JOHNS HOPKINS
BLOOMBERG SCHOOL
of PUBLIC HEALTH

„შემთხვევების“ გამოკითხვა და მათი “კონტაქტების” მიდევნება: საფეხურები

ემილი ს. გარლი, PhD ჯონს ჰოპკინსის უნივერსიტეტის ბლუმბერგის საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სკოლა

სასწავლო მიზნები:

- შევისწავლოთ ის ძირითადი საფეხურები, რომლებიც „შემთხვევის“ გამოკითხვისა და მათი „კონტაქტების“ მიდევნებისთვის დაგვჭირდება.
- შეგვეძლოს ჩამოყალიბება იმ შეკითხვებისა, რომლებიც შეიძლება დაუსვათ „შემთხვევებსა“ და „კონტაქტებს“ თითოეულ საფეხურზე.
- აღვწეროთ, როგორი ტიპის სოციალური მხარდაჭერა შეიძლება დასჭირდეთ „შემთხვევებსა“ და „კონტაქტებს“ იმისთვის, რომ თვითიზოლაცია და კარანტინი გაიარონ.
- წარმოგიდგინოთ „შემთხვევის“ გამოკითხვის და კონტაქტების მიდევნების მარტივი მაგალითი, სატელეფონო ზარი, რომელშიც მოისმენთ, თუ როგორ ხორციელდება ეს პრაქტიკაში.

ძირითადი საფეხურები

Copyright © 2020 Johns Hopkins University and Emily Gurley. Except where otherwise noted, this work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 license.

ექვსი საფეხური „შემთხვევების“ გამოკითხვისა და მათი კონტაქტების მიდევნებისთვის

გაეცანით

გაეცანით შემთხვევას და მოიპოვეთ ზოგადი ინფორმაცია

გამოჰკითხეთ

დაადგინეთ შემთხვევის შესაძლო გადამდებლობის პერიოდი

გამოავლინეთ კონტაქტები

ჰკითხეთ მათი კონტაქტების შესახებ გადამდებლობის პერიოდში

იზოლაცია

მიაწოდეთ ინსტრუქციები იზოლაციისთვის, გამოავლინეთ გამოწვევები, შესთავაზეთ დამხმარე რესურსები

კონტაქტების მიდევნების ინიცირება

დაუკავშირდით „შემთხვევის“ „კონტაქტს“, აცნობეთ დაინფიცირების წყაროსთან კავშირის შესახებ, ჰკითხეთ სიმპტომებზე და მიაწოდეთ ინსტრუქციები კარანტინისთვის

რეგულარული უკუკავშირის დანერგვა

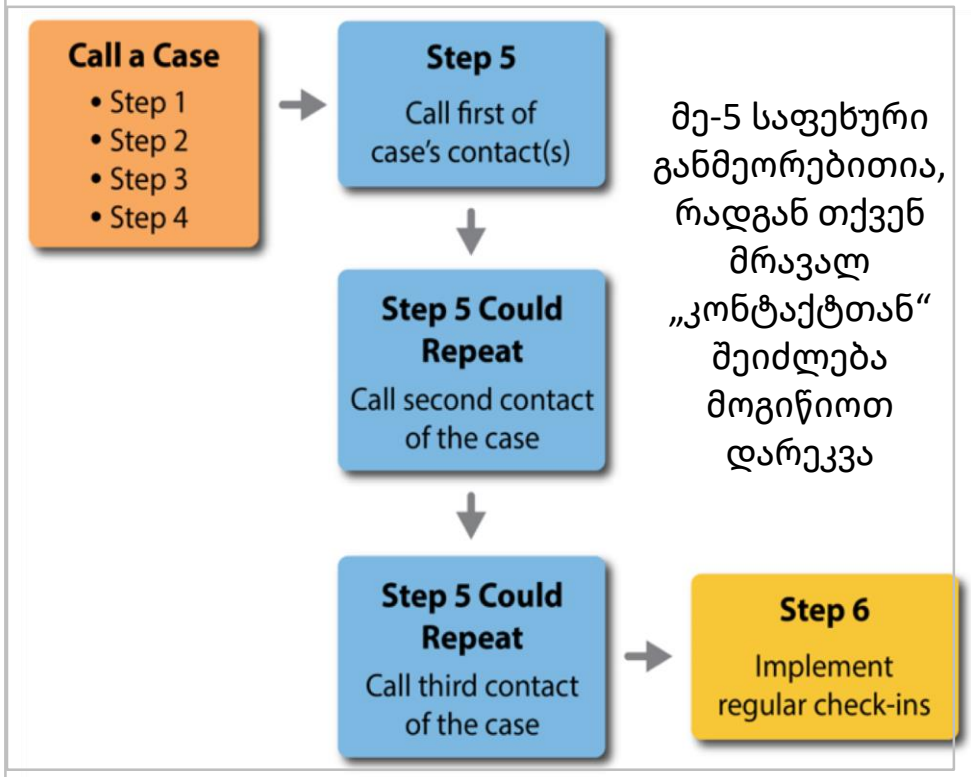
გქონდეთ მუდმივი კავშირი, სანამ არ დასრულდება მათი კარანტინი და იზოლაცია

Image source: Center for Teaching and Learning, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health.

საფეხურები და ეტაპები

- **საფეხურები 1–4: ზარი „შემთხვევასთან“**
  - 1: გაცნობა;
  - 2: გადამდებლობის პერიოდის დადგენა;
  - 3: კონტაქტების გამოვლენა;
  - 4: ინსტრუქციები თვითიზოლაციისთვის.

- **საფეხური 5: ზარი „კონტაქტებთან“**
  - აცნობეთ დაინფიცირების წყაროსთან კონტაქტის შესახებ; ჰკითხეთ სიმპტომებზე და მიაწოდეთ ინსტრუქციები კარანტინისთვის.
- **საფეხური 6: რეგულარული უკუკავშირის დაგეგმვა „კონტაქტებთან", ოჯახის ექიმების მიერ კი „შემთხვევებთან“.**



მე-5 საფეხური განმეორებითია, რადგან თქვენ მრავალ „კონტაქტთან“ შეიძლება მოგიწიოთ დარეკვა

Image source: Center for Tea“ching and Learning, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health.

საფეხური 1: გააცანით "შემთხვევას" თქვენი თავი და არსებული სიტუაცია

- **წარადგინეთ თქვენი ორგანიზაცია**
  - *„გამარჯობა, მე ვარ თამარი საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სამსახურიდან. სოფოს ვესაუბრები?"*
- **დაადგინეთ მათი ვინაობა და მისამართი**
  - *„სასიამოვნოა თქვენი გაცნობა. თქვენთან სენსიტიური ინფორმაცია უნდა განვიხილო, საუბრის გაგრძელებამდე გთხოვთ მითხრათ თქვენი დაბადების თარიღი და მისამართი?"*
- **განიხილეთ ტესტის რეზულტატი**
  - *"კორონავირუსის ტესტის თაობაზე გირეკავთ. უკვე ესაუბრეთ პროვაიდერს?"*
- **აღუწერეთ ამ ზარის მნიშვნელობა და სარგებელი**
  - *„მე გირეკავთ, რომ გავარკვიო, თუ როგორ გრძნობთ თავს და დაგეხმაროთ თქვენ, თქვენს ოჯახს და საზოგადოებას იყოთ უსაფრთხო გარემოში".*
- **შეატყობინეთ, რომ საუბარი კონფიდენციალურია**
  - *„რაზეც ახლა ვისაუბრებთ, ჩვენ შორის დარჩება".*
- **უნდა დარწმუნდეთ, რომ გაქვთ საკმარისი დრო და უსაფრთხოებაც დაცულია**
  - *„ზარი დაახლოებით 20 წუთს გაგრძელდება. გაქვთ ახლა დრო სალაპარაკოდ? დაცულ ადგილას იმყოფებით?"*

საფეხური 1: გააცანით „შემთხვევას" თქვენი თავი და არსებული სიტუაცია: სამედიცინო დახმარების საჭიროება

- სატელეფონო საუბრისას მნიშვნელოვანია გააკეთოთ პაუზები და შეაფასოთ სამედიცინო დახმარების აუცილებლობა:

  - მოსაუბრეს უჭირს სუნთქვა, აქვს გამუდმებით გულმკერდის ტკივილი, აღენიშნება დაბნეულობა ან უძნელდება საუბარი.

საფეხური 2: გადამდებლობის პერიოდის დადგენა

დასვით შეკითხვები გადამდებლობის პერიოდის დასადგენად, მაგალითად:

- სიმპტომების არსებობის შემთხვევაში:
  - *რომელ რიცხვში დაგეწყოთ სიმპტომები?*
  - *ცხელების შეგრძნება ხომ არ გქონიათ?*
  - *მედიკამენტების მიღების გარეშე თუ შეგიმცირდათ ცხელება?*
  - *როგორ გრძნობთ თავს ახლა?*

- სიმპტომების არარსებობის შემთხვევაში:
  - *რომელ რიცხვში ჩაგიტარდათ ტესტირება?*

გამოიყენეთ პასუხები, რომ:

- გამოთვალოთ პერიოდი, როდესაც „შემთხვევა“ გადამდები იყო და შეეძლო COVID-19-ის სხვებისთვის გადაცემა.

- გაარკვიოთ, თუ ვინ იყო ამ პერიოდში მასთან კონტაქტში.

საფეხური 3: „კონტაქტების" იდენტიფიკაცია

დასვით შეკითხვები „შემთხვევის" „კონტაქტების“ სიის დასადგენად

- ყველა, ვინც ჩაითვლება შემთხვევის „კონტაქტად“ უნდა გადავიდეს კარანტინში, რომელიც მოიცავს, მაგრამ *არ შემოიფარგლება მხოლოდ იმ* ადამიანებით:
  - *რომლებიც ცხოვრობენ „შემთხვევასთან" ერთად;*
  - *რომლებთანაც პირისპირ ჰქონდა ურთიერთობა 15 წუთზე მეტი დროის განმავლობაში 1 მეტრზე ახლო დისტანციაზე;*
  - *რომლებთანაც სხვა ტიპის უშუალო კონტაქტი ჰქონდა (მაგ. კოცნა), ან სხვადასხვა ბიოლოგიურ სითხესთან შეხება (მაგ. ნახმარი ცხვირსახოცები);*

დამხმარე შეკითხვები:

- *გყავთ ვინმე დამხმარე ან ცხოვრობს ვინმე თქვენთან ერთად?*
- *კალენდარს ხომ არ ჩახედავთ (ან ტელეფონს ან სოციალურ მედიას), რაც დაგეხმარებათ იმის გახსენებაში, თუ რას აკეთებდით ბოლო კვირის განმავლობაში?*
- *სადმე ხომ არ გიმოგზაურიათ?*

საფეხური 4: მიაწოდეთ ინსტრუქციები თვითიზოლაციისთვის (ოთხი კომპონენტი)

- **იზოლაციის ინსტრუქციის ოთხი კომპონენტი:**

  - აუხსენით მოსაუბრეს იზოლაციის არსი მარტივი ტერმინების გამოყენებით;
  - დაუსვათ შეკითხვები, რათა დარწმუნდეთ, რომ მათ სრულყოფილად გაიგეს თვითიზოლაციის მნიშვნელობა, დაეხმარეთ დაგეგმვაში;
  - განახორციელეთ იმ გამოწვევების იდენტიფიკაცია, რომლებმაც შესაძლოა ხელი შეუშალოს მათ თვითიზოლაციის ინსტრუქციების შესრულებაში;
  - შესთავაზეთ რესურსები, რომლებიც თვითიზოლაციის ინსტრუქციების შესრულების ალბათობას გაზრდის;

საფეხური 4: თვითიზოლაციის ინსტრუქციების ოთხი კომპონენტის აღწერა— აუხსენით იზოლაცია მარტივად

აუხსენით იზოლაცია მარტივად

„იზოლაცია ნიშნავს, რომ თქვენ უნდა ეცადოთ საერთოდ აღმოფხვრათ კონტაქტი სხვა ადამიანებთან. თუ სხვებთან ერთად ცხოვრობთ, იქნებ დასარჩენად სხვა ადგილის მოძებნა გეცადათ ან იქნებ ინდივიდუალური საძინებლის და აბაზანის გამოყენება იყოს შესაძლებელი. თუ მაინც სხვა ადამიანების გარემოცვაში გიწევთ ყოფნა, ვერ გადადიხართ იზოლირებულ საკარანტინე სივრცეში, მაშინ თქვენ აუცილებლად მუდმივად უნდა გეკეთოთ პირბადე. “

საფეხური 4: თვითიზოლაციის ინსტრუქციების ოთხი კომპონენტის აღწერა— შეამოწმეთ, როგორ გაიგეს და დაეხმარეთ დაგეგმვაში

გადაამოწმეთ, რამდენად კარგად გაიგეს ყველაფერი და დაეხმარეთ დაგეგმვაში

გაქვთ თუ არა უსაფრთხო ადგილი საცხოვრებლად?

მალე დაგჭირდებათ საჭმლის მარაგის შევსება? როგორ მოახერხებთ ამას?

მედიკამენტებს ხომ არ იღებთ და რამდენ ხანში დაგჭირდებათ მარაგის შევსება?

გაქვთ პირბადე?

საფეხური 4: თვითიზოლაციის ინსტრუქციების ოთხი კომპონენტის აღწერა— წინააღმდეგობების იდენტიფიკაცია

შესაძლო წინააღმდეგობების გამოვლენა

„ხომ არ ღელავთ არსებული მოვალეობების ან თქვენი ფსიქოლოგიური მდგომარეობის გამო?”

- მაგალითები:
  - მშობლების ან შვილების მოვლა;
  - ერთადერთი დასაქმებულია ოჯახში;
  - ოჯახური ძალადობის შემცველი სიტუაცია;

საფეხური 4: თვითიზოლაციის ინსტრუქციების ოთხი კომპონენტის აღწერა— რესურსების შეთავაზება

- **შესთავაზეთ დამხმარე რესურსები**

  - 112-ზე დარეკვა;
  - უფასო კვების ობიექტები;
  - ადგილობრივი სოციალური სერვისები;
  - უბნის ან თემის მხარდამჭერი ორგანიზაციები, საინიციატივო ჯგუფები და მოხალისეები.

„შემთხვევასთან" სატელეფონო საუბრის შეჯამება

- უპასუხეთ მათ შეკითხვებს
- დაგეგმეთ უკუკავშირი

„გმადლობთ, რომ დამითმეთ დრო. ჩვენ ბევრი ვისაუბრეთ დღეს და მე ბევრი საფიქრალი მოგეცით. ალბათ, მომდევნო დღეებში მეტი შეკითხვა გაგიჩნდებათ. ასეთ შემთხვევაში, დაგვიკავშირდით ამ ნომერზე, თუმცა, მე ნებისმიერ შემთხვევაში დაგირეკავთ რამდენიმე დღეში და მოგიკითხავთ. კარგად ბრძანდებოდეთ!“

საფეხური 5: „კონტაქტების“ მიდევნების ინიცირება

- აცნობეთ მოსაუბრეს, რომ მათ ახლო კონტაქტი ჰქონდათ კორონავირუსის დადასტურებულ „შემთხვევასთან“;
- შეამოწმეთ, თუ აქვთ სიმპტომები (მაგ. ცხელება);
- მიაწოდეთ ინსტრუქციები კარანტინისთვის, გამოავლინეთ შესაძლო წინააღმდეგობები, შესთავაზეთ რესურსები ამ გამოწვევებთან გასამკლავებლად;
- უპასუხეთ მათ შეკითხვებს;
- დაგეგმეთ უკუკავშირი;

ხშირად დასმული შეკითხვები "კონტაქტების" მხრიდან:

- *რა მოხდება, თუ ავად გავხდი?*
- *სად და როგორ შევძლებ ტესტირებას?*
- *პირბადე დამჭირდება?*
- *სამსახურში წარსადგენად თუ მომცემთ შესაბამის ცნობას?*

საფეხური 6: რეგულარული უკუკავშირის დანერგვა

კონტაქტების მიდევნების სპეციალისტი რეგულარულად უნდა უკავშირდებოდეს *„კონტაქტებს“*, ხოლო ოჯახის ექიმი *„შემთხვევებს“* რათა დაადგინონ, როდის უნდა შეწყვიტონ თვითიზოლაცია და კარანტინი.

