



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



CZECH REPUBLIC
DEVELOPMENT COOPERATION



შვედეთი
Sverige



ევროკავშირი
საქართველოსთვის



სურსათით გამოწვეული დაავადებები

V. ვორქშოფი



შეხვედრის შემდეგ შევძლებთ:

- დავახასიათო, სურსათით გამოწვეული დაავადებები, მათი გამომწვევი მიზეზები, წყაროები და გადაცემის გზები
- გამოვიცნო, რომელი სიპტომები ახასიათებს სურსათით გამოწვეულ დაავადებებს

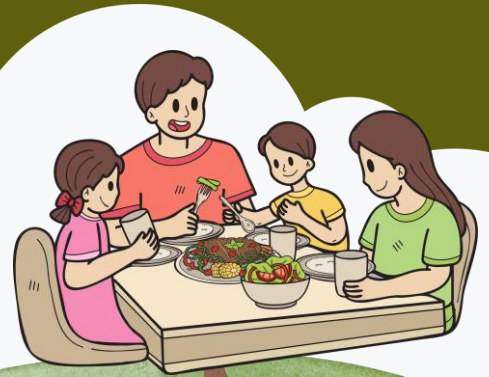


შებვედრის გეგმა

- შებვედრის მიზნის წარდგენა
- აქტივობა: „გავიცნოთ სურსათი“
- აქტივობა „კუნძული“
- აქტივობა „SOS კუნძული_დაუსვი დიაგნოზი პაციენტს“
- სურსათით გამოწვეული დაავადებები
- შეჯამება- კაპუტი



სამაგიდო თამაში:
„გზა ფერმიდან სუფრამდე“



აქტივობა 1. გავიცნოთ სურსათი

NEXT

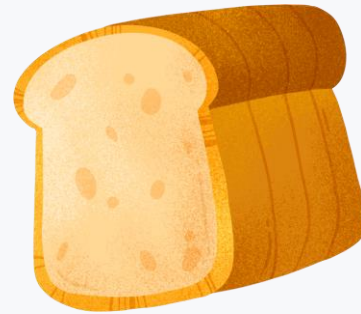
- დავიყოთ ჯგუფებად
- ავირჩიოთ მოცემული სურსათის ბარათებიდან ერთი
- შევავსოთ სურსათის ანკეტა



შოკოლადი



რძე





პური



კვერცხი

სურსათის ანკეტა

„გაგვაცანი შენს მიერ არჩეული სურსათი“

სურსათის დასახელება:	
შენი აზრით რა არის სურსათის მთავარი ფუნქცია?	
შენი აზრით რითი შეიძლება განხვავდებოდეს სურსათი ურთმაწეთისაგან?	
<p>როგორ ფიქრობ: სოფლის მეურნეობის რომელმა დარგმა შექმნა შენი სურსათი?</p> <p>☰ ☒ +</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>მეშენარეობა</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center;">  <p>მეწიველეობა</p> <input type="checkbox"/> </div> </div>
<p>გამოთქვი ვარაუდი: შენი აზრით, ფერმიდან სუფრამდე რომელი უტკავზე შეიძლება შეექმნას სურსათის საფრთხე?</p>	
<p>გამოთქვი ვარაუდი: შენი აზრით როგორ შეიძლება თავიდან ავირიდოთ სურსათთან დაკავშირებული საფრთხეები?</p>	
<p>ჩამოთვალო, კიდეც რა გინდა რომ იცოდეს სურსათის შესახებ:</p>	

აქტივობის წარდგენა-შეჯამება

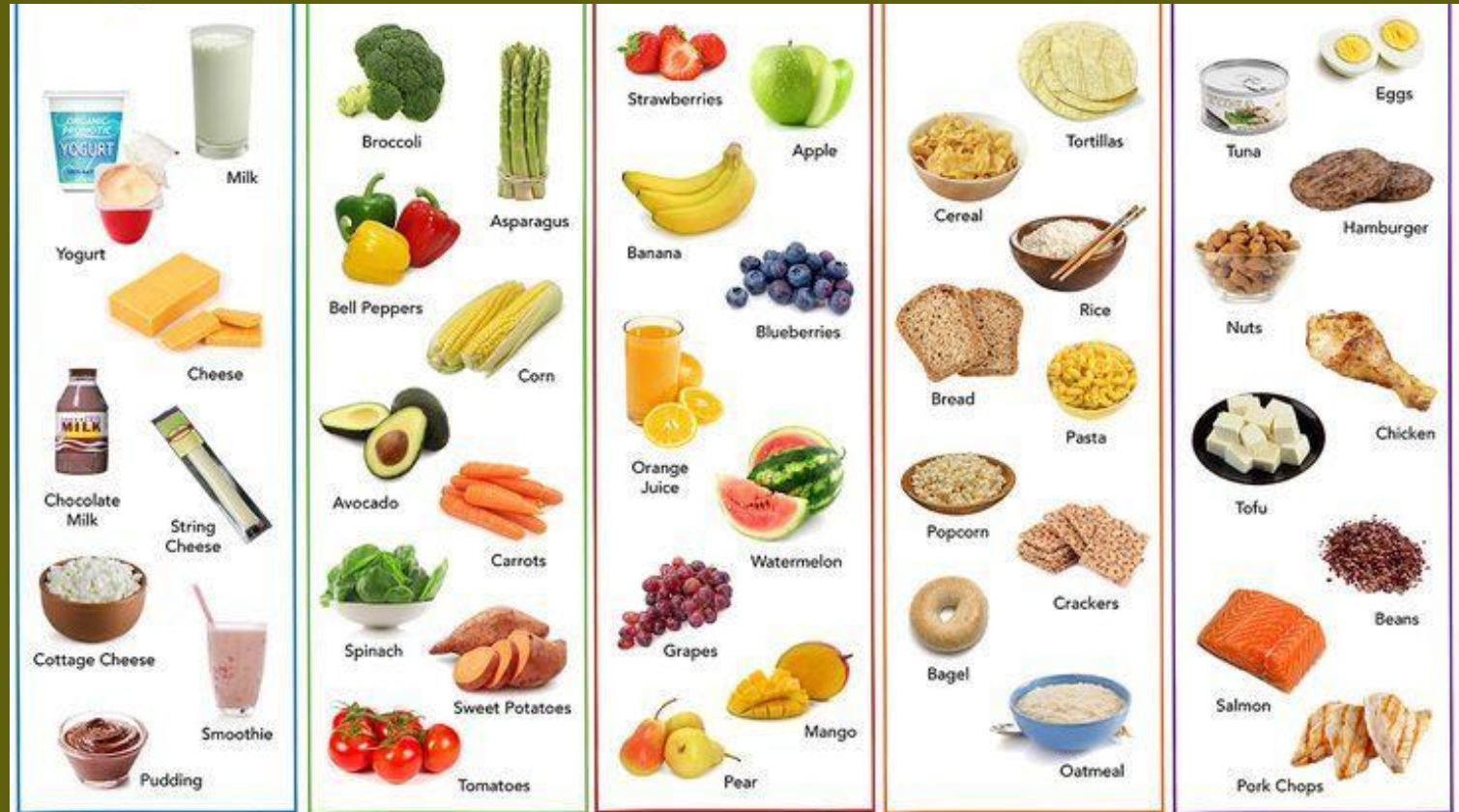
აქტივობა - კუნძული

NEXT

- წარმოიდგინეთ რომ მიდიხართ 10 დღით, ექსტრემალური ტურით ტროპიკულ კუნძულზე. სადაც ძალიან ბევრი საშიში ცხოველი ბინადრობს. კუნძულზე არ არის კვების ობიექტები. დაგევალათ თავის გადარჩენის მიზნით, გამგზავრებამდე შეარჩიოთ ხუთი სურსათი, რომელიც დაგეხმარებათ უკაცრიელ კუნძულზე თავის გადარჩენაში. შეარჩიე სურსათის ნუსხიდან შენს მიერ შერჩეული ხუთი პროდუქტი, ჩააკარი ქვემოთ მოცემულ საყიდლების კატალოგში.



შეარჩიო მოცემული სურსათიდან ხუთი



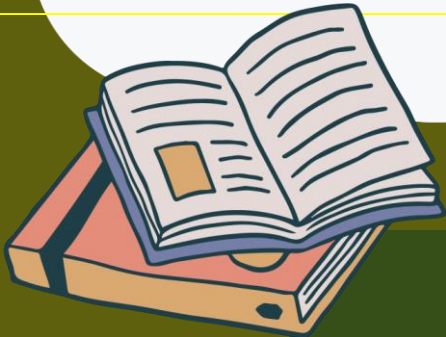


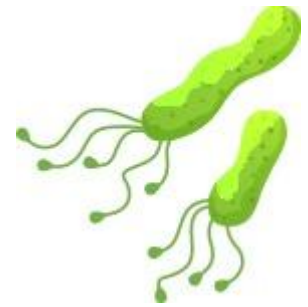
საყიდვების კალათი



იმსჯელე : ქვემოთ ჩამოთვლილი სურსათიდან, რატომ აირჩიე კონკრეტულად
შენს კალათაში მყოფი სურსათი?

