

Bu gün ölkəmizdə pandemiya səbəbindən COVID-19 infeksiyasına yoluxanların sayının kəskin artaraq rekord həddə çatması hər kəsdə narahatlıq yaradıb. Yalnız Azərbaycanda deyil, Avropada da xəstə sayının artması getdikcə daha pis nəticələrin olacağından xəbər verir. Azərbaycanda yoluxma sayının 800-ü keçməsi hər kəsi daha ayıq olmağa, qorunmağa, düşünməyə sövq etməlidir. Ölkəmizdə gedən Vətən müharibəsinə diqqətimizi daha çox yönəltdiyimizdən, sağlamlığımızın qeydinə qalmaqı arxa plana atmışıq.

Azərbaycanın Birinci vitse-prezidenti Mehriban xanım Əliyeva "Trend"ə müsahibəsində, məhz bu məsələyə toxunub və bildirib ki, biz ötən müddət ərzində epidemiya ilə mübarizənin bütün aspektlərini koordinasiya edən peşəkar komanda yaratmağa, zəruri texniki və insan resurslarını birləşdirməyə müvəffəq olmuşuq: "Biz bu günədək vaxtında və hərtərəfli düşünülmüş tədbirlər sayəsində dünyanın bir çox ölkələrinin üzvləşdiyi faciəli ssenaridən xilas ola bildimişik. Ekspertlərin fikrincə, bizim ölkəmiz epidemiyanın ilk və

Biz bu günədək vaxtında və hərtərəfli düşünülmüş tədbirlər sayəsində dünyanın bir çox ölkələrinin üzvləşdiyi faciəli ssenaridən xilas ola bildimişik. Ekspertlərin fikrincə, bizim ölkəmiz epidemiyanın ilk və olduqca təhlükəli mərhələsinə ən az sayda itki ilə başa vurmuş dövlətlər sırasındadır. Tətbiq edilmiş karantin tədbirləri koronavirusun yayılma sürətini azaltmağa kömək etdi. Biz birlikdə Vətənimizi bu xəstəliyin təhlükəli sürətdə yayılmasından qoruya bildik.

Mehriban ƏLİYEVA
Azərbaycan Respublikasının Birinci vitse-prezidenti

COVID-19-a yoluxma hallarının sayının artmağa davam etdiyi bir vaxta təsadüf edir. Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı indiyə qədər müşahidə edilməmiş bu ictimai səhiyyə təhdidindən qorunmaq üçün vaxt itirməməyə və səyləri artırmağa çağırır".

Bəyanatda bir daha qeyd edilir ki, ÜST münaqişə tərəflərini beynəlxalq humanitar hüquq normalarına uyğun olaraq mülki şəxsləri, həmçinin yaralıları və xəstələrə qulluq edilən tibb müəssisələrini qorumağa çağırır.

ev heyvanları daxil olmamalıdır. Otağa gün işığı düşməli, pəncərəsi çox zaman açıq olmalıdır. Otaqdan çıxanda xəstə maska, əlcək taxmalıdır. O, ayaqyoluna, mətbəxə keçdikdə, orada başqa heç kim olmamalıdır. Yeməyi öz otağında yeməlidir. Onun qabları qaynar suya salınmalı, sonra yuyulmalıdır. Xəstəyə qulluq edən, yəni otağa girmədən yeməyini, dərmanını verən insan maskada olmalıdır. Tualetdən istifadə edərkən hamıdan sonra istifadə etməlidir. Yeni ailədə bütün üzvlər

Mehriban xanım ƏLİYEVA:

Biz arxa cəbhədə öz sağlamlığımızın qeydinə qalmaqla ön cəbhədəki əsgərlərimizə kömək edirik və onları qoruyuruq

olduqca təhlükəli mərhələsinə ən az sayda itki ilə başa vurmuş dövlətlər sırasındadır. Tətbiq edilmiş karantin tədbirləri koronavirusun yayılma sürətini azaltmağa kömək etdi. Biz birlikdə Vətənimizi bu xəstəliyin təhlükəli sürətdə yayılmasından qoruya bildik".

Birinci vitse-prezident çoxsaylı ölkələrə və xalqlara bu qədər bəla və iztirab gətirmiş virusa hələ də qalib gəlməyin mümkün olmadığını təəssüflə deyərək qeyd edib ki, bu virus, hələ də ciddi təhlükə mənbəyidir, bütün dünyada pisləşməkdə olan statistika buna sübutdur. Pandemiya qarşı müharibənin hələ davam etdiyini, Avropa dövlətlərinin çoxunda çoxsaylı məhdudiyətlərin yenidən qüvvəyə mindiyini bildirən Mehriban xanım deyib ki, bizim ölkəmizdə də son günlərdə yoluxanların sayının artması müşahidə olunur, təhsil müəssisələrində, ictimai nəqliyyatda yenidən bəzi məhdudiyətlər tətbiq edilib. Mehriban xanım müsahibəsində bundan çox narahat olduğunu qeyd edərək, xalqa müraciət edib: "Mən sizin hər birinizi koronavirusun təhlükəli olduğunu unutmamağa, aylarla riayət etdiyimiz

