

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն Ուղղեցույց ոչ-բնակելի ծառայություններում դեղերի և այլ նյութերի օգտագործման

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչությունը ձեր աջակցությունն է հայցում Լոս Անջելեսի վարչատարածքում նոր կորոնավիրուսի տարածումը նվազեցնելու համար:

Ողջ աշխարհում, այս վիրուսով վարակված մարդկանց թիվը շարունակում է աճել՝ առաջացնելով «Կորոնավիրուս հիվանդություն 2019-ը» (կրճատ՝ COVID-19): Ըստ Առողջապահության Համաշխարհային Կազմակերպության COVID-19-ի համաշխարհային տարածումն այժմ որակվում է որպես համաճարակ: Մենք պետք է աշխատենք միասին այս վարակի տարածումը տեղական մակարդակում դանդաղեցնելու համար:

Մենք խստորեն հորդորում ենք, որ բոլոր ոչ-բնակելի հաստատությունները (ամբուլատոր, ինտենսիվ-ամբուլատոր, ներարկիչների փոխանակման ծրագրեր և այլն) վերանայեն և թարմացնեն իրենց արտակարգ իրավիճակների ծրագրերը և դիտարկեն հիմնական ծառայությունները շարունակելու ընթացքը, եթե տեղում կատարվող գործողությունները ժամանակավորապես կրճատվեն:

Այս ուղեցույցն ամփոփում է մեր ներկա առաջարկությունները նոր կորոնավիրուսի տարածումը կանխել օգնելու համար: Ի հավելում, մենք խրախուսում ենք հավելյալ տեղեկությունների համար այցելել DPH Novel Coronavirus ինտերնետային կայք, ներառյալ՝ ուղղեցույց գործատեղերի և աշխատակիցների համար, հաճախակի տրվող հարցեր և ինֆոգրաֆիկա. <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

Ընդհանուր տեղեկություններ

Ի՞նչ կանխարգելիչ միջոցառումներ պետք է ձեռնարկվեն կազմակերպությունների կողմից շնչառական վիրուսների տարածումը նվազեցնելու համար, ինչպիսին է վիրուսը, որն առաջացնում է COVID-19:

- Կրթեք և շեշտեք ամենօրյա անձնական կանխարգելման գործողությունների կարևորությունը (տե՛ս ստորև):
- Խրախուսեք և աջակցեք աշխատակիցներին և կամավորներին հիվանդ լինելու դեպքում մնալ տանը: Հիշեցրեք նրանց մնալ տանը և չգալ աշխատանքի առանց ջերմիջեցնող դեղերի օգտագործման դեպքում, ջերմությունն իջնելուց հետո առնվազն 72 ժամ:
- Ապահովեք հեշտ հասանելի և բավարար պարագաներ ճիշտ հիգիենայի պահպանման համար, ներառյալ՝ մաքուր և ֆունկցիոնալ ձեռքերի լվացման կայաններ, օճառ, թղթե սրբիչներ և սպիրտի հիմքով ձեռքերի ախտահանիչներ:
- Խրախուսեք կանոնավոր ձևով ձեռքերի լվանալը, ներառյալ՝ ուտելուց առաջ, զուգարանից օգտագործելուց հետո, հազալուց ու փռշտալուց հետո:
- Հնարավորության դեպքում նվազեցրեք շփումը (սահմանափակել 6 ոտնաչափ և ավելի քիչ հեռավորության վրա շփումը միայն 10 րոպե ոչ առողջապահական աշխատողների համար, կամ 2 րոպեից ավել՝ անմիջական բժշկական օգնություն տրամադրելու դեպքում), ինչպես նաև ուրիշների հետ նույն առարկաների օգտագործումը, ինչպիսիք են՝ բաժակները, սնունդը և խմիչքները:
- Կանոնավոր կերպով մաքրել և ախտահանել բոլոր այն մակերեսները և առարկաները, որոնց հաճախակի դիպչում ենք, ինչպիսիք են՝ դռների բռնակները, բազրիքները, խոհանոցի սեղանների մակերեսները, ծորակների բռնակները և հեռախոսները: Օգտագործեք սովորական մաքրող նյութեր և հետևեք պիտակի ցուցումներին:
- Ճշգրիտ տեղեկություն տրամադրեք հաճախորդներին և աշխատակիցներին COVID-19-ի և այլ քայլերի վերաբերյալ, որոնք կարող են ձեռնարկել իրենք իրենց և ընտանիքները պաշտպանելու համար:

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն Ուղղեցույց ոչ-բնակելի ծառայություններում դեղերի և այլ նյութերի օգտագործման

- Ընդհանուր օգտագործման տարածքներում տեղադրել նյութեր, որոնք կհիշեցնեն բոլոր հաճախորդներին, աշխատակազմին և կամավորներին իրենց անձնական պաշտպանական գործողությունները կիրառելու անհրաժեշտության մասին (կարող եք ներբեռնել նյութեր հետևյալ կայքից <http://www.publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>):

Առօրյա անձնական կանխարգելիչ գործողություններ.

- Մնացեք տանը, երբ հիվանդ եք: Մնացեք տանը առանց ջերմիջեցնող դեքորայք օգտագործելու ջերմությունն իջնելուց կամ ջերմության նախանշաններն անհետանալուց հետո առնվազն 72 ժամ:
- Հաճախակի լվացեք ձեռքերը օճառով և ջրով առնվազն 20 վայրկյան: Օգտագործեք առնվազն 60% սպիրտային հիմքով ախտահանիչ նյութ, եթե ձեռքի տակ չունեք ջուր և օճառ:
- Հազալիս կամ փռշտալիս փակեք քիթը և բերանը անձեռոցիկով, ապա այն աղբամանի մեջ նետեք: Եթե անձեռոցիկ չունեք, հազալիս ծածկեք դեմքը թևքով:
- Սահամանափակեք մոտ շփումը հիվանդ մարդկանց հետ:
- Մաքրեք և ախտահանեք հաճախակի օգտագործվող առարկաները և մակերեսները սովորական կենցաղային մաքրող նյութերով:

Ի՞նչպես պետք է պատրաստ լինի մեր գործակալությունը համայնքում COVID-19 տարածման ավելացման դեպքում:

COVID-19-ի տարածման ավելացումը համայնքում կնշանակի վտանգի աճ ամբողջ հասարակության համար, և անհրաժեշտ կլինի ձեռնարկել հավելյալ նախազգուշական միջոցներ կանխարգելիչ համար վիրուսի տարածումը ցանկացած տեղական համայնքում:

Կազմակերպությունները պետք է ունենան ծրագրեր և պատրաստ լինեն իրագործելու այդ լրացուցիչ ծրագրերը, ինչպես առաջարկում է Հանրային Առողջապահության Վարչությունը:

- Ձեր աշխատակազմի և կամավորների հետ հաղորդակցման ծրագիր ունեցեք: Այցելեք մեր կայքէջը <http://www.publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/> ճշգրիտ և թարմ տեղեկությունների համար, որը կարող եք օգտագործել ձեր հաղորդակցման ժամանակ:
- Թույլ տվեք աշխատակիցներին մնալ տանը, եթե նրանց ընտանիքում որևէ մեկը հիվանդ է, կամ քանի որ դպրոցները փակվել են:
- Պատրաստ եղեք աշխատողների բացակայություններին: Մի պահանջեք բուժաշխատողի կողմից հիվանդությունը վավերացնող տեղեկանք, կամ աշխատանքի վերադառնալ այն աշխատողներին կամ կամավորներին, ովքեր հիվանդ են սուր շնչառական հիվանդություններով: Առողջապահական ծառայության գրասենյակները և բուժաստատությունները չափազանց ծանրաբեռնված կլինեն և հնարավորություն չի լինի ժամանակին ստանալ նման տեղեկանք: Պլանավորեք թե ինչպես ապահովել այն աշխատակիցներին, ովքեր ունեն առողջական անբարենպաստ բարդություններ և հիվանդության հնարավոր ծանր ընթացք: Մա կարող է ներառել այնպիսի ստրատեգիաներ, ինչպիսին են՝ հեռահաղորդակցումը և աշխատակազմի ցրված հերթափոխերի կազմակերպումը, նվազեցնելու համար անձնակազմի միմյանց հետ ֆիզիկական շփման հնարավորությունը, ոչ անհրաժեշտ աշխատանքային ճանապարհորդությունների և դեմ առ դեմ հանդիպումների ու միջոցառումների կրճատումները:
- Փակցրեք զգուշացնող ցուցանակներ հաստատության մուտքի մոտ, որոնք կիրահանվեն այցելուներին և հաճախորդներին ռպպեսզի տեղեկացնեն ձեր աշխատակազմին, եթե իրենք ջերմություն, հազ կամ շնչառության դժվարություն ունեն:

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն Ուղղեցույց ոչ-բնակելի ծառայություններում դեղերի և այլ նյութերի օգտագործման

- Փոխեք, հետաձգեք կամ չեղյալ հայտարարեք մեծ կոնֆերանսները, միջոցառումները կամ խմբային գործողությունները:

Անհրաժեշտություն կլինի կրճատել կամ փոփոխել այն միջոցառումները, որոնց ընթացքում մարդիկ երկար ժամանակով սերտ կապի մեջ են միմյանց հետ:

- 50 և ավելի մասնակից ունեցող բոլոր միջոցառումները պետք է հետաձգվեն կամ չեղյալ համարվեն: 50-ից պակաս մասնակից ունեցող խմբային միջոցառումների ընթացքում, որոնք ներառում են աշխատակազմին կամ հաճախորդներին, պետք է ապահովել համապատասխան շփման հեռավորություն և կանխարգելիչ միջոցառումներ սահմանափակելու համար փոխանցման վտանգը: Մասնակիցները պետք է նստեն կամ գտնվեն միմյանցից առնվազն 6 ոտնաչափ հեռավորության վրա, և հարկավոր է ապահովել որպեսզի աթոռները ուղղակիորեն դեմ դիմաց տեղադրված չլինեն:
- Եթե հաճախորդը, ով պարբերաբար մասնակցում է խմբային միջոցառումներին, հաղորդում է որ ջերմում է կամ սուր շնչառական ախտանիշներ ունի վերջին 14 օրվա ընթացքում (չոր հազ, շնչառության դժվարացում, քթից արտադրություն և այլն), ապա հաճախորդին քաջալերեք դիմել բժշկական օգնության և տրամադրեք նրան [տանը մեկուսացման գույգուկները](#): Հնարավորության դեպքում տրամադրեք պայմաններ, որպեսզի այդ անձը հեռա-առողջապահական խորհրդատվության հնարավորություն ունենա:
- Հնարավորություն ստեղծել ծառայությունների շարունակական աշխատանքը ապահովելու համար: Եթե տվյալ վայրում աշխատանքները ժամանակավորապես ընդհատվում են ապա, եթե բժշկական տեսանկյունից հնարավոր է, հեռահաղորդակցման կապ հաստատել, ճկուն աշխատանքային ժամանակացույց կիրառել և աշխատակազմին խաչաձև սովորեցնել բոլոր աշխատանքները:
- Կազմակերպեք այնպես, որ տնային մեկուսացման մեջ գտնվող հաճախորդները, կամ ովքեր այլ կերպ չեն կարողացել անմիջական մասնակցություն ունենալ անհատական կամ խմբակային աշխատանքներին, կարողանան շարունակել բուժօգնությունը, և կամ այլ ծառայություններ ստանալ հնարավորության դեպքում:

Ո՞րտեղից կարելի է ստանալ հուսալի տեղեկատվություն

Չգուշացեք խաբեություններից, կեղծ լուրերից և կորոնավիրուսի շուրջ պտտվող կեղծիքներից: Ճշգրիտ տեղեկատվությունը, ներառյալ Լոս Անջելես շրջանում նոր դեպքերի մասին հայտարարությունները միշտ կտարածվեն Հանրային Առողջապահության Վարչության կողմից մամուլի հաղորդագրությունների, սոցիալական լրատվամիջոցների և կայք-էջի միջոցով: Դեռ ավելին, կայքում շատ տեղեկություններ կան COVID-19-ի վերաբերյալ, ներառյալ FAQ-ն (առավել տրվող հարց ու պատասխաններ), ինֆոգրաֆիկա և լարվածությունը (սթրեսը) հաղթահարելու ուղեցույց, ինչպես նաև օգտակար խորհուրդներ ձեռքերը լվանալու վերաբերյալ:

- Los Angeles County Department of Public Health (LACDPH, County) Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - Սոցիալական լրատվամիջոցներ: @lapublichealth
- Լոս Անջելես Շրջանի Հոգեկան Առողջության Վարչության կապի կենտրոն, 24/7 օգնության հեռախոսահամար (800) 854- 7771.

Նոր կորոնավիրուսների վերաբերյալ տեղեկատվության այլ հուսալի աղբյուրներն են.

Նոր կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն
Ուղղեցույց ոչ-բնակելի ծառայություններում դեղերի և այլ նյութերի օգտագործման

- California Department of Public Health (CDPH, State)
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC, National)
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- World Health Organization (WHO, International)
 - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

Եթե ունեք հարցեր և կցանկանաք որևէ մեկի հետ խոսել, զանգահարեք 2-1-1 Los Angeles County տեղեկատվության համարով, որն աշխատում է օրը 24 ժամ:

