

რა არის პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009?

პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009-ს გამომწვევი გრიპის ვირუსია, რომელიც იწვევს ადამიანთა დაავადებას გრიპით. პანდემიური გრიპის A(H1N1) ვირუსი პირველად დაფიქსირდა აშშ-ში, 2009 წლის აპრილში. ამჟამად შემთხვევები რეგისტრირებულია თითქმის მთელ მსოფლიოში. A(H1N1) პანდემიური გრიპის ვირუსი ადამიანიდან ადამიანს გადაცემა, ისევე, როგორც სეზონური გრიპის ვირუსისა.

რატომ უწოდებენ A(H1N1)-ს ზოგჯერ ღორის გრიპს?

ახლად გამოვლენილ გრიპის ვირუსს თავიდან უწოდებდნენ ე.წ. „ღორის გრიპს“, რადგან ლაბორატორიულმა ტესტირებამ აჩვენა ამ ვირუსის გენეტიკური შემადგენლობის მსგავსება იმ გრიპის ვირუსისადმი, რომელიც ჩვეულებრივ ჩრდილო ამერიკაში ღორებში ცირკულირებს. შემდგომი კვლევებით დადგინდა, რომ ეს ვირუსი მნიშვნელოვნად განსხვავდება ჩრდილო ამერიკაში ღორებში ჩვეულებრივ მოცირკულირე ვირუსისგან. A(H1N1) პანდემიური გრიპის ვირუსის 2 გენი არის იმ გრიპის ვირუსებიდან, რომელიც ცირკულირებს ღორებში ევროპასა და აზიაში, ხოლო დანარჩენი ფრინველებსა და ადამიანში მოცირკულირე გრიპის ვირუსის გენებია. მეცნიერები ამ ვირუსს „ოთხმაგი რეასორტაციის“ ვირუსს უწოდებენ.

არიან თუ არა ღორები ამ ვირუსის მტარებელნი და შეიძლება თუ არა მათგან გადაგვედოს ეს დაავადება?

არ არსებობს მტკიცებულება იმისა, რომ ამჟამად ღორები არიან ინფიცირებულნი ამ ვირუსით, მაგრამ ასევე ცნობილია, რომ ეს არის გრიპის ის ვირუსი, რომელსაც ჩვეულებრივ შეუძლია გრიპის გამოწვევა ღორებში. ჩვეულებრივ პირობებში ამ ვირუსით ადამიანთა დაინფიცირება არ ხდება, თუმცა გრიპის ვირუსი შეიძლება გადაედოს როგორც ღორიდან ადამიანს, ასევე ადამიანიდან ღორს.

არის თუ არა პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009 ვირუსი გადამდები?

დიახ, პანდემიური გრიპის A(H1N1) 2009 ვირუსი გადამდებია და ვრცელდება ადამიანიდან ადამიანზე.

A(H1N1)-ის სიმპტომები ადამიანებში

პანდემიური გრიპის A(H1N1) 2009 ვირუსის სიმპტომები მსგავსია ჩვეულებრივი ადამიანის გრიპის სიმპტომებისა და მოიცავს შემდეგს: ცხელება, ხველა, ყელის, კუნთებისა და სახსრების, თავის ტკივილი, შემცივნება, საერთო სისუსტე, ზოგჯერ დიარეა და პირღებინება. ისევე, როგორც სეზონური გრიპისას, დაავადებას ხანდახან ახასიათებს მძიმე მიმდინარეობა და გარდაცვალება. ამჟამად წარმოებს ლაბორატორიული კვლევები, რათა დადგინდეს, აქვს თუ არა მოსახლეობის რომელიმე ჯგუფს ბუნებრივი იმუნიტეტი ამ ვირუსისადმი.

როგორ ვრცელდება გრიპი პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009?

პანდემიური გრიპის A(H1N1) 2009 ვირუსი ვრცელდება ისევე, როგორც სეზონური გრიპის ვირუსი. დაავადებული ადამიანის ხველის ან ცემინების დროს დაინფიცირებული წვეთები ხვდება მათ ხელებზე, აგრეთვე სხვადასხვა ზედაპირებზე ან დისპერსირდება ჰაერში 1 მეტრის მანძილზე. ჯანმრთელი ადამიანი შეიძლება დაინფიცირდეს კონტამინირებული ჰაერიდან, ან დაინფიცირებულ ხელებთან, ზედაპირებთან შეხებისას, თუ იმავე დაუბანელი ხელით შეეხება საკუთარ თვალებს ან ცხვირ-პირს.

შეიძლება თუ არა ადამიანი დაინფიცირდეს ღორის ხორცის დამუშავების ან საკვებად გამოყენების დროს?

არა. ვირუსის გადაცემა ამ გზით არ ხდება. თქვენ ვერ დაინფიცირდებით ამ გზით. სათანადოდ დამუშავებული ღორის ხორცი და მისი პროდუქტები აბსოლუტურად უსაფრთხოა.

არის თუ არა საშიში სასმელი წყალი?

ონკანის წყალი, რომელიც სათანადოდ დამუშავებას გადის, არ განიხილება, როგორც ამ დაავადების გადამტანი. ადამიანის დაავადება დაბინძურებული წყლის გამოყენების გამო არაა ცნობილი.

შეიძლება თუ არა დაავადების გავრცელება სარეკრეაციო წყლებით, აკვა პარკებით, შადრევნებით, საცურაო აუზებით და სხვ.

არა. წყალი, რომელიც გადის სათანადოდ დამუშავებას, არ განიხილება როგორც დაავადების გავრცელების რისკის შემცველი.

როგორ დაეიცვათ გრიპისგან თავი?

დაავადების თავიდან ასაცილებლად საჭიროა გატარდეს გრიპის პრევენციის ზოგადი ღონისძიებები:

მოერიდეთ კონტაქტს იმ ადამიანებთან, რომლებიც თავს შეუძლოდ გრძნობენ, აღენიშნებათ ცხელება და ხველა;

ეცადეთ არ შეეხოთ იმ ზედაპირებს, რომლებიც შეიძლება იყოს დაბინძურებული გრიპის ვირუსით. მოერიდეთ დაავადებულებთან კონტაქტს;

ხშირად და საფუძვლიანად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით;

ეცადეთ იცხოვროთ ჯანსაღი ცხოვრების წესით, ეცადეთ იყოთ კარგ ფიზიკურ ფორმაში. კარგად გამოიძინეთ, იყავით ფიზიკურად აქტიური. თავი აარიდეთ სტრესებს, მიიღეთ საკმარისი რაოდენობით სითხე და სასარგებლო საკვები.

არსებობს თუ არა პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009 ვირუსით გამოწვეული ინფექციის სამკურნალო საშუალებები?

მძიმე შემთხვევებში რეკომენდებულია მკურნალობისთვის გამოყენებული იქნას ოსელტამივირი ან ზანამივირი. ეს პრეპარატები ამცირებენ ორგანიზმში ვირუსის გამრავლებას. თუ ავად ხართ, ანტივირუსულმა პრეპარატებმა შეიძლება შეამცირონ დაავადების სიმპტომების გამოხატულება ან დააჩქარონ გამოჯანმრთელება. ასევე შეიძლება თავიდან ავაცილოთ დაავადების შემდგომი სერიოზული გართულებები. ანტივირუსული პრეპარატების გამოყენების პრიორიტეტია მძიმედ მიმდინარე შემთხვევების მკურნალობა.

რამდენი ხანია დაავადებული ადამიანი გადამდები?

იმდენივე ხანს, როგორც სეზონური გრიპის დროს. ადამიანი გადამდებია სიმპტომების გამოვლენამდე 1 და გამოვლენის შემდეგ 7 დღე. პატარა ბავშვები გადამდები არიან უფრო ხანგრძლივად.

რომელი ზედაპირები განიხილება როგორც დაინფიცირების ყველაზე მაღალი რისკის მატარებლები?

გამომწვევი შეიძლება გავრცელდეს, თუ ადამიანი ხელით შეეხება გამომწვევებით დაბინძურებულ ზედაპირს და შემდეგ იმავე, დაუბანელი ხელით, საკუთარი თვალის, ცხვირისა და პირის მიდამოს. დაავადებულის ხველისა და ცემინებისას გამოტყორცნილი წვეთებით ხდება გამომწვევის გავრცელება ჰაერში 1 მეტრის მანძილზე, რაც ჯანმრთელთა დაავადების მიზეზი ხდება.

როგორ დავიცვათ თავი დაავადებისგან?

ხველების და ცემინების დროს მიიფარეთ ცხვირსახოცი. გამოყენების შემდეგ ცხვირსახოცი გადააგდეთ;

რაც შეიძლება ხშირად დაიბანეთ ხელები წყლითა და საპნით, განსაკუთრებით ხველისა და ცემინების შემდეგ. ეფექტურია ალკოჰოლის შემცველი ხელსაწმენდების გამოყენება;

არ შეეხეთ ხელებით თვალებს, პირს, ცხვირს. გამომწვევი შეიძლება ასე გავრცელდეს;

მოერიდეთ დაავადებულ ადამიანთან ახლო კონტაქტს;

დარჩით სახლში სიმპტომების გამოვლენიდან 7 დღის განმავლობაში ან სიმპტომების გაქრობიდან 24 საათის ან უფრო მეტი დროის განმავლობაში. ეს დაიცავს სხვა ადამიანებს დაავადებისგან და შეზღუდავს ვირუსის შემდგომ გავრცელებას.

სხვა მნიშვნელოვანი ქმედებები, რომლებიც შეიძლება თქვენ განახორციელოთ:

მისდით საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ორგანოთა რეკომენდაციებს შეზღუდვის ღონისძიებებთან დაკავშირებით, როგორცაა საზოგადოებრივი დისტანცირების ღონისძიებები და სხვა.

რანდენ ხანს ძლებს ახალი პანდემიური გრიპი A(H1N1) 2009 გამომწვევი ზედაპირებზე?

როგორც კვლევებით დადგინდა, ადამიანის დაავადების უნარს ზედაპირებზე მოხვედრილი გამომწვევი ინარჩუნებს 2-8 საათის განმავლობაში.

როგორ დავიბანოთ კარგად ხელები?

საჭიროა ხელების გასაპვნა და წყლით ჩამობანა;

სასურველია ერთჯერადი ქაღალდის ხელსახოცის ხმარება, ხოლო მისი არქონის შემთხვევაში – ინდივიდუალური სუფთა ნაჭრების გამოყენება, ყოველი გამოყენების შემდეგ ნაჭრის ხელსახოცი თავსდება სპეციალურად გამოყოფილ კონტეინერში ან ერთჯერადი გამოყენების ცელოფნის პარკში, რომელიც ავსების შემდეგ ექვემდებარება განადგურებას;

ხელების დასაბანად უმჯობესია თხევადი საპნის გამოყენება;
სასურველია ხელის სპირტის შემცველი ანტისეპტიკური საშუალებების გამოყენება.

რა კლავს ახალი პანდემიური გრიპის A(H1N1) 2009 გამომწვევს?

ვირუსი ინაქტივირდება მაღალი ტემპერატურის - 70°C ზემოქმედებით;
ქიმიური ნივთიერებებიდან ვირუსის გამანადგურებელი თვისებებით გამოირჩევა ქლორი, ჰიდროგენპეროქსიდი, დეტერგენტები ანუ ანტისეპტიკური საპონი და სარეცხი საშუალებები, იოდოფორი, სპირტის შემცველი ანტისეპტიკური საშუალებები.

როგორ უნდა მოიქცეთ, თუ ავად ხართ?

თუ გაქვთ გრიპისმაგვარი დაავადების სიმპტომები, ანუ მაღალი ტემპერატურა, ხველა, მტვრევის შეგრძნება სხეულში, ყელის ტკივილი, გულისრევა, პირღებინება ან დიარეა, დაუკავშირდით თქვენს ექიმს ან სამედიცინო მომსახურების სხვა მიმწოდებელს და მიიღეთ სათანადო მოსახურება. მისდით ექიმის დანიშნულებას და გაითვალისწინეთ ის რჩევები, რომლებსაც მიიღებთ.

ბავშვებში გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების საგანგაშო სიმპტომებია:

გახშირებული ან გართულებული სუნთქვა;
კანის სილურჯე;
სითხის სმის შემცირება;
მივარდნილობა, არაკონტაქტურობა;
გალიზიანებადობა;
გრიპისმაგვარი სიმპტომების გაუმჯობესების მიუხედავად, მაღალი სიცხე და ხველა;
ცხელება და გამონაყარი.

მოზარდებში გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების საგანგაშო სიმპტომებია:

გახშირებული ან გართულებული სუნთქვა;
ტკივილის ან სიმძიმის შეგრძნება გულმკერდის ან მუცლის არეში;
უეცარი თავბრუსხვევა;
მოუსვენრობა, შფოთვა;
მძიმე ან შეუწერებელი პირღებინება.

როგორ მოვეუაროთ ავადმყოფს სახლის პირობებში?

ავადმყოფი უნდა იყოს განცალკევებით ოჯახის სხვა წევრებისგან, სულ მცირე 1 მეტრის მოშორებით;
ავადმყოფის მოვლის დროს ცხვირზე და პირზე აიფარეთ ნიღაბი. ამ მიზნით შეგიძლიათ გამოიყენოთ როგორც კომერციული, ასევე ის ნიღაბი, რომელსაც თავად გააკეთებთ ხელმისაწვდომი ქსოვილისგან, მაგ. ოთხფენოვანი დოლბანდისგან. გამოყენების შემდეგ ნიღაბები უნდა გადაიყაროს ან სათანადოდ გასუფთავდეს (გაირეცხოს, გაუთოვდეს);
ავადმყოფთან ყოველი კონტაქტის შემდეგ კარგად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით;

სშირად განიავეთ ის ოთახი, სადაც წევს აკადემოფი;
გამოიყენეთ საოჯახო დეზინფექციანი გამწმენდი საშუალებები, რათა თქვენს
ორგვლივ არსებული გარემო სუფთა იყოს.