

KORONAVIRUSNING KLINIK BELGILARI, PROFILAKTIKASI VA DAVOSI

Do'stmuratova Mayramxon Tojixo'jaevna
Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi
Hamshiralik ishi fani o'qituvchisi.

Yangi koronavirus nima?

Yangi koronavirus (CoV) koronavirusning yangi shtammidir.

Xitoyning Uxan shahrida ilk bor aniqlangan yangi koronavirus keltirib chiqaradigan kasallik 2019 yil koronavirus kasalligi deb nomlandi. Qisqacha COVID-19 nomida "CO" koronani (corona), "VI" virusni (virus), "D" esa kasallikni (disease) anglatadi. Avval ushbu kasallik "2019 yilgi koronavirus" yoki "2019-nCoV" deb nomlangan.

COVID-19 yangi virus bo'lib, kuchli o'tkir respirator sindromni va o'tkir respirator virusli infeksiyaning (O'RVI) ba'zi turlarini keltirib chiqaradigan viruslar oilasiga tegishlidir.

Yangi koronavirus qanday tarqaladi?

Virus havo-tomchi yo'li bilan yo'talish va aks urish paytida to'g'ridan-to'g'ri yuqadi. Shuningdek virus bilan ifloslangan yuzalarga tegish orqali ham yuqishi mumkin. Koronavirusi bir necha soat davomida buyumlarning sirtida o'z kuchini saqlab qoladi, biroq oddiy dezinfeksiya vositalari uni o'ldirishi mumkin.

Yangi koronavirusning klinikbelgilari qanday?



Yuqori tana harorati, yo'tal va nafas qisilishikasallik alomatlariga kiradi. Og'irroq holatlarda infeksiya pnevmoniyaga yoki nafas qiyinlanishiga olib kelishi mumkin. Kamdan-kam hollarda kasallik o'limga olib kelishi mumkin.

Ushbu alomatlar gripp yoki ORVIga o'xshashdir, ular koronavirusga qaraganda ancha keng tarqalgan. Shuning uchun odam koronavirus bilan kasallanganini tasdiqlash uchun tibbiy tahlil qilish kerak. Kasallikning oldini oluvchi asosiy profilaktika choralarini o'xshash. Buning uchun qo'llarni sovun bilan tez-tez yuvish lozim. Respirator gigiyenaga rioya qilish muhim - yo'talayotganda egilgan tirsak yoki qog'oz salftetka bilan og'iz va burunni berkiting, so'ng salftetkani yopiladigan axlat idishiga tashlang. Bundan tashqari, grippga qarshi emlash ham foydali. Shubois o'zingiz va bolangizni o'z vaqtida emlatishni unutmang.

Infeksiyani yuqtirimaslik uchun nima qilish zarur?

Infeksiyani yuqtirimaslik uchun siz va oilangiz to'rtta ehtiyot choralarini ko'rishingiz mumkin:

1. Tarkibida spirt bo'lgan qo'l tozalash vositalari yoki sovun bilan qo'llarni tez-tez yuvib turish.
2. Yo'talish yoki aks urish paytida og'z va burningizni egilgan tirsak yoki qog'oz dastro'mol bilan berkiting, so'ng dstro'molni yopiq axlat idisihga tashlang.
3. Shamollash yoki isitma alomatlari bo'lgan har qanday kishi yaqindan muloqotda bo'lishdan qoching.
4. Agar sizda yoki bolangizda isitma, yo'tal yoki nafas qisilishi bo'lsa, tibbiy yordam uchun imkon qadar ertaroq murojaat qiling.

Tibbiy niqob kiyish kerakmi?

Respirator belgilar, ya'ni yo'talish yoki aks urish holatlarida boshqalarni himoya qilish uchun tibbiy niqobdan foydalanish tavsiya etiladi. Sizda bu alomatlar bo'lmagan holaniqob tutish shart emas.

Niqobdan foydalanishning samarasini ta'minlash va virus yuqtirish yuqori xavfining oldini olish uchun ularni to'g'ri ishlatish, so'ng tegishli ravishda yo'q qilish kerak.

Infeksiyani to'xtatish uchun faqatgina niqobni qo'llash yetarli emas. Shu bois qo'llarni sovun bilan tez-tez yuvib turish, yo'talganda va aks urganda og'iz va buruninni berkitish hamda O'RVI yoki grippga xos bo'lgan har qanday belgilarga (yo'tal, aks urish, isitma) ega odam bilan yaqin muloqotda bo'lmaslik zarur.

Oila a'zolarida virus belgilari paydo bo'lganda nima qilish kerak?

Sizda yoki farzandingizda isitma, yo'tal yoki nafas olish qiyinlashuvi alomatlari paydo bo'lsa, imkon qadar tezroq tibbiy yordam uchun murojaat qilishingiz kerak. Agar koronavirusning yangi holatlari qayd etilgan mintaqaga borgan bo'lsangiz yoki ushbu mintaqalarning biridan kelgan va respirator belgilari mavjud bo'lgan odam bilan yaqin aloqada bo'lgan bo'lsangiz, darhol bu haqda o'z shifokoringizga xabar bering.

Qanday qilib qo'llarni to'g'ri yuvish kerak

1-qadam. Qo'lingizni oqayotgan suv bilan namlang.

2-qadam. Nam qo'llarga yetarli miqdorda sovun suring.

3-qadam. Qo'llaringizni bir-biringizga ishqalab, yuzalarini, ichki qismini, barmoqlar orasini va tirnoq ostini kamida 20 soniya davomida ishqalang.

4-qadam. Qo'llaringizni oqayotgan suv ostida yaxshilab yuving.

5-qadam. Qo'llaringizni toza mato yoki bir marta ishlatiladigan sochiq bilan quriting. Qo'lingizni tez-tez, ayniqsa ovqatlanishdan oldin, burningizni qoqqaningizda, yo'talganda yoki aks urgandan keyin va xojatxonadan keyin yuvib turing.

Sovun va suv bo'lmagan holda, tarkibida kamida 60% alkogol mavjud qo'l antiseptigidan foydalaning. Qo'llaringiz ifloslangandaularni albatta sovun va suv bilan yuving.

Sayohat paytida oilangiz qanday ehtiyotkorlik choralarini ko'rishi kerak?

Chet elga safar qilishni rejalashtirgan har bir kishi, borayotgan mamlakatning unga kirib kelayotganlar uchun qo'ygan har qanday cheklovlar, karantin talablari yoki boshqa tegishli tavsiyalar borasidagieslatma bilan tanishishi kerak.

Safar paytidagi odatiy ehtiyot choralarini ko'rishdan tashqari, karantin yoki o'z davlatingizga qaytib kirisni t'qiqlashning oldini olish uchun Xalqaro havo transporti assotsiatsiyasining veb saytida koronavirus haqidagi so'nggi ma'lumotlar bilan tanishib borish tavsiya etiladi.

Safar davomida barcha ota-onalar va ularning farzandlari standart gigiyena qoidalariga amal qilishlari kerak: qo'llarini tez-tez yuvib turing yoki kamida 60% alkogol mavjud qo'l antiseptigni qo'llang, to'g'ri respirator gigiyena qoidalariga rioya qiling (og'iz va burunni egilgan tirsak yoki qog'oz dastro'mol bilanberkitish, yo'talayotganda yoki aks urganda salfetka ishlatib, uni darhol tashlab yuborish, yo'talayotgan yoki aks urayotgan kishi bilan yaqin masofada muloqot qilmaslik).

Bundan tashqari, ota-onalarda doim yonlarida antiseptik, bir marta ishlatiladigan salfetaklar va dezinfektsiyalaydigan nam salfetaklar bo'lishi tavsiya etiladi.

Qo'shimcha tavsiyalar quyidagilarni o'z ichiga oladi: samolyotga yoki boshqa transport vositasiga chiqqaningizda o'rindiqlik, uning qo'l qo'yiladigan qismi, sensorli ekran va boshqalarni dezinfektsiyalash vositasi bilan arting. Siz va farzandlaringiz yashaydigan mehmonxonada yoki boshqa joyda foydalaniladigan buyumlarning sirti, eshik tutqichlari, masofadan boshqarish pult va boshqa jihozlarni tozalash uchun dezinfektsiyalash vositasidan foydalaning.

Koronavirus homilador ayollardan ulaning tug'ilajak bolalariga yuqishi mumkinmi?

Hozirgi vaqtda virus homiladorlik paytida onadan bolaga yuqishi yoki bolaga ta'sir ko'rsatishi to'g'risida yetarli dalillar yo'q. Mazkur masala o'rganilmoqda. Homilador ayollar o'zlarini virusning ta'siridan himoya qilish uchun tegishli choralarni ko'rib borishlari, isitma, yo'talish yoki nafas qiyinlashishi kabi alomatlar paydo bo'lganida imkon qadar tezroq tibbiy yordam uchun murojaat qilishlari kerak.

Agar ona koronavirus bilan kasallangan bo'lsa, ko'krak suti bilan farzandini emizishi xavfsizmi?

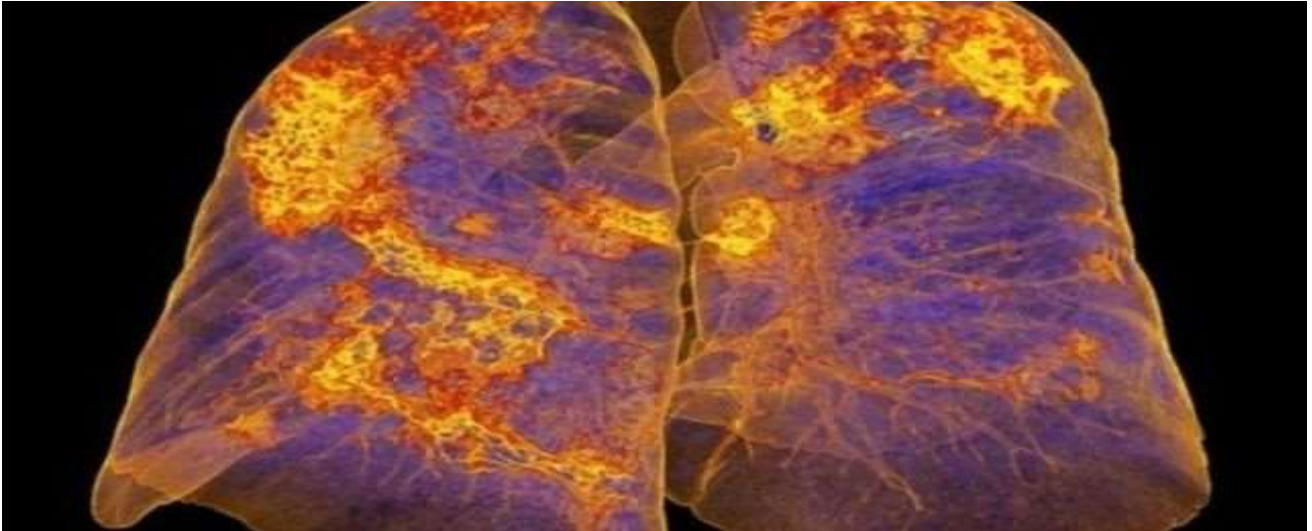
Xavfga moyil va xavf ostida bo'lgan hududlardagi hamda isitma, yo'tal yoki nafas qiyinlashishi kabi alomatlar bo'lgan barcha onalar imkon qadar tezroq tibbiy yordam uchun murojaat qilishlari va shifokor ko'rsatmalariga amal qilishlari kerak.