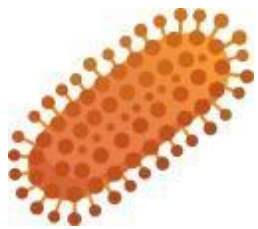
შეაჯამე: კუნძულზე მოგზაურობისას, როგორ შეიძლება საშიში გახდეს
სურსათი თქვენი ჯანმრთელობისათვის? რა სიპტომები შეიძლება გამოიწვიოს
მან?





სურსათი და მასთან დაკავშირებული დაავადებები





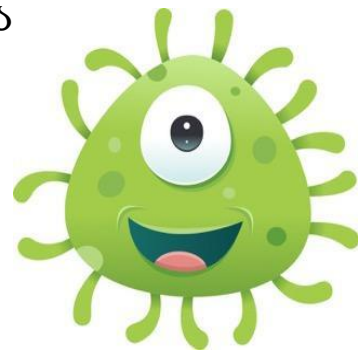
სურსათით გამოწვეული დაავადებები



სურსათისმიერი დაავადება - დაბინძურებული სურსათის ან სასმელი წყლის მიღების შედეგად განვითარებული დაავადებაა



ყოველწლიურად მსოფლიოში დაახლოებით **600 მილიონი** - თითქმის ყოველი **10 ადამიანიდან ერთი ადამიანი** ავადდება დაბინძურებული სურსათის მიღების შემდეგ.



ბოლო წლების მონაცემების მიხედვით, საქართველოში ყოველწლიურად აღირიცხება **40000-მდე პაციენტი**.



სურსათისმიერი დაავადებების რისკ ჯგუფები



ხუთ წლამდე ასაკის ბავშვები

იმუნური სისტემა ჯერ კიდევ ვითარდება



ასაკოვნები

65 წელს ზემოთ ასაკის ადამიანები უფრო ხშირად საჭიროებენ ჰოსპიტალიზაციას ან ილუპებიან სურსათისმიერი დაავადებების შედეგებად



ადამიანები სუსტი იმუნური სისტემით

დასუსტებულია ორგანიზმის უნარი შეებრძოლოს ბაქტერიებსა და დაავადებებს



ფეხმძიმე ქალები

იმუნური სისტემის ცვლილებები

სურსათით გამოწვეული დაავადებების ტიპები

სურსათით გამოწვეული (კვებითი) ინფექცია - ნებისმიერი ინფექცია, წარმოქმნილი ისეთი სურსათის მიღებით, რომელიც დაბინძურებულია სპეციფიკური ინფექციური აგენტებით, როგორცაა ბაქტერია, ვირუსი, სოკო ან პარაზიტი.

სურსათით განპირობებული (კვებითი) ინტოქსიკაცია, იგივე სურსათით მოშხამვა - ნებისმიერი დაავადება, რომელიც განპირობებულია ქიმიკატებით დაბინძურებული სურსათის, მცენარეულ და ცხოველურ ქსოვილებში არსებული ტოქსინების, შხამების მიღებით

სურსათით გამოწვეული დაავადებების მიზეზები, წყარო და გადაცემის გზები

მიზეზი: ბაქტერიებითა და მათ მიერ წარმოქმნილი ტოქსინებით, ვირუსებით, პარაზიტებით, პრიონებითა და ქიმიკატებით დაბინძურებული სურსათი, რომლებიც შესაძლოა იყოს მცენარეული ან/და ცხოველური წარმოშობის.

წყარო: ავადმყოფი ან/და ბაქტერიამტარებელი ადამიანი და ცხოველი.

გადაცემის გზები - ალიმენტარული: საკვებისმიერი ან წყლისმიერი.

ინკუბაციური პერიოდი - ეს არის ფარული პერიოდი, დასნებოვნების მომენტიდან დაავადების პირველი სიმპტომების გამოვლენამდე.



