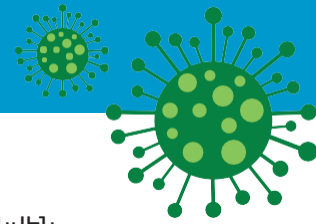


COVID-19



Տանը COVID-19-ի Տարածումը Կանխելու Ուղիներ

Եթե դուք վարակված եք COVID-19-ով, մեծ վտանգ կա, որ ձեր տան մյուս անդամները կվարակվեն ձեզնից: Սակայն կան գործողություններ, որոնք դուք կարող եք անել՝ ձեր տանը COVID-19-ի տարածումը նվազեցնելու համար:

COVID-19-ով Վարակված Անձինք

- Մեկուսացե՛ք սենյակում և դուռը փակ պահե՛ք: Դուրս եկե՛ք սենյակից միայն անհրաժեշտության դեպքում: Խնդրե՛ք տան մյուս անդամներին ձեր դռան առջև թողնել ուտելիքը, խմիչքը և այլ իրերը:
- Մնացե՛ք տանը՝ բացառությամբ, եթե պիտի բուժօգնություն ստաք: Մի՛ ընդունե՛ք այցելուներ:
- Հնարավորության դեպքում օգտվե՛ք առանձին լոգարանից/զուգարանից: Ախտահանե՛ք այն յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո:
- Հաճախ լվացե՛ք կամ ախտահանե՛ք ձեր ձեռքերը:
- Ուրիշների շրջապատում գտնվելիս կրե՛ք բարձր պաշտպանության դիմակ:
- Հետևե՛ք ph.lacounty.gov/covidisolation կայքէջում ներկայացված մեկուսացման հրահանգներին:



COVID-19-ով Վարակված Անձի Հետ Ապրող Անձինք

- Հնարավորինս օդափոխե՛ք ձեր տունը: Բացե՛ք պատուհանները և օգտագործե՛ք օդափոխիչներ՝ օդը դուրս մղելու համար, կամ օգտագործե՛ք օդը մաքրող սարքեր՝ օգնելու համար ազատվել COVID-19 վիրուսի մասնիկներից:
- Հեռացրե՛ք անձնական իրերը ընդհանուր օգտագործման տարածքներից և խուսափե՛ք այնպիսի իրերի համատեղ օգտագործումից, ինչպիսիք են սպասքը, բաժակները, սրբիչները և հեռախոսները:
- Հաճախ մաքրե՛ք հաճախակի հպման մակերեսները:
- Ընդհանուր լոգասենյակից /զուգարանից օգտվելու դեպքում բացե՛ք պատուհանը կամ միացրե՛ք օդափոխիչը և սպասե՛ք 30 րոպե COVID-19-ով վարակված անձի՝ լոգարանից օգտվելուց հետո: Ավելի շուտ լոգարան մտնելու դեպքում կրե՛ք բարձր պաշտպանության դիմակ:
- Հետևե՛ք ph.lacounty.gov/covidcontacts կայքէջում ներկայացված թեստավորման, դիմակների, աշխատանքի և կարանտինի հրահանգներին:

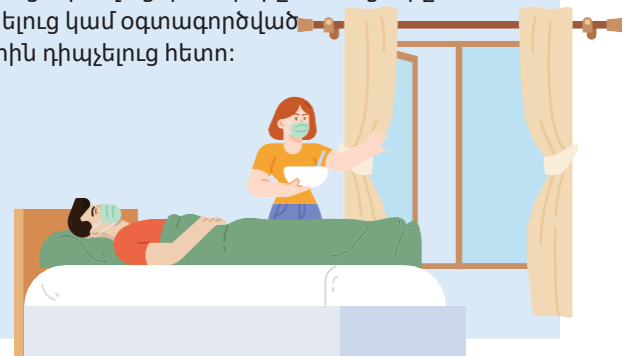
Կրե՛ք բարձր պաշտպանության դիմակ

- Դեմքը լավ գրկող և զտող դիմակ կրելը տան բոլոր անդամներին անվտանգ պահելու լավագույն միջոցներից մեկն է:
- Բոլորը պետք է կրեն դիմակ այլ անձանց հետ սենյակում գտնվելիս: Սա հատկապես կարևոր է COVID-19-ով հիվանդ անձի խնամակալի և յուրաքանչյուրի համար, ով գտնվում է բարձր վտանգի ներքո:
- Կրե՛ք պաշտպանիչ դիմակ (N95, KN95, KF94) կամ կրկնակի դիմակ (բժշկական դիմակի վրայից կտորե դիմակ):
 - 2 տարեկանից փոքր երեխաները չպետք է դիմակ կրեն: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար տե՛ս ph.lacounty.gov/masks:



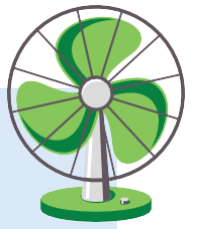
COVID-19-ով վարակված անձի խնամք

- Հնարավորության դեպքում ապահովե՛ք, որ տանը COVID-19-ով վարակված անձի խնամքը ապահովի մեկ անձ, ում համար վարակվելու վտանգը փոքր է:
- Սահմանափակե՛ք խնամակալի՝ COVID-19-ով հիվանդ անձի մոտ անցկացվող ժամանակը:
- Խնամելիս կրե՛ք պաշտպանիչ դիմակ և ձեռնոցներ: Լվացե՛ք ձեռքերը ձեռնոցները հանելուց կամ օգտագործված իրերին դիպչելուց հետո:

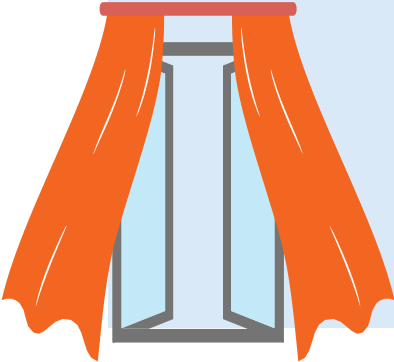


Ձանգահարե՛ք Հանրային Առողջության Վարչության COVID-19-ի տեղեկատվական գիծ՝ 833-540-0473 հեռախոսահամարով (ամեն օր՝ առավոտյան 8:00-ից երեկոյան 20:30-ը): Օպերատորները կարող են օգնել գտնել մեկուսացման կամ կարանտինի վայր, պատասխանել ձեր COVID-19-ի վերաբերյալ հարցերին և տրամադրել այլ օգտակար աղբյուրներ:

Մեկուսացումը փոքր տարածքներում



Մեկուսացումը և կարանտինը կարող են դժվար լինել, հատկապես, եթե տարածքը սահմանափակ է: Եթե COVID-19-ով հիվանդ անձը չի կարող մեկուսացվել առանձին տարածքում, ձեռնարկեք այլ նախագրուշական միջոցառումներ՝ օգնելու կանխել տարածումը, կամ զանգահարեք **Հանրային Առողջության Վարչության COVID-ի տեղեկատվական գիծ՝ 833-540-0473 հեռախոսահամարով:** Օպերատորները կարող են օգնել գտնել ապահով մեկուսացման վայր՝ տնից դուրս:



- Բաց պատուհանի մոտ տարածք հատկացրեք COVID-19-ով վարակված անձի (անձանց) համար:
- Հեռավորություն պահպանեք մյուսներից և միասին սենյակում գտնվելիս կրեք բարձր պաշտպանության դիմակ:
- Ապահովեք լավ օդափոխություն տանը: Բաց պահեք պատուհանները: Տեղադրեք օդափոխիչ COVID-19-ով հիվանդ անձին ամենամոտ պատուհանի մոտ՝ օդը դուրս մղելու համար: Տե՛ս [CDC-ի Օդափոխության Բարելավումը Ձեր Տանը](#) կայքէջը:
- Տեղադրեք մահճակալները միմյանցից հնարավորինս հեռու, լավագույնը՝ առնվազն 6 ոտնաչափ հեռավորության վրա: Եթե դա հնարավոր չէ, քնեք ոտք-գլուխ դիրքով:

Ծանր հիվանդանալու ավելի մեծ վտանգի ներքո գտնվող անձինք

- 65 տարեկան և ավելի բարձր տարիքի անձինք և նրանք, որոնք ունեն լուրջ առողջական խնդիր, գտնվում են ծանր հիվանդանալու ավելի մեծ վտանգի ներքո COVID-19-ով վարակվելու դեպքում: Սա ներառում է հղիներին և նրանց, ովքեր վերջերս են ծննդաբերել:
- Հնարավորության դեպքում COVID-19-ով վարակված անձանց մեկուսացրեք տան մյուս անդամներից, որոնց համար վտանգը մեծ է: Բարձր վտանգի գոտում գտնվող անձինք **ՉՊԵՏՔ** է ինսամեն COVID-19-ով հիվանդ անձի կամ ինսամբ ստանան նրանից:



Բազմատերունդ և բազմանդամ ընտանիքներ

- Այսպիսի ընտանիքներում մեծ է տանը COVID-19-ի տարածման վտանգը:
- Կարող է տարօրինակ կամ անհարմար լինել տանը դիմակ կրելը կամ COVID-19-ով վարակված անդամին տան մյուս անդամներից մեկուսացնելը: Սակայն դա կօգնի բոլորին ապահով լինել: Ձեր ընտանիքը միայն կարիք կունենա հետևելու անվտանգության լրացուցիչ նախագրուշական միջոցառումներին սահմանափակ ժամանակով:



Պատվաստումը ձեզ և ձեր սիրելիներին COVID-19-ից պաշտպանելու լավագույն միջոցն է: Մարդիկ, ովքեր պատվաստված չեն, գտնվում են COVID-19-ով վարակվելու և ծանր հիվանդանալու վտանգի ամենաբարձր գոտում:

5 տարեկան և ավելի բարձր տարիքի յուրաքանչյուր անձ պետք է պատվաստվի COVID-19-ի դեմ, որը կօգնի պաշտպանվել COVID-19-ից : Սա ներառում է առաջարկվող լրացուցիչ կամ խթանիչ դեղաչափերով պատվաստվելը:



- Վտանգի բարձր գոտում գտնվող մարդիկ, որոնք վարակվում են COVID-19-ով, պետք է խոսեն իրենց բժշկի հետ COVID-19-ի դեղամիջոցների մասին, որոնք կարող են կանխել ծանր հիվանդանալը: Դեղամիջոցները լավագույնս գործում են, երբ դրանք ընդունվում են ախտանիշների սկսվելուց հետո հնարավորինս շուտ: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար տե՛ս՝ ph.lacounty.gov/covidmedicines:



Լրացուցիչ տեղեկությունների համար սկանավորեք QR ծածկագիրը կամ այցելեք՝ ph.lacounty.gov/covidisolation:

Prevent Spread at Home 4/13/22 (Armenian)

