

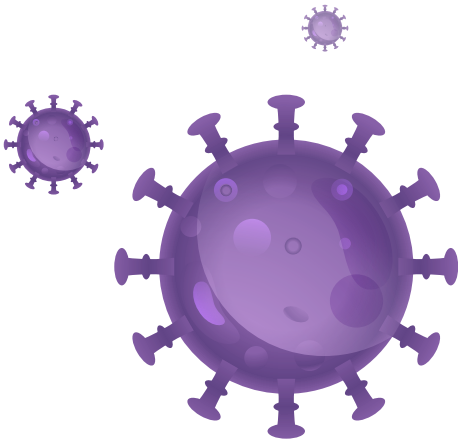
ՀԱՐՑԵՐ ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՄԻ ՄԱՍԻՆ



Հեշտ ընթերցվող ուղեցույց մտավոր խնդիրներ
ունեցող քաղաքացիների համար



Ի՞նչ է կորոնավիրուսը



Կորոնավիրուսը նոր հիվանդություն է, որը տարածվում է ամբողջ աշխարհում:

Կորոնավիրուսը հաճախ գրում են նաև այսպես – COVID-19

Ինչպե՞ս են վարակվում այդ հիվանդությամբ



Կորոնավիրուսով վարակված անձը կարող է վարակել մեկ այլ մարդու մանրէների միջոցով, օրինակ՝ բարևելիս:

Երբ մարդիկ հազում կամ փռշտում են, փոխանցվում են հիվանդության մանրէները:



Մանրէները կարող են հայտնվել օդում, քո և քեզ շրջապատող առարկաների վրա:



Մանրէները կարող են քո մարմնում հայտնվել քո բերանի, քթի և աչքերի միջոցով:

Ինչ է պատահում այն մարդկանց հետ, որոնք վարակվել են:



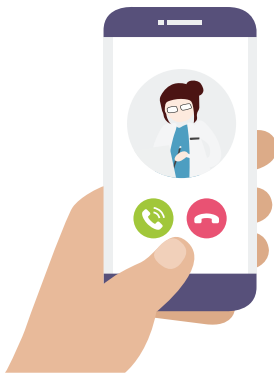
Ունենում են բարձր ջերմություն:

Հազում են:

Դժվարանում են շնչել:

Դուք կարող եք ունենալ բարձր ջերմություն կամ հազ, բայց վարակված չլինել կորոնավիրուսով: Դուք կարող եք մրսածություն կամ գրիպ ունենալ:

Եթե հիվանդ եմ, երբ պետք է զանգեմ բժշկիս:

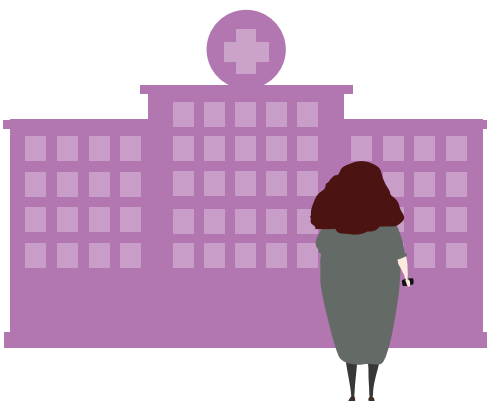


Զանգիր, երբ նոր ես վերադարձել Հայաստան որևէ այլ երկրից:

Զանգիր, երբ շփվել ես մեկի հետ, որը վարակված է եղել կորոնավիրուսով:

Զանգիր, եթե եղել ես այն տեղերում, որտեղ բուժվում են կորոնավիրուս ունեցած մարդիկ:

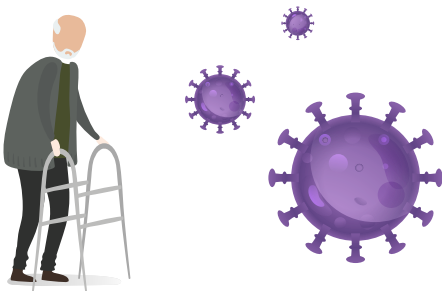
Պոլիկլինիկա կամ հիվանդանոց գնալուց առաջ զանգիր բժշկիդ:



Ինչ է պատահում, երբ հիվանդանում ես Կորոնավիրուսով:



Մարդկանց մի մասը շատ ծանր է տանում հիվանդությունը՝ գրիպի և մրսածության նման:



Տարեցների և առողջական այլ խնդիրներ ունեցող մարդկանց դեպքում ավելի հավանական է, որ նրանք կվարակվեն Կորոնավիրուսով:

Ինչպե՞ս կարող եմ չվարակվել Կորոնավիրուսով:



Լվա՛ ձեռքերդ:

Լվացվիր օճառով և ջրով:

Ձեռքերդ լվա առնվազն 20 վայրկյան: Եթե կօգնի, կարող ես հաշվել մինչև 20-ը:



Եթե օճառ և ջուր չկա, ապա օգտագործիր ալկոհել: Հիշիր, որ օճառով և ջրով լվացվելը միշտ ավելի լավ է:



Փոշտա կամ հազա արմունկի
ծախելով:

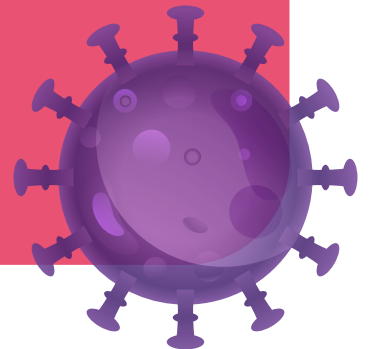
Փոշտալիս և հազալիս արմունկով
բերանը և քիթը ծածկելն օգնում է,
որ մանրէները չտարածվեն օդում և
չհայտնվեն քո ձեռքերին:



Մի տրորիկ աչքերդ:

Մի դիպչիր բերանիդ:

Մի դիպչիր քթիդ:



Հիշիր: Հենց այսպես են մանրէները
հայտնվում քո մարմնում:

Եթե ստիպված ես ձեռք տալ
դեմքիդ, դիպչիր անձեռոցիկով կամ
հետո լվացվիր:

Եթե հիվանդ եմ, ինչ պետք է անեմ:



Զանգիր բժշկիդ: Մնա տանը:
Հազալիս և փոշտալիս անձեռոցիկ
օգտագործիր: Խուսափիր այլ
մարդկանց հետ շփվելուց:

Եթե ավելի վատ ես զգում, նորից
զանգիր բժշկիդ: Արա այն, ինչ
կասի բժիշկը:

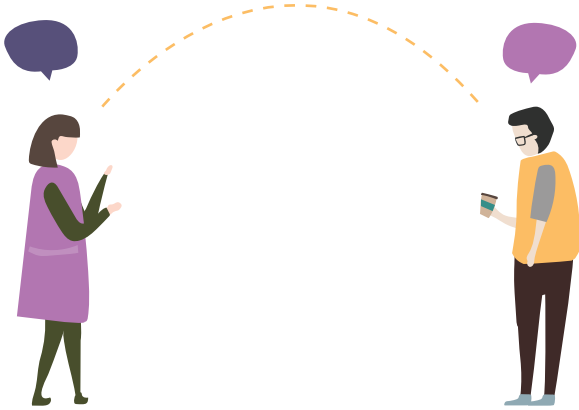
Եթե գործընկերս հիվանդ է, ինչ պետք է անեմ:



Բժիշկներն ասում են, որ եթե
հիվանդ ես, ապա պետք է մնաս
տանը: Հիվանդ գործընկերների և
չեն գնա աշխատանքի:

Եթե դու ես հիվանդ, ապա մի գնա
աշխատանքի: Տեղեկացրու
գործընկերներին, որ հիվանդ ես:
Զանգիր ղեկավարին:

Ինչ պետք է անեն, եթե հիվանդ է ընտանիքիս անդամը:



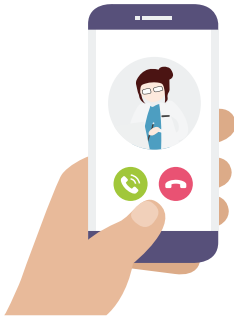
Քո ընտանիքի անդամները ևս կարող են վարակվել Կորոնավիրուսով:

Հիվանդ ընտանիքի անդամի հետ շփվիր հեռվից:



Մի դիպչիր այն իրերին կամ ուտելիքներին, որոնց նա ձեռք է տվել: Հաճախակի մաքրիր իրերը:

Ձեռքերդ հաճախակի և մանրամասն լվա:



Զանգիր բժշկիդ: Քեզ կարող են տեղափոխել այլ վայր, որտեղ դու մի քանի օր կանցկացնես: Հնարավոր է՝ շարունակես մնալ տանը՝ քո սենյակում, բայց չկարողանաս դուրս գալ տանից:

Ինչպե՞ս բարևեն իմ ընկերներին:



Ձեռքստեղծումով մի՛ բարևիր և մի՛ գրկախառնվիր:

Ժպտա՛, ձեռքով հեռվից բարևիր:

Ու՛ր կարող եմ գնալ այս օրերին:



Տանից դուրս արի չափազանց կարևոր դեպքերում:



Հաց գնելու համար խանութ գնալ այն ժամերին, երբ խանութում քիչ մարդիկ են լինում:



Տանից դուրս արի միայն համապատասխան թերթիկը լրացնելուց հետո:

Հանրային
Պատկեր 2021թ. մարտի 25-ի
№ 18/ՄԻՆԻՍՏ

ԱՐՏԱՎԱԿ ԴՐՈՒՅՑԱՆ ՍՏԱՆԱԿԱՑԱԾԱՌՈՒ ՆԻՆԱՍՏՄԱՆ ԹԻՐԹԻԿ

2020 թ.

1. Ընտան, ազգանուն, հարցառնուն	
2. Ելքի ժամ	
3. Ելքի հասցե	
4. Արտոնաբերական փայտի հասցե և անվանում	
5. Արտոնաբերական նրբամանից	
6. Կնիքատարածի անվանակցիլ ժամը	

Երկրագործություն

Թերթիկի օրինակ կարող ես գտնել վերջին էջում:

Ինչ դեղ են օգտագործում Կորոնավիրուսի ժամանակ:



Կորոնավիրուսի դեմ պայքարող
դեղ դեռ չկա:

Դեղ օգտագործիր, եթե այդպես է
ասել բժիշկդ:

Ջուր, տարբեր տեսակի հյութեր
խմիր: Վայելիր հանգիստդ:



Հաճախ խոսիր այն մարդկանց
հետ, որոնց վստահում ես: Դու
կարող ես նրանց կամ բժշկիդ տալ
քեզ հուզող հարցերը:

Եթե գումարի խնդիր ունես, խոսիր
այդ մասին ընտանիքիդ,
ընկերներիդ կամ ղեկավարիդ հետ:
Նրանք կաջակցեն քեզ կամ կասեն,
թե ում պետք է դիմել:

Ինչ պետք է անեմ, եթե ինձ տեղափոխել են հիվանդանոց կամ մեկուսարան:



Բժիշկներին տուր բոլոր հարցերդ:

Մի կաշկանդվիր հարցեր տալիս:

Մի ամաչիր հայցել որևէ մեկի օգնությունը, եթե դրա կարիքն ունես: Օրինակ՝ պետք է լոգանք ընդունես և դժվարանում ես անել ինքնուրույն:



Եթե հարցեր ունես, դիմիր ընտանիքիդ անդամին, ընկերներիդ և պատմիր նրանց քո մտահոգությունները:



Եթե աջակցության կարիք ունես, զանգիր հետևյալ հեռախոսահամարներով՝

81 41

Պարետատան թեժ գիծ

060 83 83 00

Առողջապահության նախարարություն

114

Աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարություն

116

Մարդու իրավունքների պաշտպան

Եթե զանգել չես կարող, ապա գրիր Ֆեյսբուքով պետական մարմնի պաշտոնական էջին: Դիմումներ կարող ես ներկայացնել նաև ինտերնետային e-request.am կայքի միջոցով:

Խորհուրդների համար կարող ես դիմել նաև այն հասարակական կազմակերպությանը, ուր մինչև այս հաճախել ես կամ վստահում ես:

