვირის, პირის ან თვალის ლორწოვან გარსზე მოხვდეს.
- **ხელებით:** ხველებისას და დაცემინებისას გადამდები წვეთები ხელებზე მოხვდება. ან შესაძლოა, ხელი ვირუსიან ზედაპირს შეეხოს. პირზე, ცხვირზე ან თვალებზე შეხებით ვირუსი გადაეცემა.

### როდის არის ვირუსი გადამდები?

გაითვალისწინეთ: ახალი კორონავირუსით დაავადებული ხანგრძლივი დროის განმავლობაში წარმოადგეს ვირუსის გადადების საშიშროებას. კონკრეტულად:

- სიმპტომების **დაწყებამდე** უკვე ერთი დღით ადრე – ანუ, ინფიცირების შენიშვნამდე.
- **დაავადება განსაკუთრებით გადამდებია სიმპტომების არსებობის შემთხვევაში.**
- სრულიად გამოჯანმრთელების **შეგრძნებიდან არანაკლებ, 48 საათის განმავლობაში.** ამიტომაც მომავალშიც დაიცავით დისტანცია და რეგულარულად დაიბანეთ ხელები საპნით.

### საჯარო სივრცეში ნიღბის ტარება ყველასთვის სავალდებულოა?

არ ვურჩევთ ჯანმრთელ ადამიანებს საჯარო სივრცეში ნიღბის ტარებას. ის არასაკმარისად გიცავთ კორონავირუსით დაინფიცირებისგან.

მეორეს მხრივ, დაინფიცირებული პირი ნიღბის ტარებით სხვათა დაინფიცირებას აფერხებს.

ნიღბის ტარება მიზანშეწონილია იმ შემთხვევაში, თუ შეუძლებელია 2 მეტრიანი დისტანციის დაცვა. საზოგადოებრივი ტრანსპორტით მგზავრობის დროს კი ნიღბის გამოყენება აუცილებელია.

ნიღბის ტარება სავალდებულოა, თუ მომსახურებას იმ სფეროში ღებულობთ, სადაც უსაფრთხოების წესების თანახმად ნიღბის ტარება კანონით არის დაწესებული.

**კვლავ ძალაშია დისტანციისა და ჰიგიენის წესების დაცვა.**

## დასაშვებია თუ არა ბებიების და ბაბუების ზრუნვა შვილიშვილებზე?

65 წელს გადაცილებული პირები მაღალი რისკკატეგორიის წარმომადგენლები არიან და მათ განსაკუთრებით უნდა იზრუნონ საკუთარ უსაფრთხოებაზე. ხშირად ამ რიცხვს მიეკუთვნებიან ბებიები და ბაბუები. ყოველივეს გათვალისწინებით, თავად უნდა გადაწყვიტონ სურთ თუ არა შვილიშვილებზე ზრუნვა.

რჩევა ბებიებს და ბაბუებს ნებისმიერი შემთხვევისთვის:

- დაიცავით ჰიგიენის და ქცევის წესები, მაგალითად, ხშირად დაიბანეთ ხელები, ნუ გამოიყენებთ ბავშვის ჭიქას და მშობლებთან დაიცავით დისტანცია.
- ერთდეთ ხალხმრავალ ადგილებს, მაგალითად რკინიგზის სადგურებს ან საზოგადოებრივ ტრანსპორტს პიკის საათის დროს.

ნუ გაუწევთ მზრუნველობას ბავშვს თქვენი ან მისი ავადმყოფობის დროს მსუბუქად გამოხატული სიმპტომების შემთხვევაშიც.

## სიმპტომები, დიაგნოზი და მკურნალობა

### რა სახის სიმპტომები ახლავს ახალი კორონავირუსით დაავადებას?

გავრცელებულია შემდეგი სიმპტომები:

- ხველება (უმეტესწილად მშრალი)
- ყელის ტკივილი
- ქოშინი
- სიცხე, სიცხის შეგრძნება
- კუნთების ტკივილი
- ყნოსვის და/ან გემოვნების უეცარი დაკარგვა

იშვიათია:

- თავის ტკივილი
- კუჭ-ნაწლავის დაავადებათა სიმპტომები
- თვალის ლორწოვანი გარსის ანთება
- სურდო

სიმპტომები სხვადასხვა სიმძიმით ვლინდება, და შესაძლოა, რომ მსუბუქი ფორმითაც გამოვლინდეს. აგრეთვე შესაძლებელია გართულება, მაგალითად, ფილტვების ანთება.

თუ გავრცელებული სიმპტომებიდან ერთი ან რამდენიმე გაწუხებთ, დიდი ვარაუდით ახალი კორონავირუსით ხართ დაავადებული.

ამ შემთხვევაში:

- დარჩით სახლში.
- შეამოწმეთ კორონავირუსის სიმპტომები (იხილეთ ბმულები შემდეგ პუნქტში) ან დაურეკეთ თქვენს ექიმს. უპასუხეთ კითხვებს ინტერნეტით ან ტელეფონით. ბოლოს თქვენ მიიღებთ ქცევის რეკომენდაციას და საჭიროების შემთხვევაში ტესტის ჩატარების ინსტრუქციას.
- გაეცანით და მკაცრად დაიცავით «იზოლაციის» ინსტრუქციები ([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads))

თუ 65 წელს გადაცილებული ხართ ან სხვა დაავადება გაწუხებთ, გაითვალისწინეთ: თუ გავრცელებული ერთი ან რამდენიმე სიმპტომი გაწუხებთ დაუყოვნებლივ დაურეკეთ ექიმს, კვირის ნებისმიერ დღეს, მათ შორის შაბათ-კვირას.

### არ იცით როგორ მოიქცეთ?

კორონავირუსის სიმპტომების შესამოწმებლად ვებგვერდზე <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> რამდენიმე კითხვაზე პასუხის გაცემით მიიღებთ ჯანდაცვის ფედერალური უწყების მიერ ქცევის რეკომენდაციას (გერმანულ, ფრანგულ, იტალიურ და ინგლისურ ენებზე).

კორონავირუსის სიმპტომების შემოწმება შესაძლებელია ვაადტის კანტონის ვებგვერდზე <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> 8 ენაზე.

კორონავირუსის სიმპტომების ვებგვერდზე შემოწმება ვერ ჩაანაცვლებს სამედიცინო კონსულტაციას, დიაგნოზს ან მკურნალობას. მსგავსი სიმპტომები შეიძლება სხვა დაავადებების დროს გამოვლინდეს, რაც განსხვავებულ მიდგომას მოითხოვს.

ამჟამად გამოხატული სიმპტომების შემთხვევაში, თუ ის უარესდება ან გაშფოთებთ, ყოველთვის მიმართეთ ექიმს.

როგორ მკურნალობენ ახალი კორონავირუსით დაავადებულებს?

მკურნალობა სიმპტომების შემსუბუქებით შემოიფარგლება. დაავადებულები სხვების დაცვის მიზნით იზოლაციაში მოთავსდებიან. მძიმედ დაავადების შემთხვევაში უმეტესწილად საჭიროა ინტენსიურ განყოფილებაში მკურნალობა. გარკვეულ შემთხვევებში ხელოვნური სუნთქვა გარდაუვალი იქნება.

თუ გაქვთ ჩივილები, თავს შეუძლოდ გრძნობთ ან გაქვთ სიმპტომები, რომელიც ახალ კორონავირუსთან დაკავშირებული არ არის?

ჯანმთელობასთან დაკავშირებულ ჩივილებს, დაავადებებს და სიმპტომებს, რომლებიც ახალ კორონავირუსთან დაკავშირებული არ არიან, ასევე ყურადღებით უნდა მოეკიდოთ და იმკურნალოთ. ისარგებლეთ დახმარებით და ნუ დააყოვნებთ: დაურეკეთ ექიმს.

## დამატებითი ინფორმაცია

რამდენად აუცილებელია ნიღბის ტარება მატარებლით, ავტობუსით ან ტრამვით მგზავრობის დროს?

თუ საზოგადოებრივი ტრანსპორტი არ არის გადატვირთული, ნიღბის ტარება არ არის სავალდებულო. პიკის საათის დროს ან იმ შემთხვევაში თუ ვერ ხერხდება 2 მეტრიანი დისტანციის დაცვა, სავალდებულოა ნიღბის ტარება. უმჯობესია პიკის საათის დროს მოერიდოთ საზოგადოებრივი ტრანსპორტით გადაადგილებას.

