

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես շրջանի հանրային առողջապահության Ուղեցույց կրոնական կազմակերպությունների

Լոս Անջելես շրջանի Հանրային առողջապահության վարչությունը (Հանրային առողջապահություն) խնդրում է ձեր աջակցությունը՝ նախապատրաստվելու և օգնելու կանխել նոր կորոնավիրուսի տարածումը Լոս Անջելես շրջանում: Ամբողջ աշխարհում շարունակում է աճել այս վիրուսով վարակված մարդկանց թիվը՝ առաջացնելով «կորոնավիրուս հիվանդություն 2019» (կրճատ՝ COVID-19) Չինաստանում և այլուր: Ըստ Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների և Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպության՝ ներկայիս համաշխարհային միտումները վկայում են, որ վիրուսի տարածումն աշխարհով մեկ կարող է շարունակվել: Մենք պետք է պատրաստ լինենք կանխարգելել այս վիրուսի տարածումը տեղական մակարդակում:

Թեև COVID-19-ի անմիջական վտանգը Լոս Անջելեսի հանրության առողջությանը դեռևս համարվում է ցածր, Հանրային առողջապահության վարչությունը քայլեր է ձեռնարկում այս վիրուսի տարածումը կանխելու համար: Մենք խստորեն հորդորում ենք, որ բոլոր կազմակերպությունները վերանայեն և թարմացնեն իրենց շտապ օգնության ծրագրերը և քննարկեն հիմնական ծրագրերը շարունակելու եղանակները, եթե տեղում կատարվող գործողությունները ժամանակավորապես կրճատվեն:

Մեզ անհանգստացնում է այն հարցը, թե ինչպես կարող է COVID-19-ի որևէ դեպքը այնպիսի հավաքի ժամանակ, ինչպես, օրինակ, երկրպագության վայրում, ազդել ձեր համայնքի վրա: Մենք ցանկանում ենք ձեզ տրամադրել որոշ ընդհանուր տեղեկություններ COVID-2019-ի մասին, ինչպես նաև խորհուրդներ, որոնք կօգնեն կանխարգելել շնչառական վարակների, այդ թվում՝ COVID-19-ի տարածումը ձեր կրոնական կազմակերպությունում: Մենք հորդորում ենք ձեզ այցելել Հանրային առողջապահության վարչության կայք՝ ստուգելու այնպիսի աղբյուրներ, ինչպիսիք են՝ Ուղեցույց բիզնեսի և գործատուների համար, Հաճախակի տրվող հարցեր և Ինֆոգրաֆիկա՝ <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

Ընդհանուր տեղեկություններ

Ի՞նչ է նոր կորոնավիրուսը:

Կորոնավիրուսները վիրուսների մեծ ընտանիք են: Դրանցից շատերը վարակում են կենդանիներին, սակայն որոշ կորոնավիրուսներ կարող են կենդանիներից փոխակերպվել (փոխվել) նոր մարդկային կորոնավիրուսի, որը կարող է տարածվել մարդուց մարդ: Հենց այսպես է եղել ներկայումս տարածված նոր կորոնավիրուսի դեպքում: Մարդկանց մոտ կորոնավիրուսները կարող են առաջացնել մեղմից մինչև միջին ծանրության հիվանդություն, ինչպես սովորական մրսածությունը: Այնպիսի վիրուսները, ինչպիսիք են ԾԸՍԸՅ-ը (ծանր ընթացքով սուր շնչառական համախտանիշը) և ՄԱԸՅ-ը (Մերձավոր Արևելքի շնչառական համախտանիշը), առաջացնում են այնպիսի լուրջ վարակներ, ինչպիսին թոքաբորբն է:

Որո՞նք են COVID-19-ի ամենատարածված ախտանիշները:

Մինչ օրս ստացված տեղեկությունները ցույց են տալիս, որ այս նոր վիրուսն առաջացնում է նույնատիպ ախտանիշներ, ինչպիսիք առաջանում են շնչառական հիվանդությունների դեպքում, ինչպես, օրինակ, հազ, ջերմություն, որոշ դեպքերում՝ դժվարացած շնչառություն կամ շնչահեղձություն:

Ինչպե՞ս են տարածվում կորոնավիրուսները:

Ինչպես մյուս շնչառական հիվանդությունները, օրինակ, գրիպը, մարդու կորոնավիրուսները առավել հաճախ տարածվում են վարակված մարդուց հետևյալ ախտանիշների միջոցով՝

- Օդակաթիլային ճանապարհով՝ հազալու և փռշտալու,
- Սերտ անձնական շփում, օրինակ, վարակված մարդու խնամք,
- Երբ անձը դիպչում է այնպիսի առարկայի կամ մակերեսի, որի վրա եղել է վիրուսը, ապա դիպչում է իր

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես շրջանի հանրային առողջապահության Ուղեցույց կրոնական կազմակերպությունների

բերանին, քթին կամ աչքերին:

Նոր կորոնավիրուսը նոր է, և մենք ամեն օր իմանում ենք, թե որքան հեշտորեն է այն տարածվում, և որքան ժամանակում է մարդը հիվանդանում:

Ինչպե՞ս կարող եմ ինքս ինձ և այլ անձանց պաշտպանել այնպիսի շնչառական վարակներից, ինչպիսին նոր կորոնավիրուսն է:

Կան քայլեր, որ յուրաքանչյուր անձ կարող է ձեռնարկել ամեն օր՝ շնչառական հիվանդությունների, այդ թվում՝ նոր կորոնավիրուսի տարածումը կանխելու համար:

Ամենօրյա անձնական կանխարգելիչ գործողություններ՝

- Հիվանդ ժամանակ մնացեք տանը: Մնացեք տանը առնվազն 24 ժամ այն բանից հետո, երբ այլևս չունեք ջերմություն կամ ջերմության ախտանիշներ՝ առանց ջերմիջեցնող դեղորայքի օգտագործման:
- Հաճախակի լվացեք ձեռքերը ջրով ու օճառով առնվազն 20 վայրկյան: Եթե ձեռքի տակ չկա օճառ և ջուր, օգտագործեք առնվազն 60% սպիրտային հիմքով ձեռքերի լվացման միջոց:
- Հազալիս և փռտալիս ծածկեք բերանը անձեռոցիկով, ապա դեմ նետեք անձեռոցիկը և անմիջապես մաքրեք ձեռքերը: Եթե չունեք անձեռոցիկ, օգտագործեք հագուստի թևքը (ոչ թե ձեռքերը):
- Սահմանափակեք հիվանդ մարդկանց հետ սերտ շփումը:
- Մաքրեք և ախտահանեք այն առարկաներն ու մակերեսները, որոնց հաճախակի դիպչում եք, օգտագործելով սովորական կենցաղային մաքրող միջոցներ կամ անձեռոցիկներ:

[Կրոնական կազմակերպություններ]

Ի՞նչ կանխարգելիչ միջոցներ պետք է ձեռնարկվեն կազմակերպությունների մակարդակով՝ նվազեցնելու շնչառական վիրուսների, օրինակ՝ COVID-19-ի տարածումը:

- Տեղեկացրեք և շեշտեք անձնական կանխարգելիչ ամենօրյա գործողությունների կարևորությունը:
- Զաջալերեք և աջակցեք անձնակազմին, կամավորներին և ձեր հավաքների անդամներին հիվանդ ժամանակ մնալ տանը: Հիշեցրեք նրանց մնալ տանը և աշխատանքի չգնալ, առանց ջերմիջեցնող դեղորայքի ընդունման ջերմությունից ազատվելուց հետո առնվազն 24 ժ:
- Տրամադրեք հիգիենայի բավարար պարագաներ, ներառյալ՝ ձեռքերի լվացման մաքուր և գործող կայաններ, ինչպես նաև ձեռքերի լվացման սպիրտային հիմքով միջոցներ:
- Հնարավորության դեպքում նվազագույնի հասցրեք սերտ շփումը և առարկաների համատեղ օգտագործումը, ներառյալ՝ սննդի և խմիչքի: Սա ներառում է այնպիսի գործողությունների սահմանափակում, ինչպես, օրինակ, համայնական հաղորդության բաժակների և նշխարների համատեղ օգտագործումը, ինչպես նաև այնպիսի գործողությունները, որոնք ներառում են հավաքի մասնակիցների ձեռքսեղմումներ կամ գրկախառնություններ՝ որպես ողջույնի մաս:
- Կանոնավոր կերպով մաքրեք և ախտահանեք այն մակերեսներն ու առարկաները, որոնց հաճախակի դիպչում եք, օրինակ՝ դռների բռնակները, բազրիքները, աշխատանքային սեղանները, ծորակների բռնակները և հեռախոսները: Օգտագործեք սովորական մաքրող միջոցներ և հետևեք պիտակի ցուցումներին:

Ի՞նչ պետք է պատրաստվի անել մեր կազմակերպությունը, եթե առաջանա COVID-19-ի տարածման բարձր վտանգ:

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես շրջանի հանրային առողջապահության Ուղեցույց կրոնական կազմակերպությունների

COVID-19-ի համայնքային տարածման վտանգի ավելացումը կնշանակի հանրությանը սպառնացող աճող վտանգի առկայություն և լրացուցիչ նախազգուշական միջոցների անհրաժեշտություն՝ կանխելու տեղական համայնքում վարակման վտանգը: Կազմակերպությունները պետք է ծրագիր ունենան և պատրաստ լինեն իրականացնել այս լրացուցիչ գործողությունները, եթե այդպիսի առաջարկ լինի Հանրային առողջապահության վարչության կողմից:

- Ունեցեք ծրագիր՝ ձեր անձնակազմի և հավաքի անդամների հետ շփվելու համար:
- Թույլ տվեք աշխատակիցներին և կամավորներին մնալ տանը, եթե նրանց տանը կա հիվանդ մարդ, կամ ընդհատվել է դպրոցների աշխատանքը:
- Նվազեցրեք ձեր կազմակերպության աշխատակիցների կամ կամավորների միջև շփման հաճախությունը: Հնարավորության դեպքում առաջարկեք օգտվել հեռահաղորդակցման միջոցներից և անհատական հանդիպումները փոխարինեք տեսա- կամ հեռախոսային կոնֆերանսներով:
- Կիրառեք հիմնական ծրագրերը շարունակելու եղանակներ, եթե տեղում կատարվող գործողությունները ժամանակավորապես կրճատվել են:
- Պաշտամունքի վայրերը գուցե ստիպված լինեն քննարկել ծառայությունների կասեցումը, եթե զգալի թվով անդամներ սերտ շփում են ունեցել նոր կորոնավիրուսով վարակված անձի հետ: Անհրաժեշտության դեպքում այդպիսի անձինք (սերտ շփում ունեցած անձինք) կարանտինի մեջ կպահվեն վերջին ազդեցությունից հետո մինչև 14 օր: Մեծաթիվ կրոնական վայրերի լայնածավալ փակման կոչ կլինեն, եթե առկա լինեն համայնքում վիրուսի զգալի տարածում, որը հնարավոր չէր լինի վերահսկել այլ ռազմավարությունների միջոցով:
- Փոփոխեք, հետաձգեք կամ չեղարկեք համայնքային մեծ միջոցառումները, որտեղ մարդիկ տևական ժամանակ սերտ շփում են ունենում այլ մարդկանց հետ: Հնարավոր է՝ անհրաժեշտություն լինի չեղարկել կամ փոփոխել այսպիսի միջոցառումները, եթե որևէ համայնքում կամ մի քանի տարբեր համայնքներում գրանցվի վարակի զգալի տարածում: Մենք աշխատելու ենք կրոնական կազմակերպությունների և պաշտամունքի վայրերի հետ՝ վտանգը գնահատելու և այն մեղմացնելու արդյունավետ ռազմավարություններ մշակելու համար: Եթե Շրջանում զգանք դեպքերի կտրուկ աճ, մենք կարող ենք կոչ անել չեղարկել տարբեր տեսակի հանրային միջոցառումները:

Տեղեկությունների համար հանրությունը կարող է շարունակել զանգահարել 2-1-1 հեռախոսահամարով: Մենք կցել ենք Հաճախակի տրվող հարցեր (ՀՏՀ)՝ Ձեր աշխատակիցների և հավաքների անդամներին տեղեկություններ հաղորդելու COVID-19-ի և անձնական կանխարգելիչ միջոցների մասին: