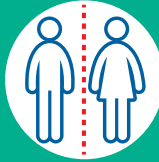


თვითიზოლაცია

ახალ კორონავირუსთან (COVID-19) დაკავშირებული რეკომენდაციები თვითიზოლაციაში მყოფი პირებისთვის



დარჩით თქვენს საცხოვრებელში ან ბინაში. ნუ წახვალთ სამსახურში, სკოლაში ან სხვა საზოგადოებრივი თავშეყრის ადგილებში



განცალკევდით სხვებისგან თქვენს საცხოვრებელში ან ბინაში



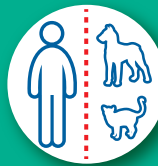
არ მიიღოთ სტუმრები თქვენს საცხოვრებელში ან ბინაში



არ გამოიყენოთ საზიარო საყოფაცხოვრებო სივრცეები. საზიარო სივრცეები თქვენს მიერ გამოყენების შემდეგ, უნდა გაინჰინდოს საგულდაგულოდ



საკვები, წამლები და სხვა საშუალებები უნდა მოგწოდოთ უსაფრთხოდ



თავი შეიკავეთ თქვენს შინაურ ცხოველებთან კონტაქტისგან. თუ ეს გარდაუვალია, დაიბანეთ ხელები კონტაქტამდე და მის შემდეგ

შეაჩერეთ ინფექციის გავრცელება



ხველის და ცემინებისას **აიფარეთ** პირსა და ცხვირზე ერთჯერადი ცხვირსახოცი



ცხვირსახოცი გამოყენებისთანავე **მოათავსეთ დახურულ ურნაში**



დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით



გამოიყენეთ ცალკე **თქვენთვის განკუთვნილი საყოფაცხოვრებო ნივთები**, როგორცაა პირსახოცები, თეთრეული, კბილის ჯაგრისი, ჭიქა და თეფში



გაიკეთეთ ნიღაბი სხვებთან კონტაქტისას

დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით



საკვების მომზადებამდე და მიღებამდე



ტუალეტის გამოყენების შემდეგ

იზრუნეთ საკუთარ ჯანმრთელობასა და კეთილდღეობაზე

თუ თავს იგრძნობთ შეუძლოდ



დაისვენეთ სანამ თავს არ იგრძნობთ უკეთ



მიიღეთ იმ რაოდენობის სითხე, სანამ რეგულარულად არ მოშარდავთ

თვითიზოლაციაში მყოფი ყველა პირისთვის



მეგობრებთან და ოჯახთან კონტაქტი იქონიეთ ტელეფონის გამოყენებით, ვიდეო ან ონლაინ რეჟიმში



იყავით ფიზიკურად აქტიური სახლის პირობებში, თუ ეს შესაძლებელია

რესპირაციული სიმპტომების (ცხელება, ხველა, სუნთქვის გაძნელება) გამოვლენის შემთხვევაში დაუკავშირდით 112

12.03.2020



საქართველოს ოკუპირებული ტერიტორიებიდან დევნილთა, შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტრო

მედი ინფორმაციისთვის, ეწვიეთ: StopCoV.ge; moh.gov.ge; ncdc.ge; www.facebook.com/ncdcgeorgia ან დარეკეთ ცხელი ხაზის ნომრებზე 116 001; 15 05



დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი
GEORGIAN NATIONAL CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PUBLIC HEALTH