COVID --19 pandemiyası zamanı bütün tibb işçilərinin zorakılıqdan qorunması onların pandemiya qarşı mübarizə tədbirlərini davam etdirə bilməsi üçün xüsusilə vacibdir. Hərbi əməliyyatların dərhal dayandırılması, insan hüququ olan səhiyyə xidmətlərindən istifadə imkanının davamlılığı üçün vacibdir.

Pandemiya başlayandan diqqətdə saxladığımız bu mövzu ilə bağlı dəfələrlə yazmışıq və yenə qeyd edirik ki, koronavirusu yüngül və simptomuz keçirən xəstələr evdə təcrid halında müalicə olunur və nəzarətdə saxlanılır. Bu halda, ailə üzvlərini, xüsusən yaşlıları necə qorumaq məsələsi aktuallaşır. Evdə xəstənin və digər ailə üzvlərinin xüsusi sanitariya-epidemik, gigiyenik qaydalarla əməl etməsi vacibdir və bu barədə sahə həkimləri təlimat verməlidir. Əgər belə bir məlumatınız yoxdursa, bu informasiya, yəqin ki, qorunmaq üçün köməyinizə çatacaq.

Hər şeydən əvvəl, özünü təcridə əməl etməlidir. Belə ki, xəstəlik bitənə kimi, yəni 21 gün, bəzən isə xəstəliyin ağırlıq dərəcəsinə, sağalma zamanına görə, daha çox müddət evdən, yaşayış

duş alandan, çiməndən sonra, sonda koronaviruslu xəstə çimə bilər. Tualet və hamıdan istifadə etdikdən sonra səthlər "Domestos"la yuyulub, dezinfeksiya olunmalıdır.

Dördüncüsü, koronavirus xəstəsi yatağını özü dəyişməlidir. Yaxşı olar ki, onun yataq vasitələri 1–2 sutka açıq havada qaldıqdan sonra yuyulsun. Xəstənin paltarları ayrıca yuyulmalıdır. Digər ailə üzvlərinin geyimləri ilə birlikdə maşına atmaq olmaz. Onun zibil qabı ayrıca olmalı, zibilini özünü atmalıdır. Xəstənin toxunduğu qapı dəstəkləri, telefon, əşyalar mütləq dezinfeksiya olunmalıdır. Koronavirus xəstəsi olan ev hər gün 5 dəfə havalandırılmalıdır. Ailədə şəkər, onkoloji, ürək xəstəsi, çox kök adam varsa, yaxşı olar ki, onlar bir müddət ayrı yerdə qalsın, bu vacibdir. Əgər getmək mümkün deyilsə, bu adamlar da ayrıca otaqda vaxt keçirsin, xəstə ailə üzvü ilə təmas qurmasın. Koronavirus xəstəsi açıq havada, hamı yatandan sonra gecələr gəzə, idman edə, yüngül yürüş edə bilər. Bu onun ağciyərləri və qan dövranı üçün vacibdir.

Beşincisi, koronaviruslu xəstələrin yeməyinə də diqqət edilməlidir. Bol vitaminli qidalar insanın immun sistemini gücləndirir. İmmun sistemi güclü olanlar isə xəstəliyi ya yüngül keçirir, ya da heç virusa yoluxmurlar. Çıxaqo Tibb Universitetinin alimləri koronavirusla mübarizədə effektiv olan və ikinci dalğada insanları yoluxmaqdan qoruya biləcək vitaminləri açıqlayıb. Qeyd ediblər ki, A, B qrup, C, D vitaminlərinin defisiti insanların koronavirusa tez yoluxmasına səbəb olur. Xüsusən, araşdırmalar göstərib ki, virusa yoluxanlar arasında D vitamini az olan insanlar daha çoxdur. Alimlər payız



elementar qaydaları gözləməyə, məsafəyə riayət etməyə, həqiqətən real zərurət olmadığı halda insanların kütləvi şəkildə toplaşdığı yerlərə getməməyə çağırıram. Bizə yaxşı məlum olan bütün bu qaydalar yoluxma riskini azaltmağa və deməli, bizi və yaxınlarımızı xəstəlikdən qorumağa kömək edir. Biz yaşlı nəslə həmişə xüsusi qayğı və hörmətlə yanaşırıq. Pandemiyanın birinci mərhələsi dövründə biz onları qayğı ilə qoruduq. Əminəm ki, indiki şəraitdə biz daha diqqətli olacağıq".

Qeyd edək ki, Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının (ÜST) Azərbaycandakı nümayəndəliyi də Dağlıq Qarabağ və ətraf bölgələrdə hərbi əməliyyatların eskalasiyası ilə bağlı öz narahatlığını bildirib. Təşkilatın Avropa üzrə regional direktoru Dağlıq Qarabağ münaqişəsinə dair bəyanat verildiyini diqqətə çatdırıb. Bəyanatda bildirilir ki, sentyabr ayının sonundan etibarən başlayan toqquşmalar nəticəsində on minlərlə mülki vətəndaş öz yurdundan didərgin düşüb, yüzlərlə insan yaralanıb və xeyli sayda şəxs həlak olub:

"Biz münaqişədən zərər çəkən hər bir ailəyə, cəmiyyətin hər bir üzvünə öz dəstəyimizi ifadə edirik. Hərbi əməliyyatlar COVID-19-a yoluxma sayının artmasına böyük təsir göstərir. Davamlı toqquşmalar nəticəsində insanları bir yerlə digərinə köçürən əhəlinin sağlamlığı ilə bağlı vəziyyətin pisləşməsinə səbəb olacaq. Münaqişə, pandemiya səbəbindən yükü artan səhiyyə sistemini daha da yükləməklə onun işinə birbaşa mənfi təsir göstərir. Bu, ÜST-nin Avropa regionunda

yerindən çölə çıxmamaq lazımdır. Bu dövr ərzində o evə qohum, qonşu və dostlar gəlməməlidir. Xəstə ailə üzvlərindən və lazım gələrsə, həkimdən başqa heç bir kəslə təmasda olmamalıdır. Xəstə tək qalırsa, qapıya gələn sifariş götürə, (sifariş qapıya qoyulur, həmin insan qapıdan 3 metr aralanır, sonra xəstə maskada və əlcəkdə çıxır) və zibil ata bilər. Xəstə yalnız həyatı təhlükə olduqda, fəvqəladə və qəza vəziyyətində evdən çıxa bilər.

İkincisi, xəstə olan evdə ailə üzvləri ilə davranışa da diqqət edilməlidir. Ən yaxşı özünü təcrid ailə üzvlərindən kənar, başqa ev, mənzil və ya şəraitdə qalmaqdır. Bu halda yalnız bir ailə üzvü xəstəyə arada bəş çəkə və lazım olan şeyləri ala bilər. Əgər belə imkan yoxdursa, bir damın altında maksimum ehtiyatlı davranmaq lazımdır. Təəssüf ki, Azərbaycanda ailə dəyərləri bəzən sağlamlıqdan üstün tutulur, gəlin qaynana, ana oğula, qadın ərinə baxır, qulluq edir və hətta ailə üzvləri səhər, axşam yeməyinə xəstə adamı da güclə gətirib bir masa ətrafında əyləşdirirlər. Çox zaman xəstə də "nə olacaq?" – deyər düşüncəyə, ailə üzvlərindən aralı durmağı sanki özünə sığışdırırdı və lazımsız hesab edir.

Üçüncüsü, xəstənin ayrıca otağı olmalıdır. O otağa heç kim – uşaq və

menyusuna balıq, pendir, göbək, ət daxil etməyi tövsiyə edirlər. İmmuniteti möhkəmləndirmək üçün sink də qəbul etməyin vacibliyini deyiblər.

Bütün dediklərimizin fonunda əsas yadda saxlamalı olduğumuz bir fakt var: Biz həm müharibə, həm də pandemiya şəraitində yaşayırıq. Ətrafımızda xəstə insanların olması mümkündür. Buna görə də ən vacib məsələ həmişə təkrarladığımız, artıq sloqana çevrilmiş "maska, sosial məsafə və gigiyenaya əməl etmək"dir.

Yazımızı Azərbaycanın Birinci vitse-prezidenti Mehriban Əliyevanın "Trend"ə müsahibəsindəki müraciətlə bitiririk: "Bu gün, ordumuz öz tarixi missiyasını davam etdirirdi bir vaxtda dövlətimizin, o cümlədən səhiyyə sisteminin üzərinə düşən yükü maksimum azaltmaq lazımdır. İndi bütün resursların bizim xilaslıq əməliyyatı üzərində cəmlənməsi müstəsna əhəmiyyət kəsb edir. Biz arxa cəbhədə öz sağlamlığımızın qeydinə qalmaqla, sayıqlıq və intizam nümayiş etdirməklə, eyni zamanda, ön cəbhədəki əsgərlərimizə kömək edirik və onları qoruyuruq. Əminəm ki, biz bu vəzifənin öhdəsindən gələcəyik və bir daha sübut edəcəyik ki, gücümüz birlikdədir!"

Zərifə BƏŞİRQIZI,
"Xalq qəzeti"