



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation  
შვეიცარიის კონფედერაცია

შინაგან საქმეთა ფედერალური დეპარტამენტი EDI

ჯანდაცვის ფედერალური უწყება BAG



ახალი კორონავირუსი

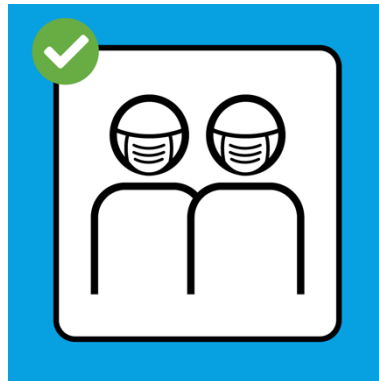
განახლებულია: 12.08.2020

# ასე დავიცავთ თავს.



მნიშვნელოვანი ინფორმაცია ახალი კორონავირუსის, ქცევის და ჰიგიენის წესების შესახებ.

ნიღბის ტარების ვალდებულება საზოგადოებრივ ტრანსპორტში



განაგრძეთ ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა. შევაჩეროთ ახალი კორონავირუსის ფართო გავრცელება.



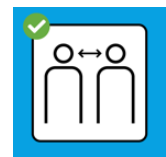
სიმპტომების გამოვლენისას დაუყოვნებლივ ჩაიტარეთ ტესტი და დარჩით სახლში



გაეცით ინფორმაცია ახლო კონტაქტების დადგენის მიზნით



დადებითი ტესტის შემთხვევაში: იზოლაციის წესი. დადებითი ტესტის მქონე პირთან კონტაქტის შემთხვევაში: კარანტინის წესი.



დაიცავით დისტანცია.



საფუძვლიანად დაიბანეთ ხელები.



მოერიდეთ ხელის ჩამორთმევას.



დაახველეთ და დააცემინეთ ცხვირსახოცში ან მოხრილ მკლავში.



ექიმთან ან სასწრაფო სამედიცინო მიღებაზე გამოცხადდით მხოლოდ წინასწარი სატელეფონო შეთანხმებით.

## ხშირად დასმული კითხვები და პასუხები ახალი კორონავირუსის შესახებ

ახალი კორონავირუსისგან მოსახლეობის დასაცავად დადგენილი შეზღუდვების შემსუბუქების შემდეგ უფრო მეტი ადამიანი მოძრაობს საზოგადოებრივ ადგილებში. ფედერალური საბჭო მომავალშიც პირადი პასუხისმგებლობით სავსე ქცევაზე ამყარებს იმედებს. ჰიგიენის, ქცევის და უსაფრთხოების წესების დაცვა კვლავ მნიშვნელოვანია, რაც ახალი შემთხვევების თავიდან აცილებაში დაგვეხმარება.

**კვლავ ძალაში რჩება პირადი პასუხისმგებლობის აუცილებლობა:** ინფექციის თავიდან ასაცილებლად მნიშვნელოვანია ხელების ხშირი დაბანა საპნით და დისტანციის დაცვა.

1,5 მეტრიანი დისტანციის დაუცველობა ინფექციის გადადების დიდ რისკს შეიცავს. ის უმეტესად საზოგადოებრივ ტრანსპორტში შეიძლება მოხდეს ნებისმიერ დროს. მგზავრთა მზარდი გადაადგილების და ივნისის მეორე ნახევრიდან მომატებულ შემთხვევათა რაოდენობის გათვალისწინებით ფედერალურმა საბჭომ უსაფრთხოების ღონისძიებები გააძლიერა და სავალდებულო გახადა ნიღბის ტარება 2020 წლის 6 ივლისიდან ყველა სახის საზოგადოებრივ ტრანსპორტში.

## დაინფიცირება და საფრთხეები

რატომ არის ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა ამგვარად მნიშვნელოვანი?

ახალი კორონავირუსი ახალი ვირუსია, რომლის წინააღმდეგაც ადამიანებს იმუნიტეტი ჯერ არ გამოუმუშავებიათ. ის შეიძლება მრავალი ადამიანის დაინფიცირების და ავადმყოფობის მიზეზი გახდეს. ამიტომაც ახალი კორონავირუსის გავრცელება შეძლებისდაგვარად უნდა შევანელოთ.

მძიმედ დაავადებისგან, განსაკუთრებით, მაღალი რისკჯგუფის წარმომადგენლები უნდა დავიცვათ.

მათ შორის არიან:

- 65 წლის ასაკს გადაცილებული პირები
- ფეხმძიმე ქალები
- ზრდასრულები შემდეგი დაავადებებით:
  - სისხლის მაღალი წნევა
  - გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები
  - დიაბეტი
  - სასუნთქი სისტემის ქრონიკული დაავადებები
  - კიბო
  - იმუნური სისტემის დამაქვეითებელი დაავადებები და თერაპიის ქვეშ მყოფი პირები
  - ჭარბწონიანი პირები (სიმსუქნე, სხეულის მასის ინდექსით 40-დან ზევით)

თუ არ ხართ დარწმუნებული მიეკუთვნებით თუ არა მაღალ რისკჯგუფს, გთხოვთ მიმართოთ ექიმს.

ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვით ამ ადამიანებსაც უკეთესად დავიცავთ. გარდა ამისა, ხელს შევუწყობთ ჯანდაცვის დაწესებულებებში მძიმე ავადმყოფების მომავალშიც საუკეთესოდ უზრუნველყოფას, რადგანაც ინტენსიურ განყოფილებებში სამედიცინო ოთახების და სასუნთქი აპარატების რაოდენობა შეზღუდულია.

