

COVID-19 მძიმე დაავადების მაღალი რისკის მქონე პირებისთვის¹

COVID-19 შედარებით ახალი დაავადებაა და მძიმე ფორმის განვითარების შესახებ ინფორმაცია, შედარებით შეზღუდულია. ამჟამად არსებულ ხელმისაწვდომ ინფორმაციასა და კლინიკურ გამოცდილებაზე დაყრდნობით, ხანდაზმული ასაკის პაციენტები და ნებისმიერი ასაკის პირები, რომელთაც აღენიშნებათ თანმხლები დაავადებები, შესაძლებელია, COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარების, უფრო მაღალი რისკის ქვეშ, იმყოფებოდნენ.

მოცემული გზამკვლევი დაგეხმარებათ თავი დაიცვათ COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარებისგან.

ამჟამად არსებული ცოდნის საფუძველზე, COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარების მაღალი რისკის ჯგუფს მიეკუთვნებიან:

- 65 წლის და მეტი ასაკის პირები;
- თავშესაფარს ან ხანგრძლივი მოვლის დაწესებულებაში მცხოვრები პირები;
- თანმხლები სამედიცინო მდგომარეობებს მქონე პაციენტები, განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში თუ ეს მდგომარეობები არაკონტროლირებადია:
 - ფილტვების ქრონიკული დაავადებები, ან საშუალო და მძიმე ფორმის ასთმა;
 - გულის სერიოზული დაავადება;
 - იმუნოკომპრომეტირებული პირები:
 - იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობა, შესაძლოა, მრავალმა მიზეზმა გამოიწვიოს, როგორცაა მაგალითად, ავთვისებიანი სიმსივნის მკურნალობა, თამბაქოს წევა, ძვლის ტვინის ან ორგანოების ტრანსპლანტაცია, იმუნოდეფიციტი, ცუდად კონტროლირებადი აივ-ინფექცია ან შიდსი, კორტიკოსტეროიდების და სხვა იმუნიტეტის დამთრგუნველი პრეპარატების ხანგრძლივი გამოყენება;
- პაციენტები მკვეთრად გამოხატული სიმსუქნით (სმი \geq 40კგ/მ²);
- პაციენტები შაქრიანი დიაბეტით;
- დიალიზზე მყოფი თირკმლის ქრონიკული დაავადების მქონე პირები;
- პაციენტები ღვიძლის დაავადებებით

ხანდაზმული პაციენტები

ხანდაზმულ პაციენტებსა და თანმხლები ქრონიკული დაავადებების მქონე პირებს, როგორცაა მაგალითად გულისა და ფილტვების დაავადებები ან დიაბეტი, როგორც ჩანს, COVID-19-ის გართულების შედარებით მაღალი რისკი აღენიშნებათ.

როგორ უნდა შეამციროთ დაავადების რისკი

გთავაზობთ სხვადასხვა ღონისძიებებს, რაც დაგეხმარებათ ავად გახდომის რისკის შემცირებაში:



- შეძლებისდაგვარად დარჩით სახლში;
- ხშირად დაიბანეთ ხელები;
- ყოველდღიურად დაიცავით სიფრთხილის ზომები თქვენსა და გარშემომყოფებს შორის დისტანციის შენარჩუნების თვალსაზრისით (დაახლოებით 2მ მანძილი);
- მოერიდეთ დაავადებულ პირებს;
- მოიმარაგეთ საჭირო ნივთები;
- ჩაატარეთ ხშირად შეხებადი ზედაპირების დეზინფექცია და დასუფთავება;
- მოერიდეთ ნებისმიერ მოგზაურობას კრუიზით თუ თვითმფრინავით
- დაუკავშირდით ექიმს, თუ გაქვთ კითხვები COVID-19-ის თავისებურებებზე თქვენი ძირითადი დაავადების პირობებში, ან იმ შემთხვევაში თუ ავად გახდით.

როგორ დაიცვათ საკუთარი თავი - იცოდეთ როგორ ვრცელდება დაავადება



- დღესდღეობით არ არსებობს ვაქცინა, COVID-19-ის წინააღმდეგ.
- დაავადებისგან თავის არიდების საუკეთესო საშუალება ვირუსის მორიდებაა.
- ვირუსი ვრცელდება ადამიანისგან ადამიანზე.
 - ერთმანეთთან მჭიდრო კონტაქტში (2 მეტრზე ნაკლებ მანძილზე) მყოფ ადამიანებს შორის;
 - რესპირაციული წვეთებით ინფიცირებული პირის მიერ ხველების, საუბრის ან ცემინების დროს;
 - ეს წვეთები ილექება ახლოს მყოფი ადამიანების ცხვირის ან პირის ლორწოვან გარსზე ან შესაძლოა მოხვდენ ფილტვებში ჩასუნთქულ ჰაერთან ერთად;

- ზოგიერთი უახლესი კვლევის შედეგები მიუთითებს, რომ COVID-19 შესაძლებელია გავრცელდეს უსიმპტომო პირის მიერაც.

ყველასთვის სავალდებულო მითითებები



ხშირად დაიბანეთ ხელები

- **დაიბანეთ ხელები:** ხშირად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით, სულ მცირე, 20 წმ-ის მანძილზე. ყველა შინ მყოფი პირი გააფრთხილეთ, რომ ანალოგიურად მოიქცეს, განსაკუთრებით, ინფიცირებულ პირთან სიახლოვის შემდეგ.
- **ხელების სანიტაიზერი:** თუ წყალი და საპონი ხელმისაწვდომი არ არის, გამოიყენეთ ხელის სანიტაიზერი, რომელიც შეიცავს, სულ მცირე, 60%-იან ალკოჰოლს. სრულად დაფარეთ ხელების ზედაპირი სანიტაიზერით და კარგად დაამუშავეთ მანამ, სანამ ხელები არ გაშრება.
- **ხელები შორს:** მოერიდეთ თვალების, ცხვირის და პირის შეხებას დაუბანელი ხელებით.



მოერიდეთ მჭიდრო კონტაქტს

- მოერიდეთ მჭიდრო კონტაქტს დაავადებულთან.
- **დარჩით სახლში,** შეძლებისდაგვარად.
 - დაიცავით დისტანცია თქვენსა და გარშემო მყოფებს შორის:
 - გახსოვდეთ, რომ ზოგ შემთხვევაში ვირუსის გამავრცლებელი, შესაძლოა იყოს, უსიმპტომო პირი;
 - დისტანცირება განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია მათთვის, ვინც დაავადების მძიმე ფორმის მაღალი რისკის ქვეშ იმყოფება.



დაიფარეთ ცხვირი და პირი, ქსოვილის ნიღბით სხვა ადამიანების გარემოცვაში

- თქვენ შესაძლოა წარმოადგენდეთ COVID-19 -ის გამავრცელებელს მაშინაც კი, თუ თავს არ გრძნობთ შეუძლოდ.
- ყველამ უნდა ატაროს ქსოვილის ნიღაბი თავშეყრის ადგილებში მოხვედრისას, როგორცაა მაგალითად, მაღაზიაში ან სხვა საყიდლებზე სიარული.
- ქსოვილის ნიღბის გაკეთება არ არის რეკომენდებული 2 წლამდე ასაკის ბავშვის, სუნთქვის მკვეთრი გაძნელების, ცნობიერების დაკარგვის, უნარშეზღუდულობის, ან ისეთ შემთხვევებში, როდესაც პირს დახმარების გარეშე არ შეუძლია ნიღბის მოხსნა.
- ითვლება, რომ ქსოვილის ნიღაბი იცავს სხვა ადამიანებს იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ ინფიცირებული ხართ;
- არ არის საჭირო სამედიცინო პერსონალისთვის განკუთვნილი ნიღბის გამოყენება;
- გააგრძელეთ სოციალური დისტანცირება, ქსოვილის ნიღაბი ვერ ჩაანაცვლებს თავდაცვის მითითებულ ზომას.



ხველისა და ცემინების ეტიკეტი

- თუ თქვენ დახურულ სივრცეში იმყოფებით და არ გიკეთიათ ქსოვილის ნიღაბი, ხველის და ცემინების დროს, გახსოვდეთ, ყოველთვის დაიფარეთ ცხვირი და პირი ხელსახოცით ან მოხრილი იდაყვის შიგნითა ზედაპირით.
- გამოყენებული ხელსახოცი გადააგდეთ სანაგვე ურნაში.
- დაუყოვნებლივ დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით, სულ მცირე, 20 წამის მანძილზე. თუ წყალი და საპონი ადგილზე არ გაქვთ, დაიმუშავეთ ხელები სულ მცირე, 60% ალკოჰოლის შემცველი ხელის სანიტაიზერით.



ჩაატარეთ დასუფთავება და დეზინფექცია

- ყოველდღიურად ჩაატარეთ ხშირად შეხებადი ზედაპირების დასუფთავება და დეზინფექცია: ასეთებია მაგიდები, კარების სახელურები, სინათლის ჩამრთველები, საწერი მაგიდები, ტუალეტები, ონკანები, ნიჟარები და ელექტროხელსაწყოები.

