



# კარგი მიზეზები, თუ რატომ უნდა ავიცრათ Covid-19-ის წინააღმდეგ

რატომ უნდა ავიცრათ კოვიდ-19-ის წინააღმდეგ? არსებობს ბევრი მიზეზი. კოვიდ-19-ის ვაქცინა გვიცავს ავადმყოფობის გართულებებისგან. აცრილ პირებში კოვიდ-19-ით ინფიცირებისას საავადმყოფოში მოხვედრის რისკი აუცრელებთან შედარებით გაცილებით ნაკლებია. ვაქცინაცია სოლიდარობის აქტია. ის ეფექტურია პანდემიის თანმდევი შედეგების შესაკავებლად.

## თავდაცვა დაავადების მიმდინარეობისგან

კოვიდ-19 განსაკუთრებით საშიშია ასაკიანი და ქრონიკული დაავადებების მქონე ადამიანებისთვის. ახალგაზრდა და ჯანმრთელ ადამიანებს კორონავირუსის ინფექციის დროს ხშირად მსუბუქი სიმპტომები აქვთ ან დაავადება უსიმპტომოდ გადააქვთ. მაგრამ მათთანაც შეიძლება დაავადებას რთული სახე მიეცეს. ვაქცინაციით შეგიძლიათ თავი დაიცვათ კოვიდ-19-ის გართულებებისგან საავადმყოფოში გადაყვანის რეკომენდაციით. ჩაიტარეთ რევაქცინაცია პირველადი იმუნიზაციის შემდეგ, ამგვარად უკეთ და ხანგრძლივად იქნებით დაცული ინფექციისგან.

## კოვიდ-19-ის შედეგების თავიდან აცილება

ინფექციის შემდეგ შესაძლოა თავი იჩინოს ხანგრძლივად მიმდინარე ჯანმრთელობის პრობლემებმა (Langzeitfolgen von Covid) – როგორცაა, მაგალითად, სუნთქვის უკმარისობა დამლული საჭმლისა ან დაღლილობის დროს. ეს შესაძლოა მოხდეს ასევე ახალგაზრდა, ჯანმრთელ ადამიანებთან. ვაქცინაციის შემთხვევაში კი დაავადების და შესაძლო ხანგრძლივი შედეგების რისკი მცირდება. ამისგან განსხვავებით, შვეიცარიაში გამოყენებული კოვიდ-19-ის საწინააღმდეგო ვაქცინის შემთხვევაში ნაკლებად იჩენს თავს მიმდინარე გვერდითი მოვლენები. მოგვიანებით გართულებები მოსალოდნელი არ არის.

## გახდი იმუნური უსაფრთხო მეთოდის მეშვეობით

მხოლოდ ინფიცირებით და დაავადების გადატანით იმუნიტეტის გამომუშავება არ არის რეკომენდირებული. ამან შეიძლება ავადმყოფობა გაართულოს და ხანგრძლივი მკურნალობა გახდეს საჭირო. კოვიდ-19-ის აცრით კი შესაძლებელია კონტროლირებადი, უკეთესი და ხანგრძლივი დაცვა კორონავირუსის დაუცველი ინფექციის რისკების გარეშე. შვეიცარიაში გამოყენებული ვაქცინები სანდოა. ამასთანავე, არსებულმა ვაქცინებმა, რომელიც შვეიცარიაში დაშვებული და რეკომენდებულია, მნიშვნელოვნად უნდა შეამციროს რისკები. ბოლო დრომდე ვაქცინაციით მიღებული გამოცდილებები ამას ცხადყოფს. კორონავირუსის ტესტით დადასტურების შემთხვევაშიც რეკომენდებულია აცრა. ამგვარად უკეთ და ხანგრძლივად იქნებით დაცული დაავადების გართულებისგან.

## დაეხმაროთ ჯანმრთელობის დაცვის სფეროში დასაქმებულ ადამიანებს

პანდემიის გამო ჯანდაცვის პერსონალი და ჯანდაცვის სისტემა დღითიდღე მეტად იტვირთება. ვაქცინით თავდაცვის შემთხვევაში კოვიდ-19-ით ინფიცირებისას ძალიან მცირეა საავადმყოფოში მოხვედრის რისკი. ამგვარად თქვენ განტვირთვაში ეხმარებით ჯანდაცვის სისტემას. სხვა

დაავადებების და სასწრაფო სამედიცინო დახმარების შემთხვევების მკურნალობა კვლავაც შესაძლებელი გახდება.

## დავიცვათ ჩვენს გარშემო მყოფი ადამიანები

პირველადი იმუნიზაციისა, შესაბამისად, რევაქცინაციის შემდეგ მომდევნო რამდენიმე კვირა დაინფიცირების ალბათობა მცირეა. შესაბამისად, მნიშვნელოვნად მცირდება სხვების დაინფიცირების რისკებიც. ინფექციის გავრცელების შესამცირებლად და დაავადების შესამსუბუქებლად ვაქცინის დაცვის ეფექტურობა დროთა განმავლობაში იკლებს. ჰიგიენისა და ქვევის წესების დაცვა კვლავ მნიშვნელოვანია. აცრითა და ქვევის წესების დაცვით თქვენ შეგიძლიათ დაიცვათ მაღალი რისკის ქვეშ მყოფი პირები. მაგალითად სუსტი იმუნური სისტემის მქონე პირები, რომლებზეც აცრა კარგად არ მოქმედებს. ასევე ადამიანები, რომლებიც სამედიცინო მიზეზებიდან გამომდინარე ვერ იცრებიან ისევე როგორც 5 წლამდე ასაკის ბავშვები, რომელთა ვაქცინაცია ჯერჯერობით შეუძლებელია.

## ფსიქიკური ჯანმრთელობის გაძლიერება

ამ პანდემიაში კორონავირუსის გავრცელება მნიშვნელოვნად გვიმცირებს გარშემო მყოფ ადამიანებთან კონტაქტის შესაძლებლობას, რამაც შეიძლება გავლენა მოახდინოს ადამიანის კეთილდღეობაზე და ხელი შეუწყოს ან გააძლიეროს ფსიქიკური დაავადებების განვითარება. კოვიდ-19-ის ვაქცინით თავის დაცვას შეუძლია შეამციროს შიშის გრძობა და ის საშუალებას მოგვცემს, დაძაბულობის გარეშე შევიდეთ სხვა ადამიანებთან კონტაქტში. ამასთან ვაქცინაცია წარმოადგენს სოლიდარობის აქტს ჩვენი გარემომცველი ადამიანების მიმართ.

## პანდემიის გავლენის შემცირება

ვაქცინაცია ყველაზე ეფექტური საშუალებაა, რომელიც ჰიგიენისა და ქვევის წესების რეკომენდაციებთან ერთად შეძლებს პანდემიის ლოკალიზებას და ადამიანებს უზრუნველ ცხოვრებას დაუბრუნებს. აცრით თქვენ შეაქვთ მნიშვნელოვანი წვლილი თქვენი პირადი ჯანმრთელობის და სხვების ჯანმრთელობის საქმეში შვეიცარიაში, ევროპასა და მსოფლიოში.