Ko'krak suti bilan oziqlantirishning foydali tomonlarini va boshqa respirator viruslar ko'krak suti orqali yuqishi ehtimolining juda pastligini e'tiborga olgan holda, onalar emizishni davom ettirishi mumkin.

Koronavirus tasdiqlangan yoki shubha qilingan har qanday kishilarga, jumladan bolalar bilan o'zaro muloqotda bo'lgan holatlardagi kabi emizikli onalar uchun ham quyidagilar tavsiya qilinadi: bolaga yaqin bo'lganda va uni emizish vaqtida niqob kiyish, bola bilan muloqot qilishdan avval va keyin, shuningdek uni ovqatlantirganda qo'llarni sovun bilan yuvish va jihozlarning ifloslangan sirtlarini tozalash/dezinfektsiyalas.

Agar ona jiddiy kasal bo'lsa, yuqorida aytilgan profilaktika usullariga rioya qilgan holda ko'krak sutini sog'ib, uni bolaga toza idish va/yoki qoshiqda berish kerak.

Koronavirus bizga yuqqach, tanamiz ichida nima qiladi?



Yashirin davrda virus tanamizda yaxshilab joylashib oladi.

Koronavirus yoki Sars-CoV-2 virusi nafas yo'llari, og'iz va ko'zdagi shilliq pardalar orqali tanamizga tushadi.

U keyin tomoq to'qimalari devorini, nafas yo'llari va o'pkani zararlaydi va ularni koronavirusni ko'paytiruvchi korxonaga aylantiradi.

Ya'ni yangi viruslar ishlab chiqiladi va boshqa to'qimalarga ham yuqa boshlaydi. Bu davrda siz o'zingizni sog'lom his qilasiz va hech qanday kasallik alomati ko'rinmasligi mumkin.

Uy sharoitida koronavirusning zararli ta'sirini kamaytirish uchun xonalarni tez-tez shamollatib turilishi, uyning tozaligiga va undagi oziq-ovqat mahsulotlarining to'g'ri saqlanishiga qattiq e'tibor berilishi lozim.

Shuningdek, uy sharoitida koronavirusdan davolanayotgan bemorlar o'z yaqinlarining salomatliklarini o'ylagan holda, ulardan o'zini iloji boricha izolyatsiyalashi kerak. Bemor turgan xonaga yosh bolalarning va keksa yoshli oila a'zolarining kirishlari cheklanishi kerak. Bemorning ovqatlanish idishlari alohida bo'lishiga e'tibor berish lozim. Iloji boricha ko'proq suyuqlik iste'mol qilish tavsiya qilinadi.

Koronavirusning yangi shtammlari avvalgilaridan ko'ra yuquvchanligi bilan farq qilmoqda. Shuning uchun ham tibbiy niqob va antiseptik har bir insonning doimiy hamrohi bo'lishi kerak.

Koronavirusni uy sharoitida davolash

Uy sharoitida davolanayotgan bemorga o'zboshimchalik bilan davo muolajalari qilish taqiqlanadi. Koronavirusning yengil shtammini o'tkazayotgan bemorlarning holidan hududdagi birlamchi tibbiy-sanitariya yordami muassasasi xodimlari xabar olib turishadi. Ularning ahvoli og'irlashgudek bo'lsa yoki biror maslahat zarur bo'lsa, oilaviy shifokor bilan maslahatlashish zarur.

"Vitamin S", "vitamin D" va "Sink" kabi dori vositalarini kasallikni boshdan o'tkazayotgan bemorlargina emas, u bilan birga yashayotgan oila a'zolari ham profilaktika maqsadida qabul qilishlari mumkin. Bunda albatta, oilaviy shifokor tavsiyasiga amal qilish shart.

Internet saytlar:

1. www.gov.uz
2. www.edu.uz
3. www.lex.uz
4. www.norma.uz
5. www.ziyonet.uz
6. www.medlock.ru
7. www.book.ru
8. www.gazeta.uz