ზოგიერთი სურსათისმიერი დაავადება

დაავადების გამომწვევი	წყარო	მიკროორგანიზმისთვის გამრავლების ოპტიმალური T	გამოყენებული სურსათი	დაავადების ინკუბაციური პერიოდი	დაავადება და სიმპტომები
სალმონელა (Salmonella spp.)	შინაური და გარეული ცხოველები; ადამიანები (კუჭ-ნაწლავის ტრაქტი)	37° C	ფრინველის ხორცი და მისი სალათები; ხორცი და ხორცპროდუქტები; თევზი; კრევეტები; დაჭრ. წესვი, პომიდორი; რძე; კვერცხი; სოუსები და სხვ ცილოვანი პროდუქტები.	6 სთ-დან 72 სთ-მდე	სალმონელოზი. მუცლის ტკივილი; ღებინება; გულისრევა; ცხელება; დიარეა.
ნაწლავის ჩხირის ჯგუფის ბაქტერიები (E. coli: O26 O103-O111-O145-O157)	ცხოველები (განსაკუთრებით მსხვილი რქოსანი პირუტყვი); ადამიანები (კუჭ-ნაწლავის ტრაქტი).	37° C	წვდელი ან თერმულად არასაკმარისად დამუშავებული ძროხის ხორცის ფარში; ყველი; არაპასტერიზებული რძე; მაიონეზი.	2-დან 9 დღემდე	ენტეროჰემორაგიული ნაწლავური ინფექცია. დიარეა (წყლიანი, შესაძლოა გახდეს სისხლიანი); მუცლის მწვავე ჭვალი და ტკივილი; გულისრევა; დროდადრო მსუბუქი ფორმის ციებ ცხელება.
ლისტერია მონოციტოგენეზი (Listeria monocytogenes)	ნიადაგი; წყალი; ლექი; ადამიანები; შინაური და გარეული ცხოველები; ფრინველები; ნესტიანი გარემო.	4° C-დან 37° C-მდე	არაპასტერიზებული რძე; ყველი; ნაყინი, წვდელი ზოსტნეული, ფრინველის და ძროხის ხორცი; ზღვის პროდუქტები, მზა სურსათი.	2-დან 30 დღემდე	ლისტერიოზი. ღებინება; გულისრევა; დიარეა; თავის ტკივილი; მუდმივი ცხელება; ციება; კუნთების ტკივილი; მენინგიტი; აბორტი.
კლოსტრიდიუმ ბოტულინიუმი (Clostridium botulinum)	ნიადაგი; წყალი.	37° C	არასათანადოდ დამუშავებული დაკონსერვებული დაბალი მჟავიანობის პროდუქტები; მოშუშული ხორცი; ძროხის ხორცის პროდუქტები; ფრინველის ხორცის პროდუქტები.	18 სთ-დან 36 სთ-მდე (შესაძლოა მერყეობდეს 4 სთ-დან 8 დღემდე).	ბოტულიზმი, ინტოქსიკაცია. დადლილობა; სისუსტე; თავბრუსხვევა; მხედველობის გაორება; გამწვანებული მეტყველება და ყლაპვა; ყაბჯობა.
ოქროსფერი სტაფილოკოკი (Staphylococcus aureus)	ადამიანები (კანი, თმა, ცხვირი, ყელი, ინფექციური წყალული); ცხოველები.	37° C	ლორი და სხვა ხორცეული; ფრინველის ხორცი; შემთბარი მზა პროდუქტები; კვერცხის პროდუქტები; რძე და რძის პროდუქტები; მოხარშული კრემი; კარტოფლის სალათები; ვრემიანი საკონდიტრო ნაწარმი.	½-დან 6 საათამდე.	გასტროენტერიტი, ინტოქსიკაცია. გულისრევა; ღებინება; პერიოდული ჭვალეები მუცელში; თავისა და კუნთების ტკივილი; კრუნჩხვა; წნევის და პულსის ცვლილება.

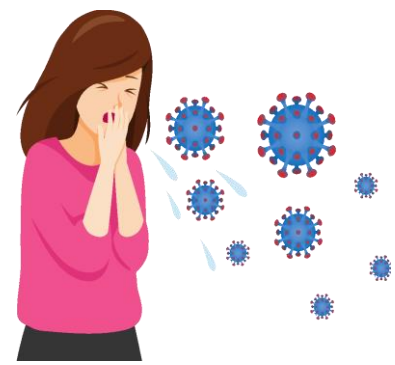
დაავადების სიმპტომები და პირველადი დახმარება

ყველაზე უფრო გავრცელებული სიმპტომებია:

- ტკივილი კუჭის არეში (კრუნჩხვითი ხასიათის);
- პირღებინება;
- მსუბუქი ცხელება;
- დიარეა;
- სისხლიანი განავალი (რთულ შემთხვევებში).

სიმპტომების გამოვლენისთანავე მიმართეთ სამედიცინო დაწესებულებას - ექიმს!





სურსათისმიერი დაავადებების პრევენცია



- ავადმყოფობის პერიოდში და სიმპტომების შეწყვეტიდან 48 საათის შემდეგ არ შეეხოთ და არ მოამზადოთ სხვისთვის საკვები. თუკი ამის თავიდან აცილება შეუძლებელია, საპნითა და წყლით ხშირად დაიბანეთ ხელები, როგორც დაქყებამდე, ასევე, საჭმელის მომზადების პერიოდში.
- სურსათის რეალიზაციის, ტრანსპორტირებისა და შენახვის ეტაპებზე ჰიგიენის წესების დაცვა და სურსათის სათანადოდ და სწორად მომზადება თავიდან აგვარიდებს სურსათით გამოწვეული დაავადებების უმეტესობას.

ანიმაცია “სურსათის კონტროლი მინდვირდან სუფრამდე”:

<https://www.momxmarebeli.ge/resources/animations/64>

წყარო: momxmarebeli.ge

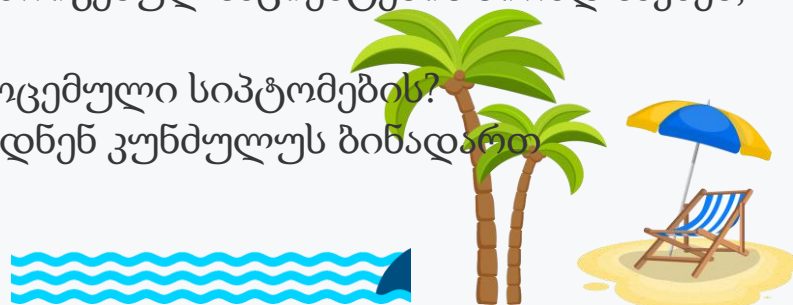
აქტივობა: სურსათით გამოწვეული დაავადებები კუნძულზე

ნაბიჯი 4. დაავადებების მოფიქრების შემდეგ, გუნდი ირჩევს ერთ მონაწილეს, რომელიც განასახიერებს მოცემული დაავადების სიმპტომებს „რათა გამოიცნონ მეზობელი კუნძულის მაცხოვრებლებმა“;

ნაბიჯი 5. დანარჩენი გუნდები ცდილობენ ამოიცნონ სურსათით გამომწვევი, რომელი დაავადება შეიძლება იყოს და ავსებენ წინასწარ დარიგებულ პაციენტების პირად საქმეს, სადაც უნდა ჩაწერონ :

- თუ რა შეიძლება იყოს გამომწვევი მიზეზი მოცემული სიმპტომების?
- პრევენციისთვის რა რეკომენდაციებს მისცემდნენ კუნძულს ბინადართ

იხ.სამუშაო ფურცელი



აქტივობა: სურსათით გამოწვეული დაავადებები კუნძულზე

კუნძულის სახელწოდება:

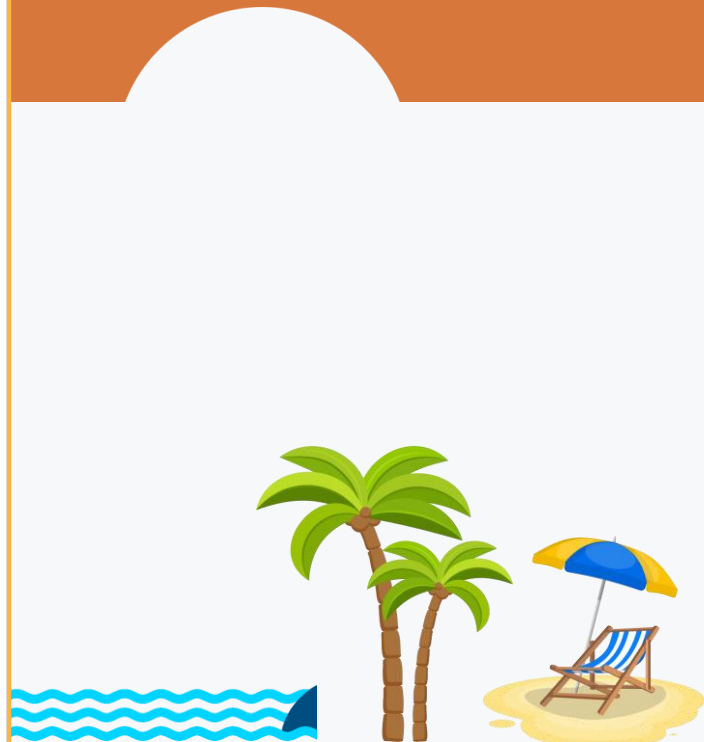
შენს მიერ არჩეული სურსათი:



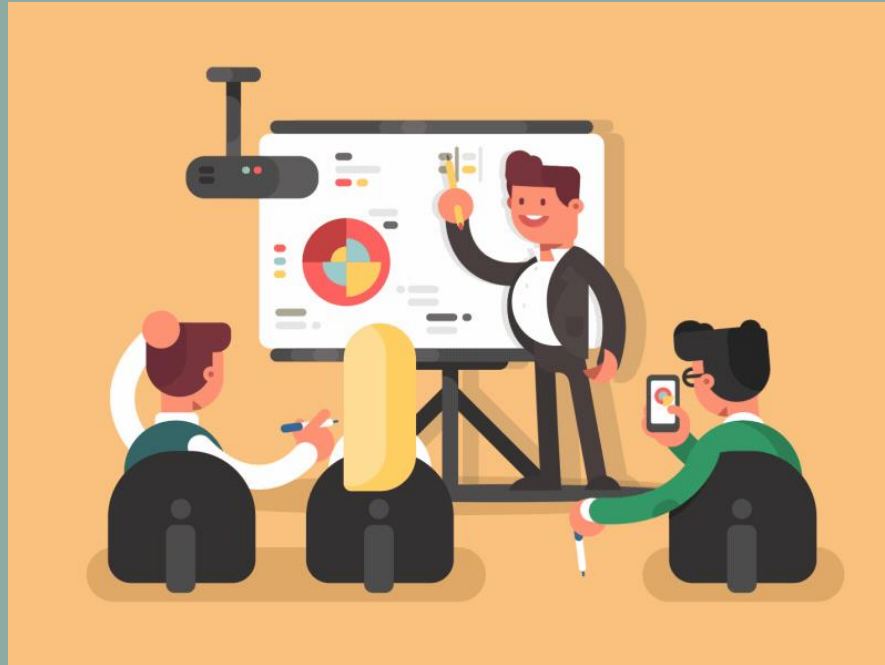
მოიფიქრე და აღწერე, სურსათთან დაკავშირებული, რომელი დაავადებები შესაძლოა წარმოშობილიყო კუნძულზე, თქვენს მიერ არჩეული სურსათის გამოყენების შედეგად?

როგორია მისი სიბტომები და რითი შესაძლოა იყოს გამოწვეული იგი?

SOS! დახმარებისთვის მიმართეთ მეზობელი კუნძულისმოსახლეობას. გააცანი შენს კუნძულზე წარმოქმნილი დაავადების სიმპტომები. მინიშებებით თუ გამოიცნობენ დაავადების სახელს და მოგცემენ რჩევას, თუ როგორ შეიძლება თავიდან არიდება მსგავსი დაავადებების.



ჯგუფური მუშაობა როლური თამაში

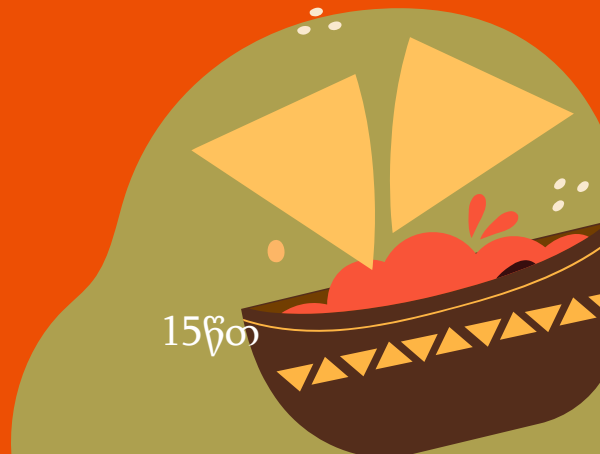




შეჯამება



15წთ



მადლობა ჩართულობისთვის!

