Հաճախակի Տրվող Հարցեր (FAQ)

Նոր տիպի Կորոնավիրուսային Հիվանդություն (COVID-19)

1. Ի՞նչ է կորոնավիրուսը:

Կորոնավիրուսները պատկանում են վիրուսների մի մեծ ընտանիքին: Նրանցից շատերը վարակում են միայն կենդանիներին, բայց որոշ կորոնավիրուսներ կենդանիներից կարող են զարգանալ (փոխվել) և դառնալ մարդկային նոր տիպի կորոնավիրուս, որը կարող է տարածվել մի մարդուց մեկ այլ մարդու: Ահա թե ինչ է տեղի ունեցել SARS-CoV-2 նոր կորոնավիրուսի հետ, որն առաջացնում է COVID-19 հիվանդությունը: Մարդկանց մոտ կորոնավիրուսներից առաջացած հիվանդությունները սովորաբար դրսևորվում են մեղմ կամ միջին հիվանդություններով, ինչպես, օրինակ, սովորական մրսածությունը:

2. Ինչպե՞ս են տարածվում կորոնավիրուսները:

Ինչպես շնչառական այլ հիվանդություններ, օրինակ՝ գրիպը, մարդկային տիպի կորոնավիրուսները սովորաբար փոխանցվում են ուրիշներին վարակված մարդկանց միջոցով, ում մոտ առաջացել են ախտանիշները՝հետևյալ ձևերով.

- Հազի և փռշտոցի միջոցով արտադրված կաթիլներով
- Մերտ անձնական շփման, օրինակ՝ վարակված մարդ խնամելիս
- Վարակված որևէ առարկայի կամ մակերեսի դիպչելուց հետո, առանց ձեռքերը լվանալու դիպչել եք ձեր բերանին, քթին կամ աչքերին

3. Որո՞նք են COVID-19-ի ախտանիշները:

Գրանցված դեպքերը տատանվում են մեղմ ախտանիշներ ունեցող մարդկանցից մինչև լուրջ հիվանդ մարդիկ որոնք հիվանդանոց տեղափոխվելու կարիք են ունեցել և դեպքեր երբ մարդիկ մահացել են: :

Ախտանիշները ներառում են՝

- Բարձր ջերմություն
- Հազ
- Շնչարգելություն

4. Ի՞նչ անեմ, եթե այդ ախտանիշներն ունեմ:

Փորձը ցույց է տալիս, որ գրիպի նման, մարդկանց մեծամասնությունը կունենա մեղմ ախտանիշներ և պետք է մնա տանը առողջանալուց հետո առնվազն 3 օր (72 ժամ), ինչը նշանակում է, որ ջերմությունը իջել է առանց ջերմիջեցնող դեղերի օգտագործման, իսկ շնչառական ախտանշանները (օրինակ՝ հազ, դժվարացած շնչառություն)բարելավվել են,

Կարևոր է

- COVID-19- ը տարածվում է սերտ անձնական շփման կամ վարակված առարկային կամ մակերեսին դիպչելու միջոցով:
- Բոլորը պետք է մնան տանը, եթե նրանց պետք չէ ստանալ կարևոր ծառայություններ կամ եթե անհրաժեշտ աշխատանք եք կատարում :
- Միշտ մնացեք տանը և ինքնամեկուսացեք բոլորից, եթե ունեք ջերմություն, հազ կամ դժվարացած շնչառություն
- Հանրային Առողջապահության Վարչությանը (Public Health) անհրաժեշտ է ձեր օգնությունը՝ սոցիալական հեռավորության պայմանը գործադրելու համար, որպեսզի միասին դանդաղեցնենք նոր տիպի կորոնավիրուսի տարածումը Լոս Անջելես Շրջանում:
- Եթե ունեք լրացուցիչ հարցեր, զանգահարեք 211:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար՝

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն

(LACDPH)

Զանգահարեք 2-1-1

http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/

Հիվանդությունների Վերահսկման և Կանխարգելման Կենտրոններ (CDC)
http://www.cdc.gov/coronavirus/ novel-coronavirus-2019.html

ԵՎ առնվազն 7 օր է անցել *ձեր առաջին ախտանիշների հայտնվելուց:*

Տարեց մարդիկ, հղի կանայք և իմունոդեֆիցիտ կամ այլ առողջական խնդիրներ ունեցող մարդիկ, ում մոտ ի հայտ են եկել այս ախտանիշները, պետք է ավելի շուտ բժշկի դիմեն: Եթե դժվարանում եք շնչել կամ փսխում եք, ապա գնացեք շտապ օգնության կենտրոն, զանգահարեք 911 կամ ձեր բժշկին:

Հավելյալ տեղեկությունների համար, կարդացեք. Տնային խնամքի ցուցումներ՝ շնչառական ախտանշաններ ունեցող մարդկանց համար: Եթե հաստատված է, որ դուք COVID-19 ունեք, հետևեք Կորոնավիրուս -2019 (COVID-19) ունեցող մարդկանց համար տնային մեկուսացման ցուցումներին:

Պարտադիր տեղեկացրեք ձեր բոլոր մտերիմներին և այն անձանց, ում հետ դուք սերտ շփվել եք, որպեսզի նրանք 14 օր կարանտինում անցկացնեն ձեզ հետ վերջին անգամ շփվելուց սկսած: Մտերիմները և սերտ շփումները ներառում են տան բոլոր անդամներին, ցանկացած սեռական կապեր և բոլոր այն մարդկանց, ովքեր ավելի քան 10 րոպե գտնվում են ձեզանից 6 ոտնաչափի սահմաններում՝ սկսած ձեր ախտանիշների դրսևորումից 48 ժամ առաջ, և մինչև ձեր մեկուսացման շրջանի ավարտը: Բացի այդ, յուրաքանչյուր ոք, ով կապ է ունեցել ձեր արտաթորումների և/ կամ հեղուկների հետ (օրինակ, հազացել կամ փռշտացել եք ընդհանուր օգտագործման սպասքի վրա, ձեր թուքի հետ գործ է ունեցել, և կամ խնամել է ձեզ առանց պաշտպանիչ հանդերցանքի), պետք է լինի կարանտինում: հավելյալ ցուցումների համար. տես՝ Տնային կարանտինի ուղեցույցը՝ COVID-19-ով վարակված մարդկանց համար:

5. Կարո՞ղ եմ անալիզ (թեստ) հանձնել կորոնավիրուսի համար:
Մարդկանց մեծամասնությունը կառողջանա ուղղակի հանգստանալով եթե նրանց մոտ մեղմ ախտանիշներ կան, ուստի կարիք չկա բժշկի դիմել անալիզի համար: Եթե շնչառական դժվարություն ունեք կամ փսխում եք, ապա դիմեք բժշկին կամ, եթե շտապ օգնության կարիք ունեք, զանգահարեք 911: Որոշ հիվանդներ, օրինակ՝ տարեց մարդիկ, իմունոդեֆիցիտ կամ այլ առողջական խնդիրներ ունեցող մարդիկ, պետք է ավելի շուտ բժշկի դիմեն: Հարցեր ունենալու դեպքում նախ զանգահարեք կլինիկա կամ ձեր բժշկին նախքան գնալը:

Մենք խորհուրդ չենք տալիս, որ ախտանիշ չունեցող անձինք անալիզհանձնեն COVID-19-ի համար, բայց եթե դուք անալիզը հանձնեք, չնայած որ ախտանիշներ չունեք, և ձեր պատասխանը դրական լինի, դուք պետք է մնաք տանը և ոչ մեկի հետ չշփվեք առնվազն 7 օր սկսած անալիզ տալու պահից: Եթե ձեր անալիզը բացասական է, դուք պետք է շարունակեք տանը մնալ, եթե միայն կարևոր բիզնեսի աշխատող չեք, կամ կարևոր ծառայությունից օգտվելու կարիք ունեք: Տանից դուրս գալիս, կիրառեք սոցիալական հեռավորություն պահպանելու վարվելակերպը՝ առնվազն 6 ոտնաչափ հեռու մնալով մյուսներից և կտորե դիմակ կրելով, երբ տանից դուրս շփվում եք այլ մարդկանց հետ: Կարևոր է նշել, որ թեստի բացասական պատասխանը կարող է ուղղակի նշանակել, որ թեստը անելու պահին դուք վարակված չէիք, բայց դուք դեռևս կարող եք վարակվել ավելի ուշ, այսինքն կարևոր է շարունակել կանխարգելիչ միջոցառումների կիրառումը, ինչպիսիք են՝ ֆիզիկական հեռավորության պահպանումը և ձեռքերը հաճախակի լվանալը:

Եթե անալիզ եք հանձնել կարանտինում եղած ժամանակ, չնայած որ չունեք ախտանիշներ, և ձեր պատասխանը դրական է, ապա մնացեք տանը և ոչ մեկի հետ մի շփվեք առնվազն 7 օր, սկսած անալիզի հանձման պահից: Այդ նույն օրը կավարտվի նաև ձեր կարանտինի շրջանը:

Մյուս կողմից, եթե դուք հանձնել եք անալիզ , չնայած որ չունեք ախտանիշներ, և ձեր պատասխանը

բացասական է, դուք դեռ պետք է մնաք կարանտինում 14 օր, սկսած COVID-19-ով հիվանդ կամ COVID-19-ի ախտանիշներ ունեցող մարդու հետ վերջին շփման պահից: Հավելյալ մանրամասների համար, տես՝ Թեստի արդյունքներ ուղեցույցը:

6. Ինչպե՞ս են բուժում նոր տիպի կորոնավիրուսը:
COVID-19-ի առաջացրած հիվանդության համար հատուկ բուժում չկա: Այնուամենայնիվ, ախտանիշներից շատերը կարելի է բուժել: Բուժումը հիմնված է հիվանդի առողջական վիճակի վրա:

Ներկայումս նոր տիպի կորոնավիրուսը կանխելու համար պատվաստանյութ չկա: Զգուշացեք խաբեբաներից, ովքեր վաճառում են կեղծ ապրանքներ և պնդում, որ դրանք օգնում են կանխել կամ բուժել այս վարակը:

7. Ի՞նչ կարող եմ անել, որպեսզի պաշտպանեմ COVID-19-ից ինձ և ուրիշներին: :
Կան քայլեր, որոնց յուրաքանչյուրը ամեն օր կարող է հետևել՝ նվազեցնելով COVID-19-ով հիվանդանալու կամ ուրիշներին վարակելու ռիսկը: Դուք պետք է՝

- Հետևեք սոցիալական հեռավորության պայմանին՝ Առողջապահության Վարչության հրամաններին համաձայն: Սա նշանակում է, որ բոլորը պետք է մնան տանը, եթե նրանց պետք չէ ստանալ կարևոր ծառայություններ կամ գնալ աշխատանքի: Իսկ երբ դուրս եք գալիս, աշխատեք ուրիշներից պահպանել 6 ոտնաչափ հեռավորությունը:
- **Եթե դուք կարևոր ոլորտում եք աշխատում, մնացեք տանը, երբ հիվանդ եք:**
- Ձեռքերը լվացեք օճառով և ջրով առնվազն 20 վայրկյան, հատկապես՝ պետքարանից օգտվելուց հետո, ուտելուց առաջ և քիթը սրբելուց, հազալուց կամ փռշտալուց հետո:
- Եթե օճառ կամ ջուր այդ պահին չունեք, օգտագործեք սպիրտի հիմքով (առնվազն 60% սպիրտ) ձեռքի ախտահանիչ: Միշտ լվացեք ձեռքերը օճառով և ջրով, եթե ձեռքերը ձեզ կեղտոտ են թվում:
- Խուսափեք չլվացած ձեռքերով ձեր աչքերին, քթին և բերանին դիպչելուց:
- Խուսափեք հիվանդ մարդկանց հետ սերտ շփումից, օրինակ՝ համբուրվելուց, նույն բաժակներն ու սպասքը օգտագործելուց:
- Մաքրեք և ախտահանեք այն առարկաները և մակերեսները, որոնք հաճախ ձեռք եք տալիս, սովորական կենցաղային միջոցներով:
- Ծածկեք ձեր բերանը և քիթը անձեռոցիկով, երբ հազում կամ փռշտում եք, ապա անձեռոցիկը նետեք աղբարկղի մեջ: Եթե անձեռոցիկ չունեք, օգտագործեք ձեր արմունկը (ոչ թե ձեր ձեռքերը):
- Կտորե դիմակ կրեք, երբ տանից դուրս եք գալիս և այլ մարդկանց շրջապատում եք:
- Եթե դեռևս չեք արել, ստացեք սեզոնային գրիպի դեմ պատվաստումը՝ գրիպը կանխելու համար:
- Խուսափեք ոչ կարևոր ճանապարհորդություններից

8. Արդյո՞ք պետք է դիմակ կրեմ:
COVID-19-ի ախտանիշ ունեցող կամ COVID-19-ով հիվանդ անձինք կարող են օգտագործել դիմակ (եթե ունեն) կամ դեմքը ծածկող այլ միջոց, երբ նրանք պետք է տնից դուրս գան բժշկի մոտ գնալու նպատակով:

Կտորե երեսը ծածկող դիմակները, ինչպիսին են բանդանան կամ սրբիչի նման երեսը ծածկող հարմարանքները պետք է օգտագործել քիթը և բերանը ծածկելու համար, երբ ձեզ անհրաժեշտ է տնից կարճ ժամանակով դուրս գալ՝ կարևոր ծառայություններ ստանալու կամ ապրանքներ ձեռք բերելու համար: Կարևոր է նշել, որ դեմքը ծածկող այս միջոցները չեն կարող փոխարինել սոցիալական հեռավորություն պահելու պայմանին և նախազգուշական այլ միջոցներին,, օրինակ՝ ձեռքերը հաճախ լվանալը: Դեմքի այս ծածկոցները

օգտագործվում են ուրիշներին պաշտպանելու համար, եթե դուք արդեն վարակվել եք, բայց դեռ ախտանիշներ չունեք: Հիշեք, որ կարևոր է խնայել N95 շնչառական ու վիրաբուժական դիմակները բուժաշխատողների և COVID-19 ունեցող անձանց խնամք տրամադրող մարդկանց համար: Հավելյալ տեղեկությունների համար, տես՝ Կտորե դիմակների ուղեցույցը:

2 տարեկանից ցածր երեխաներն ու նորածինները չպետք է կտորե դիմակ կրեն: 2-8 տարեկանները պետք է կրեն, բայց միայն մեծահասակի հսկողության տակ, որպեսզի վստահ լինեք, որ երեխան կարող է ապահով շնչել և խուսափեք շնչահեղձությունից: Շնչառական խնդիրներով երեխաները չպետք է դեմքի ծածկոցներ կրեն:

9. Ինչպե՞ս կարող եմ պաշտպանել ինձ ճանապարհորդելիս:
Ներկայումս ԱՄՆ մուտք գործող բոլոր միջազգային ճանապարհորդները պետք է 14 օր տանը մնան իրենց ժամանումից հետո: Տանը գտնվելիս նրանք պետք է հետևեն իրենց առողջությանը և սոցիալական հեռավորության պայմանին: Ցանկացած ճանապարհորդ, ում մոտ զարգանում են տենդի, հազի կամ շնչարգելության ախտանիշներ, պետք է զանգահարի իր բժշկին և տեղեկացնի իր ախտանիշների և ճանապարհորդությունների պատմության մասին:

Այցելեք CDC-ի COVID-19-ի վերաբերյալ Տեղեկություններ Ճանապարհորդների համար կայքը https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html թարմ խորհուրդների համար:

10. Ի՞նչ պետք է իմանամ դպրոցների և ձեռնարկությունների փակման մասին:
Հաշվի առնելով COVID-19-ի տարածումը համայնքում՝ Լոս Անջելես Շրջանի Առողջապահության Վարչությունը և Կալիֆորնիայի Նահանգապետը հիվանդության տարածումը դանդաղեցնելու նպատակով փակել են ոչ կարևոր տնտեսական գործունեության ոլորտները, որտեղ մեծ թվով մարդիկ սերտ շփման մեջ են լինում: Այդ ձեռնարկությունների թվում են կինոթատրոնները, միջոցառումների ասպարեզները, բարերը և գիշերային ակումբները, մարզադահլիճները, բոուլինգ-ակումբները, արկադաները, խաղահրապարակները, վարսավիրանոցները, ոչ կարևոր մանրածախ խանութները, փակ առևտրի կենտրոնները և այլն: Բացի այդ, ռեստորանները և սննդի սպասարկման այլ հաստատությունները սահմանափակել են իրենց գործունեությունը՝ թողնելով առաքումը, հաճախորդների ինքնուրույն պատվերը վերցնելու կամ մեքենայից պատվիրելու և վերցնելու տարբերակները, առանց տեղում սպասարկելու հնարավորության: Հիմնական ծառայությունները կշարունակեն գործել, օրինակ՝ հասարակական տրանսպորտը, մթերային խանութները, համատեղ կեցության բուժհաստատությունները և առողջապահական հաստատությունները: Հավելյալ տեղեկությունների համար, թե որ բիզնեսներն են շարունակում իրենց գործունեությունը, տես՝ Տանն ավելի անվտանգ. հաճախակի տրվող հարցերը բիզնեսների վերաբերյալ:

Հանրային Առողջապահության Վարչությունը (Public Health) կոչ է անում կազմակերպություններին և դպրոցներին տրամադրել կրիտիկապես կարևոր ծառայություններ, եթե տեղում գործող հաստատությունները ժամանակավորապես կրճատված ռեժիմով են աշխատում: Խոսեք ձեր երեխաների դպրոցի կամ մանկապարտեզի հետ, որպեսզի տեղյակ լինեք նրանց արտակարգ իրավիճակների գործողությունների ծրագրի մասին և նախապես պատրաստվեք երեխաներին այս պայմաններում խնամք ապահովելուն: Նաև խոսեք գործատուների հետ, որպեսզի իմանաք թե դուք ինչ կարող եք անել, քանի որ ձեր աշխատավայրը փակ է կամ կրճատված ռեժիմով է աշխատում

11. Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե COVID-19-ը ինձ մոտ լարվածություն (սթրես) է առաջացնում:
Երբ լսում, կարդում կամ դիտում եք վարակիչ հիվանդության բռնկման մասին լուրերը, նորմալ է անհանգստանալ և լարվածության նշաններ ցույց տալ: Կարևոր է հոգ տանել ձեր սեփական ֆիզիկական և հոգեկան առողջության մասին: Եթե ուզում եք իմանալ, թե ինչ կարող եք անել լարվածությունը հաղթահարելու համար՝ կարդացեք «Ինչպե՞ս հաղթահարել լարվածությանը ինֆեկցիոն հիվանդությունների բռնկման ժամանակ» հոդվածը Հանրային Առողջապահության Վարչության կայքում: Օգնության համար զանգահարեք Լոս Անջելես Շրջանի Հոգեկան Առողջության Կենտրոնի շուրջօրյա աշխատող Թեժ Գիծը (800) 854-7771 հեռախոսահամարով կամ զանգահարեք 2-1-1:

12. Ի՞նչ կարող եմ անել, եթե իմ նկատմամբ ոտնձգություններ կամ խտրական վերաբերմունք են զգում
Շրջանը հավաստիացնում է, որ հանձն է առել, որ COVID-19- ով տուժած բոլոր բնակիչներին վերաբերվեն հարգանքով և կարեկցանքով, և որ մենք բոլորս առանձնացնում ենք փաստերը վախից և հետևում, որ վրավորանքներ չլինեն: Բռնկումը ռասիզմի և խտրականության տարածման համար արդարացում չէ: Եթե ձեզ նկատմամբ ոտնձգություններ կամ խտրականություն է կիրառվում ռասայի, ծագման ազգության կամ այլ ինքնության պատճառով, դուք պետք է զեկուցեք դեպքը: 2-1-1-ը ընդունում է զեկույցներ (հեռախոսով կամ առցանց)՝ ատելության հանցանքների, ատելության գործողությունների և բռնության դեպքերի վերաբերյալ, որոնք պատահել են Լոս անջելե Շրջանում, անկախ նրանից՝ հանցագործություն կատարվել է, թե՝ ոչ: Զանգահարեք 2-1-1 կամ առցանց զեկուցեք այս կայքում. **https://www.211la.org/public-health-and-safety/anti-hate;**

13. Ուրիշ ի՞նչ կարող եմ անել:

- Գտեք բժիշկ, եթե դեռևս չունեք:
- Թարմացրեք ձեր առաջին օգնության սննդով և այլ պարագաներով արկղիկները, որպեսզի համոզվեք, որ ձեզ այն բավարար է 14 օրվա համար, եթե կարանտինում մնալու անհրաժեշտություն առաջանա: Կարևոր է, որ պատրաստված լինեք այնպես, ինչպես կպատրաստվեիք ցանկացած այլ արտակարգ իրավիճակի համար:
  - Միշտ օգտվեք հուսալի աղբյուրներից՝ նոր կորոնավիրուսի մասին թարմ և ճշգրիտ տեղեկություններ ստանալու համար:
    - Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն (LACDPH, Շրջանային)
      - http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/
    - Կալիֆորնիայի Հանրային Առողջապահության Վարչություն (CDPH, Պետական)
      - https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx
    - Հիվանդությունների Վերահսկման և Կանխարգելման Կենտրոններ (CDC, Ազգային)
      - http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html
    - Առողջապահության Համաշխարհային Կազմակերպություն (WHO, Միջազգային)
      - https://www.who.int/health-topics/coronavirus

Եթե հարցեր ունեք և ցանկանում եք ինչ-որ մեկի հետ խոսել, զանգահարեք 2-1-1: