









## მედიცინა

# როგორ ავიცილოთ თავიდან დორის გრიპი (H1N1)

**H1N1** გრიპი (ე.წ. დორის გრიპი) არის რესპირატორული (სასუნთქი გზების) დავადება, ეს გრიპი ის ვირუსი აინფიცირებს უჯრედებს, რომელიც მდებარეობს თქვენს ცხვირში, ყელსა და ფლეტებში.

**H1N1** პროცესი 2009 წელს დაფიქსირდა. ამ დღიდან მოყოლებული სულ უფრო და უფრო მეტი ადამიანი ინფიცირდება ამ ვირუსთ და შესაბამისად დაღუშულთა რიცხვიც შეარდია.

ღორის გრიპი არის უაღრესად გადამდები დავადება, რომელიც კოვიდება ადამიანიდან ადამიანზე ჰაერის, ლორწოსა და ნერწვის ნაწილაკებით. ბავშვები 5 წლამდე და 50 წელს ზემოთ მყოფი ადამიანები მიეკუთვნებიან ღორის გრიპის გავრცელების მაღალ რისკ ჯგუფებს. სხვა რისკ ფაქტორებს შეიძლება მივაკუთვნოთ სუსტი იმუნური სისტემა და ორსულობა.

### H1N1 ღორის გრიპის გრიპის გრიპი და ინფექცია

ღორის გრიპის სიმპტომები ძალიან გავს ჩვეულებრივი სეზონური გრიპის სიმპტომებს. ისინი მოიცავნ: სიცხეს, დარევას, სურდოს, ციცას, სხეულის ტეხას, ყელის ტეკილს, შეშუბებას, გულისრევას და ღვიძინებას. სიმპტომები განვითარებას იწყებენ ვირუსის შეყრდან ერთ-სამ დღეში და გრძელდება დაახლოებით ერთი-ორი კვირა.

ვინაიდან ღორის გრიპის და სეზონური გრიპის სიმპტომები ძალიან ჰავას ერთმანეთს, ამიტომ მიზანშეწონილია ვერციონ ექიმს, განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში თუ ჩვენ გამოიყებით იმ არეაში სადაც იფექტს ვირუსმა.

ლაბორატორიული გამოკვლევები და შემდეგ უკვე დროულად დასმული დაიგნოზი საშუალებას მოგცებს თავიდან ავიცილთ ის გართულებები, რაც შეიძლება ღორის გრიპი გამოიწვიოს.

ადამიანებს რომელთაც აქვთ ქრონიკული დავადებები: ასომა, დიაბეტი, გულის ან თირკმლის დაავადები უფრო ფრთხილად უნდა იყენებო, რადგან მათ უფრო ურთულებათ იმ მიზეზებთან გამკლავება, რომელსაც იწყებს ეს ინფექცია.

აუცილებელია სასწავლი გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების მიღება თუ თქვენ განიცდით ისეთ სიმპტომებს როგორიცაა: სუნთქვის განელება, მუდმივი დგბინება, მოულონებული თავბრესებება, დაბნეულობა, ტკივილი მუცლისა და გულმერდების არეში ან თუ ფირობთ, რომ დაძლიერ გრიპის სიმპტომები

და ამ ღორის აგიტათ სიცხემ ან გაქვთ გაუსაძლის ზევლება.

### სტანდარტული მითები ღორის გრიპი H1N1-ის შესახებ

მთა №1: თქვენ შეიძლება დაინფიცირდეთ თუ შეჭამთ ღორის ხორცებს.

ეს არასწორია, რადგან თქვენ ვერ დაინფიცირდებით ვერც ღორის ხორცის ჭამისგან და ვერც მისგან დამზადებულია სხვადასხვა კერძებისგან. მოუხდება იმისა რომ ძალიან დიდი მსავავება ამ ვირუსებს შორის, ღორებში გავრცელებული გრიპი განსხვავდება **H1N1**-ისაგან (ანუ ადამიანებში გავრცელებული ღორის გრიპი და ღორებში გავრცელებული ღორის გრიპი არ უდირის ერთმანეთს).

ღორის გრიპი **H1N1** გრცელდება ჰაერწვეოროვანი გზით, როდესაც დაინფიცირებული ადამიანი ასველებს ან აცემინებს ის აბინძურებს ჰაერის ან ზედაპირის და როდესაც ჯანმრთელი ადამიანი ხვდება ამ სივრცეში/ეხება ზედაპირს, მის როგორიცშიც აღწევს ვირუსი და იწყებს განვითარებას.

მთა №2: კაცინაცია სრული დაცულობის გარანტია

ეს მართალია, რომ კაცინაციას შეუძლია თქვენი დაცვა **H1N1** ვირუსისგან. დავადებათა კონტროლის ცენტრის რეკომენდაცია რომ უკველა ადამიანა გაიკვოთს აცრა, გარდა 6 თვეზე ჰატარა ბაშტებისა. თუმცა გასხვავდეთ რომ აცრა თქვენ გიცავთ ერთი წლით ვირუსისგან. აქედან გამომდინარე თუ თქვენ გსურთ იყოთ დაცული ამ მომაკვიდინებული ვირუსისაგან ყოველწლიურად უნდა მიმართოთ კლინიკას ვაქცინაციისთვის.

მთა №3: არ არსებობს არაარი წამალი ღორის გრიპის წინააღმდეგ

ესეც არ არის მართალი რა თქმა უნდა. არსებობს ანტივირუსული პრეპარატები რომელთაც შეუძლია **H1N1** ვირუსისაგან ადამიანის განვითაროს. არ პრეპარატებს შეუძლიათ როგორც გრიპის წინააღმდეგი ჰატარა ბაშტებისა. არ პრეპარატებს შეუძლიათ როგორც გრიპის წინააღმდეგი ჰატარა ბაშტებისა. არ არსებობს ანტივირუსული პრეპარატები ან აცემინებთ

შინიდან გასვლის დროს გამოიყენეთ ნიადაგი, გრიპის სეზონზე რიცხვის გავლენა იქონიონ ვირუსის გრიპის სამართლო და ფრენი

მიიღოთ რაც შეიძლება ბევრი სითხე (წყალი, ნატურალური წვენი და ფრენი)

მიიღოთ ცალი ცალი და ფრენი

მიიღოთ