ხართ 65 წელს გადაცილებული, ხართ ფეხმძიმედ ან გაქვთ რომელიმე ზემოთ ჩამოთვლილი დაავადება? ქვემოთ მოცემულია, თუ როგორ შეგიძლიათ დაიცვათ თავი:

ინფექციისგან თავდაცვის საუკეთესო საშუალებად კვლავ ჰიგიენის და ქცევის წესების დაცვა მიიჩნევა. მოქმედია შემდეგი რეკომენდაციები:

- საფუძვლიანად და რეგულარულად დაიბანეთ ხელები საპნით.
- დაიცავით სხვა პირებისაგან დისტანცია (მინიმუმ 1,5 მეტრი).
- დაიცავით ნიღბის ტარების სავალდებულო წესები საზოგადოებრივ ტრანსპორტში.
- ასევე განუხრელად დაიცავით ჰიგიენის და ქცევის წესები მეგობრებთან და ოჯახის წევრებთან შეხვედრებისას. მაგალითად, არ ისარგებლოთ ერთი და იგივე სუფრის მოწყობილობით კერძის გადმოღებისას, არ დალიოთ ერთი და იგივე ჭიქიდან და ა.შ.

- მოერიდეთ ხალხმრავალ ადგილებს პიკის საათებში (მაგ. სამუშაო ტრაფიკს საზოგადოებრივ ტრანსპორტში ან სადგურზე, საყიდლებზე სიარულს შაბათობით). მიუხედავად ამისა, თუ მაინც მოგიწევთ ხალხმრავალ ადგილებში ყოფნა, სადაც რეკომენდებული დისტანციის დაცვა შეუძლებელია, გირჩევთ ნიღბის ტარებას.

გაქვთ დაავადების ერთი ან რამდენიმე სიმპტომი, როგორცაა ხველა (უმეტესწილად მშრალი), ყელის ტკივილი, ქოშინი, მუცლის ტკივილი, სიცხე, ან უეცრად დაკარგეთ ყნოსვის ან/და გემოვნების შეგრძნება? **დაუყოვნებლივ დარეკეთ ექიმთან ან საავადმყოფოში, კვირის ნებისმიერ დღეს**, მათ შორის შაბათ-კვირას. აღწერეთ თქვენი სიმპტომები და აცნობეთ, რომ მაღალ რისკკატეგორიაში იმყოფებით.

ფეხმძიმედ ხართ და ამის გამო კოვიდ-19-ით (Covid-19) შესაძლო დაავადების განსაკუთრებულად დიდი რისკის ქვეშ იმყოფებით. რას უნდა მიაქციოთ ყურადღება?

თუ ფეხმძიმედ ხართ, მაქსიმალურად უნდა შეეცადოთ ახალი კორონავირუსით გამოწვეული ინფექციისგან დაცვით თავი. აქედან გამომდინარე, განსაკუთრებული რისკის ქვეშ მყოფი პირებისთვის გაწერილი რეკომენდაციების დაცვას გირჩევთ (იხ. წინა პასუხი).

სამუშაო ადგილზე, დამსაქმებელი ვალდებულია დედობის დაცვის შესახებ დადგენილების თანახმად, უზრუნველყოს ახალი კორონავირუსით ინფიცირებისგან ფეხმძიმე ქალის მაქსიმალური დაცვა. თუ ვერ ხერხდება შესაბამისი სამუშაო გარემოს უზრუნველყოფა, დამსაქმებელმა ალტერნატიული სამუშაო უნდა შემოგთავაზოთ. თუ შეუძლებელია სამუშაოს გაგრძელება, თქვენმა გინეკოლოგმა უნდა გასცეს შესაბამისი დოკუმენტი სამუშაოსგან გათავისუფლების შესახებ.

თუ ფეხმძიმედ ხართ, ახალი მონაცემების თანახმად კორონავირუსით ინფიცირებისას დასაშვებია ავადმყოფობის მძიმე ფორმით მიმდინარეობა, განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში, თუ ჭარბწონიანი ან ასაკოვანი ხართ ან სხვა თანმდევი დაავადება გაქვთ. ფეხმძიმობასთან და კოვიდ-19-თან (Covid-19) დაკავშირებულ ბევრ აქტუალურ საკითხზე პასუხი ჯერ კიდევ უცნობია. დედა და ბავშვი მეტი სიფრთხილისთვის განსაკუთრებულ დაცვას საჭიროებენ.

ავადმყოფობის სიმპტომების გამოვლენისას, დაუყოვნებლივ მიმართეთ გინეკოლოგს შემდგომი რეკომენდაციების მიღების მიზნით.

როგორ ვრცელდება ახალი კორონავირუსი?

ახალი კორონავირუსი შეიძლება გავრცელდეს შემდეგი გზით.

- **ახლო და ხანგრძლივი კონტაქტისას:** ინფიცირებულ პირთან 1,5 მეტრზე ნაკლებ დისტანციაზე კონტაქტი უსაფრთხოების წესების დაცვის გარეშე (მაგ. გამყოფი ტიხრის გარეშე ან როცა ორივე პირი არ ატარებს ნიღბს). რაც უფრო ახლო და ხანგრძლივია ინფიცირებულ პირთან კონტაქტი, მით მეტია ინფიცირების ალბათობა.
- **ჰაერწვეთოვანი გზით:** დაავადებულის მიერ დაცემინებისას ან დახველებისას შესაძლოა, ვირუსი სხვა ადამიანის ცხვირის, პირის ან თვალის ლორწოვან გარსზე მოხვდეს.
- **ხელებით:** ხელებისას და დაცემინებისას გადამდები წვეთები ხელებზე მოხვდება. ან შესაძლოა, ხელი ვირუსიან ზედაპირს შეეხოს. პირზე, ცხვირზე ან თვალებზე შეხებით ვირუსი გადაეცემა.

როდის არის ვირუსი გადამდები?

გაითვალისწინეთ: ახალი კორონავირუსით დაავადებული ხანგრძლივი დროის განმავლობაში წარმოადგეს ვირუსის გადამდების საშიშროებას. კონკრეტულად:

- სიმპტომების დაწყებამდე უკვე ორი დღით ადრე – ანუ, ინფიცირების შენიშვნამდე.
- დაავადება განსაკუთრებით გადამდებია სიმპტომების არსებობის შემთხვევაში.
- სრულიად გამოჯანმრთელების შეგრძნებიდან არანაკლებ, 48 საათის განმავლობაში. ამიტომაც მომავალშიც დაიცავით დისტანცია და რეგულარულად დაიბანეთ ხელები საპნით.

**სიმპტომები, დიაგნოზი და მკურნალობა**

რა სახის სიმპტომები ახლავს ახალი კორონავირუსით დაავადებას?

<p>გავრცელებულია შემდეგი სიმპტომები:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ხველება (უმეტესწილად მშრალი)</li><li>• ყელის ტკივილი</li><li>• ქოშინი</li><li>• მუცლის ტკივილი</li><li>• სიცხე</li><li>• ყნოსვის და/ან გემოვნების უეცარი დაკარგვა</li></ul>	<p>ასევე შესაძლებელია შემდეგი სიმპტომების არსებობა:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• თავის ტკივილი</li><li>• საერთო სისუსტე, შეუძლოდ ყოფნა</li><li>• კუჭ-ნაწლავის დაავადებათა სიმპტომები (გულისრევა, პირღებინება, ფაღარათი, მუცლის ტკივილი)</li><li>• სურდო</li><li>• კუნთების ტკივილი</li><li>• გამონაყარი</li></ul>
--	--

სიმპტომები სხვადასხვა სიმძიმით ვლინდება, და შესაძლოა, რომ მსუბუქი ფორმითაც გამოვლინდეს. აგრეთვე შესაძლებელია გართულება, მაგალითად, ფილტვების ანთება.

თუ გავრცელებული სიმპტომებიდან ერთი ან რამდენიმე გაწუხებთ, დიდი ვარაუდით ახალი კორონავირუსით ხართ დაავადებული.

**ამ შემთხვევაში:**

- დარჩით სახლში და არიდეთ თავი სხვა პირებთან ნებისმიერ კონტაქტს.
- შეამოწმეთ კორონავირუსის სიმპტომები (იხილეთ ბმულები შემდეგ პუნქტში) ან დაურეკეთ თქვენს ექიმს. უპასუხეთ კითხვებს ინტერნეტით ან ტელეფონით. ბოლოს თქვენ მიიღებთ ქცევის რეკომენდაციას და საჭიროების შემთხვევაში ტესტის ჩატარების ინსტრუქციას.
- გაეცანით და მკაცრად დაიცავით «იზოლაციის» ინსტრუქციები ([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads))

თუ 65 წელს გადაცილებული ხართ, ხართ ფეხმძიმედ ან სხვა დაავადება გაწუხებთ, გაითვალისწინეთ: თუ გავრცელებული ერთი ან რამდენიმე სიმპტომი გაწუხებთ დაუყოვნებლივ დაურეკეთ ექიმს, კვირის ნებისმიერ დღეს, მათ შორის შაბათ-კვირას.

არ იცით როგორ მოიქცეთ?

კორონავირუსის სიმპტომების შესამოწმებლად ვებგვერდზე <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> რამდენიმე კითხვაზე პასუხის გაცემით მიიღებთ ჯანდაცვის ფედერალური უწყების მიერ ქცევის რეკომენდაციას (გერმანულ, ფრანგულ, იტალიურ და ინგლისურ ენებზე).

კორონავირუსის სიმპტომების შემოწმება შესაძლებელია ვაადტის კანტონის ვებგვერდზე <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> 8 ენაზე.

კორონავირუსის სიმპტომების ვებგვერდზე შემოწმება ვერ ჩაანაცვლებს სამედიცინო კონსულტაციას, დიაგნოზს ან მკურნალობას. მსგავსი სიმპტომები შეიძლება სხვა დაავადებების დროს გამოვლინდეს, რაც განსხვავებულ მიდგომას მოითხოვს.

ამჟამად გამოხატული სიმპტომების შემთხვევაში, თუ ის უარესდება ან გაშფოთებთ, ყოველთვის მიმართეთ ექიმს.

როგორ მკურნალობენ ახალი კორონავირუსით დაავადებულებს?

მკურნალობა სიმპტომების შემსუბუქებით შემოიფარგლება. დაავადებულები სხვების დაცვის მიზნით იზოლაციაში მოთავსდებიან. მძიმედ დაავადების შემთხვევაში უმეტესწილად საჭიროა ინტენსიურ განყოფილებაში მკურნალობა. გარკვეულ შემთხვევებში ხელოვნური სუნთქვა გარდაუვალი იქნება.

თუ გაქვთ ჩივილები, თავს შეუძლოდ გრძნობთ ან გაქვთ სიმპტომები, რომელიც ახალ კორონავირუსთან დაკავშირებული არ არის?

ჯანმთელობასთან დაკავშირებულ ჩივილებს, დაავადებებს და სიმპტომებს, რომლებიც ახალ კორონავირუსთან დაკავშირებული არ არიან, ასევე ყურადღებით უნდა მოევიდოთ და იმკურნალოთ. ისარგებლეთ დახმარებით და ნუ დააყოვნებთ: დაურეკეთ ექიმს.

როდის უნდა ჩავიტარო ახალ კორონავირუსზე ტესტი?

თავს შეუძლოდ გრძნობთ ან ახალი კორონავირუსის საექვო სიმპტომები გაქვთ? დარჩით სახლში, შემოწმეთ კორონავირუსის სიმპტომები ონლაინ (Coronavirus-Check) ან დაურეკეთ თქვენს ექიმს. უპასუხეთ ყველა შეკითხვას კორონავირუსის ონლაინ ან ტელეფონით გამოკითხვისას. გამოკითხვის დასრულების შემდეგ მიიღებთ რჩევას თუ როგორ იმოქმედოთ და მოცემული შემთხვევისთვის რეკომენდაციას ტესტის ჩასატარებლად. დარჩით სახლში ტესტის შედეგების მიღებამდე.

#### სად შემიძლია ტესტის ჩატარება?

კორონავირუსზე ტესტს ატარებენ ექიმები საავადმყოფოში ან ამისთვის სპეციალურად გამოყოფილ ცენტრებში. თქვენ შეგიძლიათ კორონავირუსის სიმპტომების ონლაინ შემოწმება (Coronavirus-Check). თუ ონლაინ გამოკითხვის შემდეგ რეკომენდირებული იქნება კორონავირუსზე ტესტის ჩატარება მიიღებთ მითითებებს როგორ იმოქმედოთ.

ვებგვერდიდან [www.ch.ch/coronavirus](http://www.ch.ch/coronavirus) ბმულებით შეგიძლიათ გადახვიდეთ სხვადასხვა კანტონის ინტერნეტ გვერდებზე, სადაც იხილავთ ახალ კორონავირუსთან დაკავშირებულ ინფორმაციას და საკონტაქტო მონაცემებს.

#### რა შემთხვევებში აფინანსებს ფედერაცია პჯრ (PCR) ტესტს?

ფედერაცია 2020 წლის 25 ივნისიდან აფინანსებს ტესტს (=მოლეკულურ ბიოლოგიურ პჯრ (PCR)-ტესტი), თუ დაკმაყოფილებულია ჯანდაცვის ფედერაციული უწყების (BAG) მიერ დადგენილი კრიტერიუმები. ეს ის შემთხვევებია, როცა მაგალითად, კოვიდ-19-სთვის დამახასიათებელი სიმპტომები გაქვთ და თქვენი ექიმი ახალი კორონავირუსის ინფექციაზე ტესტის ჩატარებაზე იძლევა რეკომენდაციას. ასევე, ერთ-ერთ კრიტერიუმად ითვლება ინფიცირებულ პირთან კონტაქტის შესახებ სვისკოვიდ აპლიკაციით (SwissCovid App) მიღებული შეტყობინება.

თუ არ არის დაკმაყოფილებული ჯანდაცვის ფედერაციული უწყების (BAG) მიერ დადგენილი ტესტის გავლისთვის საჭირო კრიტერიუმები, ფედერაცია არ აფინანსებს ტესტის ხარჯებს. ეს ვრცელდება იმ შემთხვევებზე, როცა მაგალითად, თქვენ ტესტის ჩატარებას მოგზაურობისთვის საჭიროებთ ან მას დამსაქმებელი გთხოვთ.

## **დამატებითი ინფორმაცია**

#### სად ვიპოვი დამატებით ინფორმაციას ჩემს მშობლიურ ენაზე?

კოვიდ-19-თან (Covid-19) დაკავშირებულ სანდო ინფორმაციას გაეცანით ვებპლატფორმაზე [migesplus.ch](http://migesplus.ch), ხოლო ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სხვა თემები იხილეთ ვებგვერდზე: <https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19>

#### რომელი ღონისძიების ჩატარება არის აკრძალული?

მასშტაბური ღონისძიებები 1000-ზე მეტი ადამიანის მონაწილეობით სექტემბრის ბოლომდე კვლავ აკრძალვამია.

კერძო და საზოგადოებრივი ღონისძიებები დაშვებულია 1000-მდე ადამიანის მონაწილეობით. თუ ღონისძიებას 300-ზე მეტი ადამიანი ესწრება, დამსწრეები 300 კაციან სექტორებად უნდა დაიყოს. წინამდებარე რეგულაცია ასევე ვრცელდება კაფე-ბარებსა და კლუბებზე.

ღონისძიებებზე დაიცავით 1,5 მეტრიანი დისტანცია და ჰიგიენის და ქცევის წესები. თუ შეუძლებელია დისტანციის დაცვა ატარეთ დამცავი ნიღაბი.

საზოგადოებრივ ღონისძიებებზე ორგანიზატორები ვალდებული არიან შეიმუშაონ და დაიცვან უსაფრთხოების წესები. დადგენილი უსაფრთხოების წესები შესაძლოა საკონტაქტო მონაცემების მითითებას ითვალისწინებდეს. ასეთ შემთხვევებში მნიშვნელოვანია სწორი მონაცემების მიწოდება. მხოლოდ ამგვარად შეძლებთ კანტონის უწყებებიდან ინფორმაციის მიღებას ინფიცირებულ პირებთან სავარაუდო კონტაქტების შესახებ

## დახმარების მიღება

როგორ მოვიქცე, თუ საავადმყოფოში ჩემს ენაზე ვერ მესაუბრებიან და ჩემი არ არ ესმით?

თავიდანვე მოითხოვეთ თარჯიმანი. არსებობს თარჯიმნის სატელეფონო მომსახურება. პროფესიონალი თარჯიმნების მომსახურებისას ოჯახის წევრთა თარჯიმნად მოყვანა აღარ დაგჭირდებათ და ამით მათი დაინფიცირების საფრთხეს შეამცირებთ. სამედიცინო მომსახურებისას ურთიერთგაგების უფლება გაქვთ.

სახლში უნდა დარჩეთ და სურსათი ან წამლები გჭირდებათ? ან დახმარების გაწევა გასურთ?

დაუკვირდით თქვენს გარშემო მყოფებს:

- შეგიძლიათ, ვინმეს დახმარება სთხოვოთ?
- ან შეგიძლიათ, ვინმეს დახმარება შესთავაზოთ?

დამატებითი შესაძლებლობები:

- მიმართეთ თქვენი დასახლების თვითმმართველობას
- გამოიყენეთ «Five up»-აპლიკაცია
- გაეცანით შემდეგ ვებგვერდს [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch) / [www.aide-maintenant.ch](http://www.aide-maintenant.ch)

კვლავ ძალაშია და სავალდებულოდ გასათვალისწინებელია ჰიგიენის და ქცევის წესები.

ნერვიულობთ ან მოსაუბრე გჭირდებათ?

აქ იხილავთ ინფორმაციას:

- ვებ-გვერდზე [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) / [www.როგორ ამოვისუნთქო.გვ](http://www.როგორ ამოვისუნთქო.გვ) / [www.santepsy.ch](http://www.santepsy.ch) / [www.salutepsi.ch](http://www.salutepsi.ch) [www.ფსიქიკური ჯანმრთელობა.გვ](http://www.ფსიქიკური ჯანმრთელობა.გვ)
- სატელეფონო კონსულტაციის ნომერი 143 (Die Dargebotene Hand/დახმარების ხელი)

სახლში საფრთხე გემუქრებათ? საჭიროებთ დახმარებას ან მფარველობას?

- ვებ-გვერდზე [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch/](http://www.aiuto-alle-vittime.ch/) (www.ძალადობის მსხვერპლთა და დაზარალებულთა დახმარება.გვ) ანონიმური კონსულტაციების და ტელეფონის ნომრებს და ვებ-ფოსტის მისამართებს მოიძიებთ შვეიცარიის მთელ ტერიტორიაზე.
- **სასწრაფო დახმარების საჭიროების შემთხვევაში დაუკავშირდით პოლიციას:** ტელეფონის ნომერი **117**

დამატებითი მნიშვნელოვანი ტელეფონის ნომრები:

- **სამედიცინო დახმარების გამოძახება** (სასწრაფო დახმარების მანქანა) **144: მოქმედებს** შვეიცარიის მთელ ტერიტორიაზე და 24 საათის განმავლობაში ყველა სამედიცინო გადაუდებელ დახმარებას გაგიწევთ.
- **ინფოხაზი** ახალი კორონავირუსის შესახებ: ტელეფონის ნომერზე **058 463 00 00** ახალი კორონავირუსის შესახებ შეკითხვებზე გიპასუხებენ.
- **თუ ოჯახის ექიმი არ გყავთ: სამედიცინო ცხელი ხაზი (Medgate)** ნომერზე **0844 844 911** თქვენს განკარგულებაშია 24 საათის განმავლობაში.

## სამსახურში დაბრუნება

ფედერალური საბჭო კვლავაც გირჩევთ სახლიდან მუშაობას იმ მიზეზითაც, რომ თავიდან აიცილოთ პიკის საათებში საზოგადოებრივი ტრანსპორტით მგზავრობა. თუმცა, დამსაქმებელ გადაწყვეტს, სამსახურში თქვენი დაბრუნების საკითხს და თარიღს.

თუ დასაქმებული ხართ და სხვა დაავადების გამო რისკგუფს მიეკუთვნებით, დამსაქმებელი ვალდებულია იზრუნოს თქვენს უსაფრთხოებაზე.





## ნიღბის ტარების ვალდებულება საზოგადოებრივ ტრანსპორტში

### სად ვრცელდება ნიღბის ტარების ვალდებულება?

ნიღბის ტარება სავალდებულოა ყველა სახის საზოგადოებრივ ტრანსპორტში, შესაბამისად მატარებლებში, ტრამვაისა და ავტობუსებში, ასევე საბაგირო გზაზე ან გემებზე. გამონაკლისთა რიცხვშია სათხილამურო ლიფტები და ღია სავარძლის ტიპის საბაგიროები. ასევე თვითმფრინავში, შვეიცარიიდან აფრენისას ან შვეიცარიაში დაშვებისას, სავალდებულოა ნიღბის ტარება.

### ვრცელდება გამონაკლისები მცირეწლოვან ბავშვებსა და სხვა პირებზე?

12 წლამდე ასაკის ბავშვებს არ აქვთ ნიღბის ტარების ვალდებულება. ასევე ის პირები, ვისაც არ შეუძლიათ ნიღბის ტარება გარკვეული მიზეზების გამო, განსაკუთრებით კი ჯანმრთელობის მდგომარეობის გამო, გამონაკლისში არიან.

### მაქვს თუ არა ნიღბის ტარების ვალდებულება ნახევრადცარიელ მატარებელში ან ავტობუსში?

ნიღბის ტარება სავალდებულოა საზოგადოებრივ ტრანსპორტში მგზავრთა რაოდენობის მიუხედავად. წინასწარ შეუძლებელია ტრანსპორტში ამომსვლელთა რიცხვის განსაზღვრა.

### თუ ნიღბი არ მაქვს: შემიძლია თუ არა შარფის ან ყელსახვევის მოხვევა სახესა და ცხვირზე?

არა, შარფის ან ყელსახვევის გამოყენებით ნიღბის ტარების ვალდებულება არ იქნება შესრულებული. შარფი ვერ იცავს საკმარისად დაინფიცირებისგან სხვა პირებს. უნდა ატაროთ ჰიგიენური ან წარმოებაში დამზადებული ნაჭრის ნიღბი.

### ვინ აკონტროლებს მგზავრთა მიერ ნიღბის ტარებას?

კონტროლსა და აღსრულებას ახორციელებს მატარებელში მომუშავე პერსონალი და რკინიგზის პოლიცია ან უსაფრთხოების სამსახური.

### და თუ უარს ვამბობ ნიღბის ტარებაზე?

ვინც უარს ამბობს ნიღბის ტარებაზე, სატრანსპორტო საშუალებას მომდევნო გაჩერებაზე დატოვებს. თუ პირი უსაფრთხოების თანამშრომელთა მოთხოვნას შეეწინააღმდეგება და არ დატოვებს ტრანსპორტს, დაუმორჩილებლობისთვის დაეკისრება ჯარიმა (არა ადმინისტრაციული არამედ დაიწყება საქმის წარმოება ფულადი ჯარიმის დაკისრების შესახებ).

### ჯანდაცვის ფედერალური უწყება (BAG) ხანგრძლივი დროის განმავლობაში იუწყებოდა, რომ ჯანმრთელ ადამიანს საჯარო სივრცეში ნიღბი არ იცავს. მიუხედავად ამისა, რატომ გახდა ნიღბის ტარება ახლა სავალდებულო?

ვინც ნიღბს ატარებს სხვებს იცავს. ინფიცირებული პირი შეიძლება გადამდები იყოს სიმპტომების გამოვლენამდე ბოლო ორი დღის განმავლობაში, ისე რომ თავადაც არ იცოდეს ამის შესახებ. იმ შემთხვევაში, თუ მცირე ზომის სივრცეში ყველა ატარებს ნიღბს, ადამიანები ერთმანეთისგან იქნებიან დაცულები. და თუ მიუხედავად ამისა, არ იქნება გარანტირებული სრული დაცვა, ვირუსის გავრცელების ტემპის შენელებას მაინც შევძლებთ.

## შვეიცარიაში მოგზაურობა/შესვლა

2020 წლის 6 ივლისიდან შვეიცარიაში განსაზღვრული ტერიტორიებიდან შესვლისას სავალდებულოა 10 დღიანი კარანტინის გავლა.

ეს ღონისძიება ეფუძნება ახალი კორონავირუსის (Covid-19) დასამარცხებლად მიმართული ღონისძიებების შესახებ საერთაშორისო სამგზავრო მიმოსვლასთან დაკავშირებულ დადგენილებას და ვრცელდება ახალი კორონავირუსით ინფიცირების მაღალი რისკის ქვეშ მყოფი ქვეყნებიდან ან ტერიტორიებიდან შემომსვლელებზე.

ქვეყანაში შემოსვლა აცნობეთ [კანტონის შესაბამის უწყებას](#) ორი დღის განმავლობაში და დაიცავით ამ უწყების რეკომენდაციები.

კარანტინის თავიდან აცილება ან შეტყობინების ვალდებულების დაუცველობა ეპიდემიის შესახებ კანონის თანახმად ითვლება სამართალდარღვევად და ითვალისწინებს ჯარიმას 10'000 შვეიცარიული ფრანკის (CHF) ოდენობით.



კორონავირუსით ინფიცირების მაღალი რისკის ქვეშ მყოფი ქვეყნების ან ტერიტორიების ჩამონათვალი, კანტონების საკონტაქტო მონაცემები, ასევე კარანტინის გავლის ვალდებულებასთან დაკავშირებული გამონაკლისი შემთხვევები იხილეთ ვებგვერდზე: [www.bag.admin.ch/entry](http://www.bag.admin.ch/entry)



## კორონავირუსის ტესტები და კონტაქტების დადგენა (Contact-Tracing) შეაჩერებს ინფექციის გავრცელების ჯაჭვს.

**რატომ არის ეს ორი ღონისძიება ასე მნიშვნელოვანი.**

იმისთვის, რომ ცხოვრების "ჩვეული" რეჟიმი შეძლებისდაგვარად აღდგეს, ინფექციის სიმპტომების მქონე ყველა ადამიანი დაუყოვნებლივ უნდა ჩაიტაროს ახალი კორონავირუსის ტესტი სიმპტომების მსუბუქი ფორმით გამოვლენის შემთხვევაშიც. ტესტის ჩატარების გარდა, ასევე, მნიშვნელოვანია ახლო კონტაქტების დადგენა და დასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტირებული პირის დადგენის მიზნით, მაგალითად რესტორანში. რადგან ინფიცირებული ადამიანი შესაძლებელია გადამდები იყოს, თუმცა თავს ჯერ კიდევ ჯანმრთელად გრძნობდეს. ასე რომ, ტესტების ჩატარებით და კონტაქტების დადგენით შესაძლებელია ინფექციის გავრცელების ჯაჭვის შეჩერება.

## თუ კორონავირუსის ტესტი დადებითია, მაშინ იწყება კონტაქტების დადგენა

- კანტონის მმართველი ორგანოები ინფიცირებულ პირთან ერთად აღგენენ მის ახლო კონტაქტებს.
- მმართველი ორგანოები აწვდიან ინფორმაციას და დასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტირებულ პირებს შესაძლო ინფიცირების შესახებ და გაცემენ ქცევის რეკომენდაციებს.
- მაშინაც კი, თუ ამ პირებს სიმპტომები არ აქვთ, ისინი საკარანტინო რეჟიმზე უნდა გადავიდნენ. კარანტინის ხანგრძლივობა განსაზღვრულია 10 დღით ინფიცირებულ პირთან ბოლო კონტაქტიდან. გაეცანით „კარანტინი“-ს ინსტრუქციას ([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads)) და განუხრელად დაიცავით წესები.
- თუ ამ პერიოდში ინფექცია არ გამოვლინდა, მმართველი ორგანოები აუქმებენ საკარანტინო რეჟიმს.



## სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია

მობილურ ტელეფონებზე სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაციის მხარდაჭერით გვსურს ახალი კორონავირუსის უკონტროლო გავრცელების შეჩერება. რაც მეტი მომხმარებელი ეყოლება სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაციას, მით უფრო დიდი იქნება მათი წვლილი ვირუსთან ბრძოლაში. მომხმარებელი, რომელიც მინიმუმ ერთ ახალი კორონავირუსის მოგვიანებით და დასტურებულ შემთხვევასთან იმყოფებოდა კონტაქტში, აპლიკაციით მიიღებს ინფორმაციას შესაძლო დაინფიცირების შესახებ და ქცევის რეკომენდაციებს. კონფიდენციალურობა დაცული იქნება. აპლიკაციის გამოყენება ნებაყოფლობითი და უფასოა. მისი გადმოწერა შესაძლებელია, როგორც ეფლის (Apple) ეფლ-სტორით (App-Store) ასევე, გუგლის ფლეი-სტორით (Google Play Store).

სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია ხელს უწყობს სწრაფი გავრცელების ჯაჭვის შეჩერებას.

მობილურ ტელეფონების (Android/iPhone) სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია ხელს უწყობს ახალი კორონავირუსის შეჩერებას. ის «კონტაქტების დადგენის» (Contact-Tracing) კლასიკური მეთოდის



დანამატია, რაც გულისხმობს კანტონებს შორის გავრცელების ახალი წყაროს კონტაქტის გამოვლენის - და ამგვარად, ის დაავადების გავრცელების ჯაჭვის გაწყვეტაში შეიტანს წვლილს.

სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია ხელმისაწვდომია ეფლის (Apple) ეფლ-სტორიდან (App-Store) და გუგლის პლეი სტორიდან (Google Play Store) (შემდეგ ენებზე: გერმანული, ფრანგული, იტალიური, რეტორომანული, ალბანური, ბოსნიური, ინგლისური, ხორვატული, პორტუგალიური, სერბული, ესპანური. დაემატება თურქული და ტიგრინული).

- გუგლ ფლეი სტორი (Google Play Store) ანდროიდისთვის (Android)
- ეფლ სტორი (App-Store) აიოს-თვის (iOS)

სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაციის გამოყენება ნებაყოფლობითი და უფასოა. რაც მეტი ადამიანი დააინსტალირებს და გამოიყენებს აპლიკაციას, მით უფრო ქმედითი იქნება ის ახალ კორონავირუსთან ბრძოლაში.

### **როგორ მუშაობს სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია?**

დააინსტალირეთ თქვენს მობილურ ეფლ (Apple) ან ანდროიდ (Android) ტელეფონებზე სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია. ამის შემდეგ მობილური ტელეფონი მუდმივად ჩართული ბლუთუზის (Bluetooth) ფუნქციის გარდა სხვა არაფერს საჭიროებს. მობილური ტელეფონი ბლუთუზით აგზავნის დაშიფრულ საიდენტიფიკაციო კოდს (ID), ე.წ. საკონტროლო ჯამს (Prüfsumme). საკონტროლო ჯამი არის მრავალ შემთხვევით ციფრთა კომბინაცია. ორი კვირის შემდეგ ყველა საკონტროლო კოდი წაიშლება მოწყობილობიდან.

აპლიკაცია განსაზღვრავს მობილურ ტელეფონებთან კონტაქტის ხანგრძლივობას და დისტანციას. ინფორმაცია ინახება **ახლო კონტაქტის** დამყარების შემთხვევაში (1,5 მეტრზე ნაკლები დისტანცია და დღის განმავლობაში ჯამურად 15 წუთზე მეტი). სწორედ ამ დროს არის შესაძლებელი ვირუსის გადაცემა.

### **შეტყობინება**

სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაციის მომხმარებელი კორონავირუსის დადასტურების შემთხვევაში კანტონის სამმართველოდან მიიღებს კოდს (კოვიდკოდი-Covidcode). მხოლოდ ამ კოდით შეძლებს მომხმარებელი თავისი აპლიკაციისთვის შეტყობინების ფუნქციის გააქტიურებას. ამგვარად ხდება აპლიკაციის სხვა მომხმარებლების გაფრთხილება, რომლებთანაც პირი ახლო კონტაქტში იმყოფებოდა ვირუსის გადადების აქტიურ ფაზაში (სიმპტომების გამოვლენამდე 2 დღით ადრე). კოდის აქტივაციის შემდეგ ავტომატურად მიიღებენ ანონიმურ შეტყობინებას.

პირებს, რომლებმაც შეტყობინება მიიღეს, შეუძლიათ დარეკონ აპლიკაციაში მითითებულ საინფორმაციო ცხელ ხაზზე და მიიღონ შემდგომი რეკომენდაციები. ამავდროულად, კონფიდენციალურობა მუდმივად დაცულია. თუ ინფორმირებულ პირს იმ დროისთვის გამოუვლინდა სიმპტომები, სახლში უნდა დარჩეს სხვა პირებთან კონტაქტის თავიდან ასაცილებლად, უნდა შეამოწმოს კორონავირუსის სიმპტომები ან განახორციელოს ზარი პირად ექიმთან.

ამ სოლიდარული ქცევით შეუძლია ყოველ ჩვენგანს, ინფექციის გავრცელების ჯაჭვის გაწყვეტა.

### **ანონიმურობის დაცვა**

მონაცემები, რომელსაც სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაცია აგროვებს, ინახება მხოლოდ ადგილობრივად მომხმარებლის მობილურ ტელეფონზე. მონაცემები მომხმარებლების და ადგილმდებარეობის შესახებ არ იგზავნება ცენტრალურ ბაზაში ან სერვერზე. აქედან გამომდინარე, ვერავინ შეძლებს იმის განსაზღვრას, თუ ვისთან და სად ჰქონდა ადგილი კონტაქტს. როცა კორონავირუსის კრიზისი გადაილახება, ან თუ აპლიკაცია სასურველ შედეგს არ მოიტანს, სისტემა გაითიშება.

### **სვისკოვიდ (SwissCovid) აპლიკაციით მივიღე შეტყობინება შესაძლო დაინფიცირების შესახებ. მაქვს თუ არა ტესტის გაკეთების უფლება?**

დიახ, ვირუსის დადასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტის შესახებ შეტყობინების მიღებისთანავე შეგიძლიათ ტესტის უფასოდ გაკეთება.

ტესტს შეუძლია უსიმპტომო ინფიცირებულ პირთა გამოვლენა. ის უნდა ჩატარდეს სავარაუდო დაინფიცირებიდან არაუადრეს მე-5 დღისა.

ტესტის დადასტურების შემთხვევაში თქვენ დაგიკავშირდებიან კანტონის უფლებამოსილი სამსახურიდან, რათა მიიღოთ რეკომენდაციები. ყოველივე მიმართულია ვირუსის გავრცელების შესაჩერებლად.

**მივიღებ თუ არა ისევ ხელფასს, თუ ვირუსის შესაძლო გადადების შესახებ შეტყობინების მიღების შემდეგ სახლში დარჩენას გადავწყვეტთ?**

თუ დადასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტის შესახებ მიიღეთ შეტყობინება, დარეკეთ სვისკოვიდის (SwissCovid) საინფორმაციო ცხელ ხაზზე (ტელეფონის ნომერი იხილეთ აპლიკაციით მიღებულ შეტყობინებაში). ამ საკითხთან დაკავშირებით კონსულტაციას ცხელ ხაზზე მიიღებთ.

კანონით დამსაქმებელს არ აქვს ხელფასის გადახდის ვალდებულება, თუ თქვენ დადასტურებულ შემთხვევასთან კონტაქტის შესახებ შეტყობინების საფუძველზე რჩებით სახლში.

მხოლოდ კანტონის შესაბამისი უწყების მიერ განსაზღვრული კარანტინის რეჟიმი არის ხელფასის შემდგომი გადახდის საფუძველი.

**რა არის ახალი კორონავირუსი? რა არის სარს-კოვ-2 და რა არის კოვიდ-19?**

ახალი კორონავირუსი 2019 წლის ბოლოს ჩინეთის ცენტრალურ ქალაქ ვუჰანში ფილტვების ანთების უჩვეულო სიხშირის გამო გამოაშკარავდა. ვირუსს ეწოდა SARS-CoV-2 და განეკუთვნება იმავე პათოგენთა ოჯახს, როგორც «ახლო აღმოსავლეთის რესპირატორული სინდრომი» MERS და «მძიმე მწვავე რესპირატორული სინდრომი» SARS.

ახალი კორონავირუსით გამოწვეულ დაავადებას ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციამ 2020 წლის 11. თებერვალს ოფიციალური სახელი უწოდა: კოვიდ-19/COVID-19, ანუ «coronavirus disease 2019» ან გერმანულად «Coronavirus-Krankheit 2019».

ამჟამად არსებული ინფორმაციით დგინდება, რომ ადამიანებს ვირუსი ცხოველებისგან გადაედო და ახლა ის ადამიანიდან ადამიანზე ვრცელდება. დაავადების წარმოშობის საწყისი წყარო, სავარაუდოდ, ქალაქ ვუჰანში არსებული თევზებისა და ცოველების ბაზარია, რომელიც ჩინურმა უწყებებმა ამასობაში დახურეს.

დამატებითი ინფორმაცია:

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(გერმანულ, ფრანგულ, იტალიურ, ინგლისურ ენებზე)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Federal Office of Public Health FOPH