- „შემთხვევები“
  - თუკი ჰქონდათ სიმპტომები, ისინი გაუმჯობესდა თუ გაუარესდა?
  - ახალი კონტაქტები თუ ჰქონდათ?
  - შესთავაზეთ მხარდაჭერა იზოლაციის გასაგრძელებლად.
- „კონტაქტები“
  - ხომ არ ჰქონიათ სიმპტომები?
  - შესთავაზეთ მხარდაჭერა კარანტინის გასაგრძელებლად.

Image source: kolix. (2008). talk. Flickr. CC BY-NC-SA 2.0. Accessed May 5, 2020.

სატელეფონო ზარი შემთხვევასა და კონტაქტთან: მარტივი მაგალითები

Copyright © 2020 Johns Hopkins University and Emily Gurley. Except where otherwise noted, this work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 license.

მაგალითი: სატელეფონო ზარი *„შემთხვევასთან“*

► აუდიოჩანაწერში მოისმენთ *შემთხვევასთან* წარმართული სატელეფონო საუბრის მარტივ მაგალითს.

► შესაძლებელია, თქვენი ორგანიზაციის გადაწყვეტილებით, დამატებითი შეკითხვების დასმა დაგჭირდეთ, რათა მიიღოთ ინფორმაცია მოსაუბრის ჯანმრთელობის მდგომარეობის შესახებ, ჰქონდა თუ არა კონტაქტი სხვა კოვიდ-დადებით „შემთხვევასთან“, ხომ არ უმოგზაურიათ, ან ხომ არ არიან ჯანდაცვის სფეროში მომუშავე პირები.

აუდიო-ჩანაწერი:

მოკლე და მარტივად წარმართული სატელეფონო საუბარი ***შემთხვევასთან***

მაგალითი: სატელეფონო ზარი *კონტაქტთან*

► ამ აუდიოჩანაწერში მოისმენთ *კონტაქტთან* წარმართული სატელეფონო საუბრის მარტივ მაგალითს.

აუდიო-ჩანაწერი:

მოკლე და მარტივად წარმართული სატელეფონო საუბარი

კონტაქტთან

შეჯამება

Copyright © 2020 Johns Hopkins University and Emily Gurley. Except where otherwise noted, this work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 license.

„შემთხვევის“ გამოკითხვისა და „კონტაქტების“ მიდევნების 6 საფეხურის შეჯამება

- წარუდგინეთ თქვენი თავი *შემთხვევას;*
- დაადგინეთ *შემთხვევის* გადამდებლობის პერიოდი;
- გამოავლინეთ მათი კონტაქტები;
- მიაწოდეთ *შემთხვევას* ინსტრუქციები იზოლაციისთვის (მოიცავს ასევე იზოლაციისთვის შესაძლო წინააღმდეგობების გამოვლენას და დამხმარე რესურსების მიწოდებას);
- კონტაქტების მიდევნების ინიცირება (მოიცავს *კონტაქტების* ინფორმირებას კოვიდ-დადებით *„შემთხვევასთან“* სიახლოვეში ყოფნის შესახებ, სიმპტომების მიხედვით მდგომარეობის შემოწმებას, კარანტინისთვის საჭირო ინსტრუქციების მიწოდებას, შესაძლო წინააღმდეგობების გამოვლენას და ეფექტური კარანტინისთვის დამხმარე რესურსების მიწოდებას);
- რეგულარული უკუკავშირის დანერგვა *„შემთხვევებსა“* და *„კონტაქტებთან“.*