სატრანსპორტო კომპანიებმა - შვეიცარიის ფედერალურმა რკინიგზამ (SBB) და საფოსტო ავტობუსების ხაზმა (Postauto) შეიმუშავეს უსაფრთხოების წესები მთელი ტრანსპორტის სფეროსთვის.

ანგარიში გაუწიეთ სხვა მგზავრებს საზოგადოებრივი ტრანსპორტით მგზავრობისას. ასევე, ყურადღება მიაქციეთ:

- გაჩერებებზე, სალაროსთან და ბილეთების გასაყიდ აპარატებთან სათანადო დისტანციის დაცვას
- ტრანსპორტში მგზავრთა დისტანცირებას
- თავისუფალი კორიდორის შექმნას ჩასასვლელში თავისუფალი სივრცის უზრუნველსაყოფად

რამდენი ადამიანის შეკრება არის დაშვებული?

მაქსიმუმ 30 ადამიანს შეუძლია შეკრება საზოგადოებრივ ადგილებში, სასაქონლო ბილიკებსა და პარკებში. ამასთანავე, სავალდებულოა სხვა ადამიანებთან 2 მეტრიანი დისტანციის შენარჩუნება და ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა. დისტანციასთან დაკავშირებული რეგულაცია არ ვრცელდება ოჯახის წევრებზე და ერთ საცხოვრებელში მცხოვრებ პირებზე.

თუ შეკრებილ პირთა ჯგუფი 30-ს აღემატება, პოლიცია უფლებამოსილია თითოეული ჯგუფის წევრი დააჯარიმოს საზოგადოებრივი წესრიგის დარღვევის გამო.

6 ივნისიდან დაშვებულია **საზოგადოებრივი და კერძო ღონისძიებების** გამართვა 300-მდე ადამიანის მონაწილეობით. მათ რიცხვში შედის მაგალითად: საოჯახო ღონისძიებები, ბაზრობა-გამოფენები, კონცერტები, თეატრალური წარმოდგენები, ფილმების ჩვენება და პოლიტიკურ და სამოქალაქო საზოგადოებრივი აქციები. ღონისძიების დანიშნულების გათვალისწინებით, აუცილებელია უსაფრთხოების წესების დაცვა და დამსწრეთა სიის შედგენა. ღონისძიებებში მონაწილეობის მიღებისას ასევე უნდა შეინარჩუნოთ 2 მეტრიანი დისტანცია და დაიცვათ ჰიგიენის და ქცევის წესები.

კერძო ღონისძიებებისთვის არ არის საჭირო უსაფრთხოების წესების დაცვა. თუმცა, ორგანიზატორი ვალდებულია შეადგინოს დამსწრეთა სია საკონტაქტო მონაცემებით (სახელი, გვარი, ტელეფონის ნომერი).

გთხოვთ, გაითვალისწინოთ:

- ღია ცის ქვეშ გამართული ღონისძიებები დაინფიცირების სავარაუდოდ ნაკლებ რისკს წარმოადგენენ, ვიდრე მცირე ზომის და ცუდად ვენტილირებად სივრცეში გამართული ღონისძიებები. თუმცა, მონაწილეობისას თქვენი პირადი პასუხისმგებლობა მნიშვნელოვანია. ამიტომ ნუ დაესწრებით ბევრ ღონისძიებას. ამან შესაძლოა თქვენი ახლო კონტაქტების გამოვლენა

გართულოს.

- ღონისძიებებზე დასწრებისას შეინარჩუნეთ 2 მეტრიანი დისტანცია და დაიცავით ჰიგიენის და ქცევის წესები. თუ იგივე ღონისძიებას კორონავირუსით ინფიცირებული პირი ესწრება, წესების მკაცრად დაცვის შემთხვევაში თავიდან აიცილებთ საკარანტინო რეჟიმზე გადასვლას.

მასშტაბური ღონისძიებები 1000-ზე მეტი ადამიანის მონაწილეობით აკრძალულია სავარაუდოდ 2020 წლის 31 აგვისტომდე.

რა უნდა გავითვალისწინოთ კვების ობიექტების სტუმრობისას?

კვების ობიექტებში მომსახურების მიღება (ჭამა-სმა) დაშვებულია მხოლოდ დამჯდარ მდგომარეობაში.

ასევე დაშვებულია კვების ობიექტების სტუმრობა დიდი შემადგენლობით. აქვე გასათვალისწინებელია შემდეგი წინაპირობები:

- ჯგუფის წევრები უნდა იცნობდნენ ერთმანეთს, რათა აუცილებლობის შემთხვევაში დადგინდეს კონტაქტები.
- მინიმუმ ერთმა პირმა უნდა დატოვოს საკონტაქტო ინფორმაცია.

სტუმრობის დროს დაიცავით შესაბამისი დაწესებულების წესები.

რა მოხდება, თუ ინფიცირებულთა რიცხვი შემცირების ნაცვლად მოიმატებს?

ეს დამოკიდებულია სიტუაციის განვითარებაზე. იმ შემთხვევაში, თუ ახალი ინფექციების რიცხვი კვლავ გაიზრდება, ფედერალური საბჭო გადაიტანს დაგეგმილი შეზღუდვების შემსუბუქებას ან უკვე არსებულ შემსუბუქებულ ზომებს ნაწილობრივ გააუქმებს. ამ შემთხვევაში ასევე შევა ცვლილებები უსაფრთხოების წესებში.

## დახმარების მიღება

როგორ მოვიქცე, თუ საავადმყოფოში ჩემს ენაზე ვერ მესაუბრებიან და ჩემი არ არ ესმით?

თავიდანვე მოითხოვეთ თარჯიმანი. არსებობს თარჯიმნის სატელეფონო მომსახურება. პროფესიონალი თარჯიმნების მომსახურებისას ოჯახის წევრთა თარჯიმნად მოყვანა აღარ დაგჭირდებათ და ამით მათი დაინფიცირების საფრთხეს შეამცირებთ. სამედიცინო მომსახურებისას ურთიერთგაგების უფლება გაქვთ.

სახლში უნდა დარჩეთ და სურსათი ან წამლები გჭირდებათ? ან დახმარების გაწევა გსურთ?

დაუკვირდით თქვენს გარშემო მყოფებს:

- შეგიძლიათ, ვინმეს დახმარება სთხოვოთ?
- ან შეგიძლიათ, ვინმეს დახმარება შესთავაზოთ?

დამატებითი შესაძლებლობები:

- მიმართეთ თქვენი დასახლების თვითმმართველობას
- გამოიყენეთ «Five up»-აპლიკაცია
- გაეცანით შემდეგ ვებგვერდს [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch) / [www.aide-maintenant.ch](http://www.aide-maintenant.ch)

ამ შემთხვევაშიც ვალდებული ხართ, მუდმივად განახორციელოთ და დაიცვათ ქცევის და ჰიგიენის წესები.

## ნერვიულობა ან მოსაუბრე გჭირდებათ?

აქ იხილავთ ინფორმაციას:

- ვებ-გვერდზე [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) / [www.როგორ\\_ამოვისუნთქო.გვ](http://www.როგორ_ამოვისუნთქო.გვ) / [www.santepsy.ch](http://www.santepsy.ch) / <http://www.salutepsi.ch> / [www.ფსიქიკური\\_ჯანმრთელობა.გვ](http://www.ფსიქიკური_ჯანმრთელობა.გვ)
- სატელეფონო კონსულტაციის ნომერი 143 (Die Dargebotene Hand/დახმარების ხელი)

## სახლში საფრთხე გემუქრებათ? საჭიროებთ დახმარებას ან მფარველობას?

- ვებ-გვერდზე [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch/](http://www.aiuto-alle-vittime.ch/) ([www.ძალადობის\\_მსხვერპლთა\\_და\\_დაზარალებულთა\\_დახმარება.გვ](http://www.ძალადობის_მსხვერპლთა_და_დაზარალებულთა_დახმარება.გვ)) ანონიმური კონსულტაციების და ტელეფონის ნომრებს და ვებ-ფოსტის მისამართებს მოიძიებთ შვეიცარიის მთელ ტერიტორიაზე.
- **სასწრაფო დახმარების საჭიროების შემთხვევაში დაუკავშირდით პოლიციას:** ტელეფონის ნომერი **117**

დამატებითი მნიშვნელოვანი ტელეფონის ნომრები:

- **სამედიცინო დახმარების გამოძახება** (სასწრაფო დახმარების მანქანა) **144: მოქმედებს** შვეიცარიის მთელ ტერიტორიაზე და 24 საათის განმავლობაში ყველა სამედიცინო გადაუდებელ დახმარებას გაგიწევთ.
- **ინფოხაზი** ახალი კორონავირუსის შესახებ: ტელეფონის ნომერზე **058 463 00 00** ახალი კორონავირუსის შესახებ შეკითხვებზე გიპასუხებენ.
- **შვეიცარიის ევანგელური ეკლესიების დახმარების ორგანიზაციის (HEKS/EPER) კორონავირუსის დახმარების ცხელი ხაზი** 10 ენაზე (ალბანური / არაბული / ბოსნიური-სერბული-ხორვატიული / ქურთული / სპარსული, დარი / პორტუგალიური / ესპანური / ტამილური / თიგრინია / თურქული): ტელეფონის **ნომერზე 0800 266 785** გიპასუხებენ კითხვებზე და მოგაწვდიან ინფორმაციას შვეიცარიაში კორონავირუსთან დაკავშირებული სიტუაციის და დახმარებების შესახებ. დამატებითი ინფორმაცია იხილეთ ვებგვერდზე: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **თუ ოჯახის ექიმი არ გყავთ: Medgate/მედეგითი** ტელეფონის ნომერზე **0844 844 911** 24 საათის ყოველ დღე (7 დღე) ს, წელიწადში 365 დღე მოგემსახურებათ.

## **სამსახურში დაბრუნება**

ფედერალური საბჭო კვლავაც გირჩევთ სახლიდან მუშაობას იმ მიზეზითაც, რომ თავიდან აიცილოთ პიკის საათებში საზოგადოებრივი ტრანპორტით მგზავრობა. თუმცა, დამსაქმებელი გადაწყვეტს, სამსახურში თქვენს დაბრუნების საკითხს და თარიღს.

თუ დასაქმებული ხართ და სხვა დაავადების გამო რისკგუფს მიეკუთვნებით, დამსაქმებელი ვალდებულია იზრუნოს თქვენს უსაფრთხოებაზე.



## კორონავირუსის ტესტები და კონტაქტების დადგენა შეაჩერებს ინფექციის გავრცელების ჯაჭვს.

### რატომ არის ეს ორი ღონისძიება ასე მნიშვნელოვანი.

იმისთვის, რომ ცხოვრების "ჩვეული" რეჟიმი შეძლებისდაგვარად აღდგეს, ინფექციის სიმპტომების მქონე ყველა ადამიანი დაუყოვნებლივ უნდა ჩაიტაროს ახალი კორონავირუსის ტესტი სიმპტომების მსუბუქი ფორმით გამოვლენის შემთხვევაშიც. ტესტის ჩატარების გარდა, ასევე, მნიშვნელოვანია ახლო კონტაქტების დადგენა და დასატურებულ შემთხვევასთან კონტაქტირებული პირის დადგენის მიზნით, მაგალითად რესტორანში. რადგან ინფიცირებული ადამიანი შესაძლებელია გადამდები იყოს, თუმცა თავს ჯერ კიდევ ჯანმრთელად გრძნობდეს. ასე რომ, ტესტების ჩატარებით და კონტაქტების დადგენით შესაძლებელია ინფექციის გავრცელების ჯაჭვის შეჩერება.

### თუ კორონავირუსის ტესტი დადებითია, მაშინ იწყება კონტაქტების დადგენა

- კანტონის მმართველი ორგანოები ინფიცირებულ პირთან ერთად ადგენენ მის ახლო კონტაქტებს.
- მმართველი ორგანოები აწვდიან ინფორმაციას და დასატურებულ შემთხვევასთან კონტაქტირებულ პირებს შესაძლო ინფიცირების შესახებ და გაცემენ ქვევის რეკომენდაციებს.
- მაშინაც კი, თუ ამ პირებს სიმპტომები არ აქვთ, ისინი საკარანტინო რეჟიმზე უნდა გადავიდნენ. კარანტინის ხანგრძლივობა განსაზღვრულია 10 დღით ინფიცირებულ პირთან ბოლო კონტაქტიდან.
- თუ ამ პერიოდში ინფექცია არ გამოვლინდა, მმართველი ორგანოები აუქმებენ საკარანტინო რეჟიმს.

### თუ კანტონის მმართველი ორგანოების მიერ დადგენილ პირს სიმპტომები აქვს.

- პირი დაუყოვნებლივ უნდა გადავიდეს იზოლაციაში და ჩაუტარდეს ახალი კორონავირუსის ტესტი.
- თუ კორონავირუსის ტესტი დადებითია, კანტონის მმართველი ორგანოები დაადგენენ ახლო კონტაქტებს.

### თუ საკარანტინო რეჟიმზე მყოფ პირს სიმპტომები გამოუვლინდა.

- პირი დაუყოვნებლივ უნდა გადავიდეს იზოლაციაში და
- ჩაუტარდეს ახალი კორონავირუსის ტესტი
- თუ კორონავირუსის ტესტი დადებითია, კანტონის მმართველი ორგანოები დაადგენენ ახლო კონტაქტებს.
- რადგან პირი უკვე საკარანტინო რეჟიმში იმყოფება, ახლო კონტაქტების რაოდენობა- ასეთის არსებობის შემთხვევაში- ძალიან მცირდება. ამით კარანტინით ინფექციის გავრცელების ჯაჭვი წყდება.

### კონტაქტების დადგენის აპლიკაცია, სვისკოვიდი (SwissCovid)

ახალი კორონავირუსის გავრცელების შესაფერხებლად ფედერალური ჯანდაცვის უწყება (BAG) აპლიკაციას გაუშვებს. აპლიკაცია მომხმარებელს მიაწვდის ინფორმაციას ინფიცირებულ პირთან ახლო კონტაქტის შესახებ, რომელსაც პირადად არ იცნობს. ამასთანავე, მომხმარებელთა კონფიდენციალურობა მთავარი პრიორიტეტია - პერსონალური ინფორმაციის შენახვა მონაცემთა ცენტრალურ ბაზაში არ დაიშვება.

ასე დავიცავთ თავს

ფედერალური საბჭო



## რა არის ახალი კორონავირუსი? რა არის სარს-კოვიდ-2 და რა არის კოვიდ-19?

ახალი კორონავირუსი 2019 წლის ბოლოს ჩინეთის ცენტრალურ ქალაქ ვუჰანში ფილტვების ანთების უჩვეულო სიხშირის გამო გამოაშკარავდა. ვირუსს ეწოდა SARS-CoV-2 და განეკუთვნება იმავე პათოგენთა ოჯახს, როგორც «ახლო აღმოსავლეთის რესპირატორული სინდრომი» MERS და «მძიმე მწვავე რესპირატორული სინდრომი» SARS.

ახალი კორონავირუსით გამოწვეულ დაავადებას ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციამ 2020 წლის 11. თებერვალს ოფიციალური სახელი უწოდა: კოვიდ-19/COVID-19, ანუ «coronavirus disease 2019» ან გერმანულად «Coronavirus-Krankheit 2019».

ამჟამად არსებული ინფორმაციით დგინდება, რომ ადამიანებს ვირუსი ცხოველებისგან გადაედო და ახლა ის ადამიანიდან ადამიანზე ვრცელდება. დაავადების წარმოშობის საწყისი წყარო, სავარაუდოდ, ქალაქ ვუჰანში არსებული თევზებისა და ცოველების ბაზარია, რომელიც ჩინურმა უწყებებმა ამასობაში დახურეს.

დამატებითი ინფორმაცია: [www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(გერმანულ, ფრანგულ, იტალიურ, ინგლისურ ენებზე)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

**Bundesamt für Gesundheit BAG**  
**Office fédéral de la santé publique OFSP**  
**Ufficio federale della sanità pubblica UFSP**  
**Federal Office of Public Health FOPH**