- თუ ზედაპირი ბინძურია, თავდაპირველად ის გაწმინდეთ საპნითა და წყლით, ხოლო შემდეგ გამოიყენეთ საყოფაცხოვრებო სადეზინფექციო საშუალება.

- რეკომენდებული სადეზინფექციო საშუალებების ჩამონათვალი შეგიძლიათ იხილოთ დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ეროვნული ცენტრის ვებ-გვერზე:

<https://www.ncdc.ge/Pages/User/LetterContent.aspx?ID=cd102acb-90c8-40fe-b45a-f70b42ee5522>

ცხრილი 1. ანტიმიკრობული აგენტები, რომლებიც ეფექტურია კორონავირუსის საწინააღმდეგოდ

ანტიმიკრობული აგენტი	სამუშაო კონცენტრაცია
ეთანოლი	70%
ნატრიუმის ჰიპოქლორიტი	0.1-0.5%
	0.05-0.1%
პოვიდონ-იოდი	10% (1% იოდი)
გლუტარალდეჰიდი	2%
იზოპროპანოლი	50%
ბენზალკონიუმის ქლორიდი	0.05%
ნატრიუმის ქლორიტი	0.23%
ფორმალდეჰიდი	0.7%

სტრესთან გამკლავება

პანდემიის პირობებში შესაძლოა გქონდეთ სტრესის მომატებული განცდა. შიში და შფოთვა ხშირად დამთრგუნველია და შესაძლოა, ძლიერი ემოციური დატვირთვის მიზეზი გახდეს.

რის გაკეთება შეიძლება, საკუთარი თავის გასამხნეველად:

- **შეისვენეთ ახალი ამბების ან სოციალური მედიის გზავნილების კითხვის, ცქერისა და სმენისგან.** პანდემიაზე ერთდაიგივე ინფორმაციის რეგულარული მოსმენა, შესაძლებელია, საკმაოდ დამთრგუნველი იყოს.
- **იზრუნეთ საკუთარ სხეულზე.** ღრმად ისუნთქეთ, მიმართეთ მედიტაციას. ეცადეთ იკვებოთ ჯანსაღად, ბალანსირებული საკვებით, ივარჯიშოთ რეგულარულად, გამოიძინოთ საკმარისად და მოერიდოთ ალკოჰოლისა და არალეგალური წამლების მიღებას.
- **გამონახეთ დრო რელაქსაციისთვის.** ეცადეთ დაკავდეთ ისეთი საქმეებით, რომელიც სიამოვნებას განიჭებთ.
- **გქონდეთ კავშირი სხვებთან.** ესაუბრეთ ადამიანებს, ვისაც ენდობით, თქვენი წუხილისა და ემოციების შესახებ.
- **მიმართეთ ექიმს,** თუ სტრესი რამდენიმე დღის განმავლობაში უწყვეტად ახლავს თქვენს ყოველდღიურ აქტივობას.
- **თუ თქვენ ან თქვენი ახლობელი განიცდით ემოციების მოზღვავებას,** როგორცაა მწუხარება, დეპრესია ან შფოთვა, გიჩნდებათ საკუთარი თავის ან სხვებისთვის ზიანის მიყენების სურვილი, დარეკეთ 112-ში, ან ფსიქოლოგიური დახმარების ცხელ ხაზზე.

კორონავირუსული ინფექციის სიმპტომები

COVID-19-ის სიმპტომები მნიშვნელოვან ვარიაციებს განიცდის, დაწყებული მსუბუქი ჩივილებიდან, დამთავრებული მძიმე დაავადებით და ლეტალური გამოსავლით. სიმპტომები შეიძლება ინფიცირებულ პირთან კონტაქტიდან 2-14 დღეში გამოვლინდეს. ეს სიმპტომებია:

- ცხელება
- ხველა
- ქოშინი ან სუნთქვის გაძნელება
- შემცივნება
- ციებ-ცხელების ეპიზოდები
- კუნთების ტკივილი
- თავის ტკივილი
- ყელის ტკივილი
- ყნოსვის და გემოს უეცარი დაკარგვა

როდის უნდა მიმართოთ სამედიცინო დახმარებას

თუ თქვენ დაგეწყით COVID-19-სთვის დამახასიათებელი რომელიმე საგანგაშო ნიშანი* ჩამოთვლილიდან, დაუყოვნებლივ მიმართეთ სამედიცინო დახმარებას:

- სუნთქვის მკვეთრი გაძნელება
- პერსისტული ტკივილი ან ზეწოლის შეგრძნება გულმკერდის არეში
- ცნობიერების მწვავე დაბინდვა ან გამოფხიზლების სირთულე
- ტუჩების ან სახის მოლურჯე შეფერილობა

*ეს ჩამონათალი არ არის სრულყოფილი. მიმართეთ პირად ექიმს სხვა მძიმე ან თქვენთვის საინტერესო სიმპტომებთან დაკავშირებით.

გადაუდებელი სამედიცინო მდგომარეობის შემთხვევაში, დარეკეთ 112-ზე: ოპერატორს შეატყობინეთ, რომ თქვენ გაქვთ ან შესაძლოა გქონდეთ COVID-19. თუ შესაძლებელია, სასწრაფო დახმარების ბრიგადის მოსვლამდე ცხვირი და პირი დაიფარეთ ქსოვილის ნიღბით.

ჩამოაყალიბეთ ჯანმრთელობაზე ზრუნვის გეგმა

ზრუნვის გეგმა მოიცავს ინფორმაციას თქვენი ჯანმრთელობის პრობლემების, მედიკამენტების, ექიმ-სპეციალისტების, გადაუდებელ სიტუაციაში საკონტაქტო ნომრების და სხვა მნიშვნელოვანი საკითხების (მაგალითად, ანდერძის და სხვა) შესახებ. ზრუნვის გეგმა შეავსეთ პირადი ექიმის და საჭიროებისას, ოჯახის წევრის ან ბინაზე მომვლელის დახმარებით.

ზრუნვის გეგმა სასარგებლოა არსებული პანდემიის გარეშეც.

შეგიძლიათ, ზრუნვის გეგმა განაახლოთ ყოველწლიურად, ან ნებისმიერ დროს, მედიკამენტური დანიშნულების ცვლილებისას. ზრუნვის გეგმა დაგეხმარებათ გადაუდებელი ვიზიტებისა და ჰოსპიტალიზაციების თავიდან აცილებაში, და ზოგადად, დაეხმარება, ქრონიკული სამედიცინო პრობლემების მქონე, პაციენტთა მდგომარეობის მართვას, რაც აუმჯობესებს მათი ცხოვრების ხარისხს.

მოხუცთა თავშესაფარები

COVID-19-ის პირობებში, თავშესაფარში მყოფ პირთა დაცვის მიზნით, ამ ტიპის დაწესებულებებს ეძლევათ რეკომენდაცია:

- შეზღუდონ ვიზიტორები რაოდენობა;
- რეგულარულად შეამოწმონ დაწესებულების მედპერსონალი და თანამშრომლები, ცხელებასა და სხვა სიმპტომებზე;
- შეზღუდონ დაწესებულების შიდა აქტივობები, რეზიდენტების უსაფრთხოების შენარჩუნების მიზნით.

აშშ-ში, 10-დან 8 ლეტალური გამოსავალი 65 წლის და უფროსი ასაკის პაციენტებში, აღინიშნებოდა

დადასტურებული COVID-19-ის მქონე მოზრდილებს შორის აშშ-ში:

- ჰოსპიტალიზაციის საჭიროების პროცენტული წილი
 - 31-70% იყო 85 წლის და მეტი
 - 31-59% იყო 65-84 წლის
- ინტენსიური ზრუნვის საჭიროების პროცენტული წილი
 - 6-29% 85 წლის და მეტი
 - 11-31% 65-84 წლის
- გარდაცვლილთა პროცენტული წილი
 - 10-27% 85 წლის და მეტი
 - 4-11% 65-84 წლის



მძიმე დაავადების განვითარების მაღალი რისკის ჯგუფი

COVID-19 ახალი დაავადებაა და მძიმე დაავადების განვითარების რისკ-ფაქტორების შესახებ ინფორმაცია, ჯერჯერობით, მწირია. ამჟამად არსებული ინფორმაციისა და კლინიკური გამოცდილების საფუძველზე, ხანდაზმულები და ნებისმიერი ასაკის პირები, თანმხლები სერიოზული დაავადებებით, **COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარების მომატებული რისკის ქვეშ, იმყოფებიან.**

შეამცირეთ COVID-19-ით დაავადების რისკი

- გააგრძელეთ რეგულარული მედიკამენტების მიღება და არ შეცვალოთ მკურნალობის გეგმა, ექიმის დაუკითხავად.
- მოიმარაგეთ, სულ მცირე, 2 კვირის სამყოფი რეცეპტურული და ურეცეპტო მედიკამენტები. გაესაუბრეთ პირად ექიმს/სადაზღვევოს ექიმს და ფარმაცევტს, დამატებითი რაოდენობის გამოწერასთან დაკავშირებით, რაც შეამცირებს აფთიაქში მისვლის საჭიროებას.
- გაესაუბრეთ თქვენს ექიმს, გაქვთ თუ არა ჩატარებული ყველა საჭირო აცრა. 65 წელს ზემოთ, თანმხლები ქრონიკული დაავადებების, იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობის, ან ღვიძლის მნიშვნელოვანი პრობლემის მქონე პირებისთვის რეკომენდებული გრიპისა და პნევმოკოკური პნევმონიის წინააღმდეგ აცრა.
- **COVID-19-ის გამო, არ გადადოთ, თქვენი თანმხლები დაავადების გადაუდებელი დახმარების მიღება.** გადაუდებელი დახმარების განყოფილებებს გააჩნიათ ინფექციის პრევენციის გეგმა, რაც თანმხლები დაავადების მკურნალობის საჭიროების შემთხვევაში, უზრუნველყოფს თქვენს დაცვას COVID-19-ისგან.
- დაუკავშირდით თქვენს ექიმს, თუ გაწუხებთ კითხვები თქვენს თანმხლებ მდგომარეობასთან დაკავშირებით, ავად გახდით და ეჭვობთ, რომ შესაძლოა გქონდეთ COVID-19. გადაუდებელი დახმარების საჭიროების შემთხვევაში დარეკეთ 112-ში.

რა შეიძლება მოიმოქმედოთ თქვენი მდგომარეობიდან და სხვა რისკ-ფაქტორებიდან გამომდინარე

თანმხლები მდგომარეობები და სხვა რისკფაქტორები

<p>ასთმა (საშუალო და მძიმე)</p>	<p>საშუალო და მძიმე ასთმის შემთხვევაში შესაძლებელია COVID-19-ის უფრო მძიმე ფორმა განვითარდეს.</p> <p>რა უნდა გააკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • მისდით ასთმის სამოქმედო გეგმას; • შეინარჩუნეთ ასთმის კონტროლი; • გააგრძელეთ რეგულარული მედიკამენტების მიღება, მათ შორის, საინჰალაციო სტეროიდები; • სწორად მოიხმარეთ ინჰალატორი; • მოერიდეთ ასთმის ტრიგერებს; • თუ შესაძლებელია, სასურველია ბინის დასუფთავებასა და დალაგებაში დაიხმაროთ ოჯახის წევრი, რომელსაც არ აქვს ასთმა; როდესაც ისინი აწარმოებენ დასუფთავებასა და დეზინფექციას: <ul style="list-style-type: none"> ▪ დარწმუნდით რომ ოთახში მყოფ პირებს არ აქვთ ასთმა. ▪ მინიმალურად გამოიყენეთ სადეზინფექციო საშუალებები, რომელთაც შეუძლიათ ასთმის შეტევის პროვოცირება; ▪ გააღეთ ფანჯარა და კარები და გაანიავეთ ოთახი. ▪ ყოველთვის შეასრულეთ ეტიკეტზე მითითებული მწარმოებლის ინსტრუქცია; ▪ აეროზოლური საწმენდი საშუალებები დაასხით ტილოს და არა პირდაპირ გასაწმენდ ზედაპირს (თუ ინსტრუქციით დასაშვებია); <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ COVID-19 აზიანებს თქვენს სასუნთქ სისტემას (ცხვირს, ყელს, ფილტვებს), შეუძლია გამოიწვიოს ასთმის შეტევა, და ხშირად პნევმონიის და მძიმე დაავადების განვითარება.</p>
<p>ფილტვების ქრონიკული დაავადება</p>	<p>ფილტვების ქრონიკული დაავადება, როგორცაა ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადება (ფქოდ), მათ შორის, ემფიზემა და ქრონიკული ბრონქიტი, იდიოპათიური პულმონური ფიბროზი და ცისტური ფიბროზი COVID-19-ის მძიმე მიმდინარეობის მომატებულ რისკს განაპირობებს.</p>

	<p>რა უნდა გააკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • გააგრძელეთ თქვენი რეგულარული მედიკამენტების, მათ შორის საინჰალაციო სტეროიდების მიღება. • მოერიდეთ ტრიგერებს, რომლებიც იწვევენ თქვენი სიმპტომების გაუარესებას. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>სხვა რესპირაციული ინფექციების გამოცდილებიდან გამომდინარე, COVID-19-მა შესაძლოა გამოიწვიოს ფილტვის ქრონიკული დაავადების გამწვავება, რაც მძიმე დაავადების განვითარების წინაპირობაა.</p>
<p>შაქრიანი დიაბეტი</p>	<p><u>როგორც 1-ლი და მე-2 ტიპის, ისე გესტაციური დიაბეტის შემთხვევაში</u>, შესაძლებელია, COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარება.</p> <p>რა უნდა გავაკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • გააგრძელეთ თქვენი დიაბეტის სამკურნალო ტაბლეტების ან ინსულინის მიღება ჩვეულებისამებრ. • გაისინჯეთ შაქარი სისხლში, 4 საათში ერთხელ და ჩაიწერეთ შედეგები. • დარწმუნდით, რომ გაქვთ დიაბეტის სამკურნალო ტაბლეტებისა და ინსულინის, სულ მცირე, 2 კვირის მარაგი. <p>თუ თავს შეუძლოდ გრძნობთ, მიუხედავად იმისა, რამდენად კონტროლირებადია სისხლში შაქარი, მითითებულ ღონისძიებებთან ერთად დამატებით საჭიროა:</p> <ul style="list-style-type: none"> • დამატებით მიიღეთ არაკალორიული სითხეები*, და ეცადეთ ჩვეულებრივ, გააგრძელოთ კვება; • ყოველდღიურად აიწონეთ. წონის დაკლება სპეციალური მალისხმევის გარეშე, სისხლში შაქრის მაღალი შემცველობის მაჩვენებელია. • ყოველ დილა-სადამოს გაიზომეთ ტემპერატურა, ცხელება შესაძლოა ინფექციის ნიშანი იყოს. <p>*დეჰიდრატაციის თავიდან ასარიდებლად საკმარისი რაოდენობით მიიღეთ სითხე – 120-180მლ ნახევარ საათში ერთხელ.</p>

	<p>მიმართეთ სასწრაფო სამედიცინო დახმარებას, ქვემოთ ჩამოთვლილ შემთხვევებში:</p> <ul style="list-style-type: none"> • თუ გიჭირთ სუნთქვა; • თუ შარდში კეტონების დონე საშუალო ან მაღალია; • 4 სთ და მეტი გიგრძელდებათ ღებინება, ნებისმიერი სითხის მიღების შემდეგ; • თუ ავადმყოფობის პერიოდში დაიკელით 2,2კგ-ზე მეტი; • სისხლში შაქრის შემცველობა 60მგ/დლ-ზე ნაკლებია; • 24 სთ და მეტი გრძელდება საკვების მიღების შეუძლებლობა და ღებინება; • 6 სთ და მეტი გრძელდება ღებინება და/ან მძიმე დიარეა; • სხეულის ტემპერატურა აღემატება 38,3°C-ს, 24 საათის მანძილზე; • გაბრუებული ხართ, ან ნათლად ვერ აზროვნებთ. შინ იყოლიეთ ახლობელი, რომელიც დაურეკავს თქვენს ექიმს ან სასწრაფოს. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ შაქრიანი დიაბეტის მქონე პირებს, რომელთა გლუკოზის დონეც ხშირ შემთხვევაში ნორმაზე მაღალია, დიაბეტთან დაკავშირებული ჯანმრთელობის პრობლემების მომატებული რისკი აღენიშნებათ. ამ პრობლემების ფონზე, შესაძლოა, გაძნელდეს COVID-19-ის მკურნალობა.</p>
<p>გულის სერიოზული დაავადება</p>	<p>გულის სერიოზული დაავადება, კერძოდ, გულის უკმარისობა, კორონარული არტერიების დაავადება, გულის თანდაყოლილი დაავადება, კარდიომიოპათიები და ფილტვისმიერი ჰიპერტენზია, შესაძლოა COVID-19-ის მძიმე ფორმის წინაპირობა იყოს.</p> <p>რა უნდა გააკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • მედიკამენტები მიიღეთ ზედმიწევნით დანიშნულების მიხედვით. გააგრძელეთ, აგვ-ინჰიბიტორებისა და ანგიოტენზინ II რეცეპტორების ბლოკერების მიღება, რომელიც თქვენმა ექიმმა გამოგიწერათ ისეთი ჩვენებებისთვის, როგორცაა გულის უკმარისობა და სისხლის მაღალი წნევა. ეს რეკომენდებულია, არსებული კლინიკური სახელმძღვანელოებით.

	<ul style="list-style-type: none"> • უზრუნველყავით, რომ გქონდეთ თქვენი საგულე წამლების სულ მცირე 2 კვირის მარაგი (მაგალითად, მაღალი წნევის ან მაღალი ქოლესტეროლის სამკურნალო მედიკამენტები). • ჰიპერტენზიის მქონე პაციენტებმა უნდა გააგრძელონ სისხლის წნევის კონტროლი და დანიშნული მედიკამენტების მიღება. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>COVID-19-მა, სხვა რესპირაციული ვირუსების მსგავსად, შესაძლოა დააზიანოს თქვენი სასუნთქი სისტემა და გააუარესოს გულის მუშაობა. გულის სერიოზული დაავადებების და გულის უკმარისობის მქონე პაციენტებში, ამან შესაძლოა, COVID-19-ის მძიმე მიმდინარეობის წინაპირობა შექმნას.</p>
<p>დიალიზზე მყოფი თირკმლის ქრონიკული უკმარისობა</p>	<p><u>დიალიზზე მყოფი თირკმლის ქრონიკული დაავადების შემთხვევაში</u>, COVID-19-ის მძიმე ფორმის მომატებული რისკი აღინიშნება.</p> <p>რა უნდა გავაკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • თუ თქვენ დიალიზზე იმყოფებით, არ უნდა გამოტოვოთ პროცედურა; • დაუკავშირდით ექიმს, ან კლინიკას, რომელშიც გიტარდებათ დიალიზი, თუ ავად ხართ ან გაგიჩნდათ კითხვები. • წინასწარ მოიმარაგეთ საკმარისი დიეტური საკვები თქვენი ექიმის რეკომენდაციების შესაბამისად, იმ შემთხვევაში, თუ ვერ შეძლებთ რეგულარული მკურნალობის კურსის გაგრძელებას. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>დიალიზზე მყოფი პაციენტები მეტად მოწყვლადი არიან ინფექციისა და მძიმე დაავადების განვითარებისადმი დასუსტებული იმუნური სისტემის, თირკმლის უკმარისობის სამკურნალო მედიკამენტებისა და პროცედურების, აგრეთვე, თანმხლები დაავადებების, მაგალითად, შაქრიანი დიაბეტის გამო.</p>
<p>მძიმე სიმსუქნე</p>	<p>მძიმე სიმსუქნე, რომელიც განისაზღვრება როგორც სხეულის მასის ინდექსი (სმი) 40 და მეტი, პაციენტებს COVID-19-ის გართულების, მომატებული რისკის ქვეშ აყენებს.</p> <p>რა უნდა გავაკეთოთ</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • ზედმიწევნით შეასრულეთ მედიკამენტური დანიშნულება ნებისმიერი თანმხლები დაავადებისთვის. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>მძიმე სიმსუქნის ფონზე, შესაძლოა, გაიზარდოს ისეთი სერიოზული სუნთქვის პრობლემის განვითარების რისკი, როგორცაა მწვავე რესპირაციული დისტრეს სინდრომი (მრდს), რომელიც COVID-19-ის მთავარ გართულებას წარმოადგენს და შესაძლოა, მნიშვნელოვანი გამოწვევის წინაშე დააყენოს სამედიცინო პერსონალი, მძიმე პაციენტების სუნთქვითი მხარდაჭერის შესაძლებლობის თვალსაზრისით. მძიმე სიმსუქნის შემთხვევაში პაციენტს, შესაძლოა, აღენიშნებოდეს მრავლობითი სერიოზული ქრონიკული პრობლემა და თანმხლები დაავადება, რის ფონზეც მძიმე COVID-19-ის განვითარების რისკი მატულობს.</p>
<p>65 წლის და უფროს პირები</p>	<p>65 წლის და უფროსი ასაკის პირები, COVID-19-ის მძიმე დაავადების, მომატებული რისკის ქვეშ იმყოფებიან.</p> <p>რა უნდა გააკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • მიიღეთ სამკურნალო მედიკამენტები, დანიშნულების მიხედვით, ნებისმიერი თანმხლები პრობლემისთვის; • შეასრულეთ თქვენი ექიმის რჩევები; • ჩამოაყალიბეთ თვით-მოვლის გეგმა, რომელშიც შეჯამებული იქნება თქვენი ჯანმრთელობის პრობლემები და მიმდინარე მკურნალობა; • გამოიყენეთ სია, რათა მზად იყოთ შინ ხანგრძლივი პერიოდით დასარჩენად. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>მიუხედავად იმისა, რომ COVID-19-ით, შესაძლოა, ნებისმიერი ასაკის პირი დაინფიცირდეს, რაც უფრო მეტია ასაკი, მით მაღალია მძიმე დაავადების განვითარების რისკი. მაგალითად, აშშ-ში გარდაცვალების 10 შემთხვევიდან რვა 65 წლის და უფროსი ასაკის პაციენტებზე მოდის. სიკვდილობის რისკი ყველაზე მაღალი 85 წლის და უფროსი ასაკის პაციენტებშია. ასაკის მატებასთან ერთად იმუნური სისტემა სუსტდება, რაც ართულებს ინფექციასთან ბრძოლას. ამასთანავე, ხანდაზმულ</p>

	<p>პაციენტებს, ხშირად, თანმხლები ქრონიკული დაავადებებიც აქვთ, რაც ზრდის COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარების რისკს.</p>
<p>თავშესაფარებში მცხოვრები პირები</p>	<p>მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში COVID-19-ის მრავალი შემთხვევა აღინიშნა ხანდაზმულ პაციენტებში, რომლებიც ცხოვრობენ თავშესაფარის ტიპის დაწესებულებებში.</p> <p>რა უნდა გააკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • ზედმიწევნით შეასრულეთ თქვენი დაწესებულებების მითითებები ინფექციის პრევენციასთან დაკავშირებით; • სასწრაფოდ დაუკავშირდით პერსონალს ავადმყოფობის შემთხვევაში; • ჰკითხეთ თქვენს მომვლელებს იმ ღონისძიებების შესახებ, რომელსაც ატარებს დაწესებულება თქვენს დასაცავად, მათ შორის ვიზიტორების შემცირებასთან დაკავშირებით. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>თავშესაფარის ტიპის დაწესებულების კომუნალური თავისებურება და იქ მცხოვრები პირების სპეციფიკა (როგორც წესი, ხანდაზმული პაციენტები, ხშირად თანმხლები სამედიცინო მდგომარეობებით), განაპირობებს ამ კონტინენტის COVID-19-ით ინფიცირებისა და მძიმე დაავადების განვითარების მომატებულ რისკს.</p>
<p>იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობა</p>	<p>ბევრმა დაავადებამ და მედიკამენტმა, შესაძლებელია, გამოიწვიოს ადამიანის იმუნური სისტემის დასუსტება (იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობა), ასეთებია: ავთვისებიანი სიმსივნეების მკურნალობა, ძვლის ტვინისა და ორგანოების ტრანსპლანტაცია, იმუნოდეფიციტური მდგომარეობები, აივ ინფექცია CD4-უჯრედების დაბალი რაოდენობით ან აივ-სპეციფიკური მკურნალობის გარეშე, კორტიკოსტეროიდებითა და სხვა იმუნური სისტემის შემასუსტებელი მედიკამენტებით ხანგრძლივი მკურნალობა.</p>

	<p>რა უნდა გავაკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • თუ თქვენ იმუნოკომპრომეტირებული მდგომარეობა გაქვთ, გააგრძელეთ ყველა რეკომენდებული მედიკამენტი და მკურნალობა და შეასრულეთ ექიმის მითითებები. • თუ თავს შეუძლოდ გრძნობთ, ან გაქვთ კითხვები, დაუკავშირდით პირად ექიმს. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>იმუნური სისტემის დასუსტების შემთხვევაში, ადამიანს დაქვეითებული აქვს ინფექციასთან, მათ შორის, COVID-19-ის ვირუსთან, ბრძოლის უნარი. COVID-19-ის გამომწვევი ვირუსის შესახებ ინფორმაცია შეზღუდულია, მაგრამ მსგავსი ვირუსების მონაცემებზე დაყრდნობით, არსებობს მოსაზრება, რომ იმუნოკომპრომეტირებული პაციენტები, შესაძლებელია, უფრო დიდხანს დარჩენ COVID-19 ინფექციის გადაცემის წყაროდ.</p>
<p>ღვიძლის დაავადება</p>	<p>ღვიძლის ქრონიკული დაავადების, მათ შორის, ციროზის ფონზე, შესაძლებელია გაიზარდოს COVID-19-ის მძიმე ფორმის განვითარების რისკი.</p> <p>რა უნდა გავაკეთოთ</p> <ul style="list-style-type: none"> • ზედმიწევნით ზუსტად შეასრულეთ მედიკამენტური დანიშნულება. <p>რატომ შეიძლება იმყოფებოდეთ მომატებული რისკის ქვეშ</p> <p>COVID-19-ით გამოწვეული მძიმე დაავადება და მისი ზოგიერთი მძიმე გართულების სამკურნალოდ გამოყენებული მედიკამენტები, შესაძლოა საზიანო აღმოჩნდეს ღვიძლისთვის, განსაკუთრებით, ღვიძლის თანმხლები პრობლემების შემთხვევაში. ღვიძლის სერიოზული დაავადების შემთხვევაში პაციენტს, შეიძლება, აღენიშნებოდეს იმუნური სისტემის დათრგუნვა, რაც ამცირებს ორგანიზმის ბრძოლისუნარიანობას COVID-19-ის წინააღმდეგ.</p>

¹ People Who Are at Higher Risk for Severe Illness; Coronavirus Disease 2019 (COVID-19); Centers for Disease Control and Prevention: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html?deliveryName=USCDC_2067-DM26308