

Pandemiya bizə nəyi əxz etdi

“Görülən bütün tədbirlər xalqın sağlamlığını, ölkəmizin təhlükəsizliyini təmin etmək üçündür. Ona görə hər bir vətəndaş öz məsuliyyətini dərk etsin. Azərbaycan xalqının problemlərini həll edirik. Bunun üçün həmrəylik göstərməliyik. Azərbaycan hakimlərinə öz təşəkkürümü bildirmək istəyirəm. Azərbaycan bu sınaqdan da şərəflə çıxacaq.”

İlham Əliyev

Koronavirus pandemiyası Azərbaycanda yayılmağa başladığı gündən etibarən bu virusa qarşı mübarizə Azərbaycan hökumətinin də gündəliyində birinci sırada dayanır. Yolxuma hallarının qarşısının alınması sahəsində bütün mümkün addımlar atılmış, qabaqlayıcı tədbirlər görülmüşdür. Və buna görə də etiraf etmək lazımdır ki, həyata keçirilən işlər sayəsində yaxşı nəticələr göz önündədir.

“Siyasetin mərkəzində ölkə vətəndaşı dayanır” deyən Prezident İlham Əliyev hər zaman olduğu kimi global böhran dövründə də vədine sadıqlığını bir daha təsdiqləyir.

Hətta adam başına düşən testlərin sayına görə bu gün Azərbaycan dünya ölkələri arasında qabaqlayıcı yerlərdədir. Qısa müddət ərzində laboratoriyaların sayı 5 dəfə artıraraq 31-ə çatdırılıb. Yaxın

gələcəkdə laboratoriyaların sayı 45-ə, modul tipli xəstəxanalrın sayı isə bütövlükdə 16-ya çatdırılacaq.

Eyni zamanda sahibkarlara müəyyən maliyyə dəstəyinin göstərilməsi, sosial yardıma ehtiyacı olanların sosial paketlərlə təmin edilməsi-bütün bunlar bir daha göstərir ki, dövlət hər şəraitdə xalqına qayğısını əsirgəmir. Təbii ki, bütün bu müsbət nəticələr dövlətlə xalqın vəhdətindən yararın. Son günlərdə ölkə ərazisində karantin rejimi ilə bağlı baş verən yumşalmalar dövlətin əhaliyə olan inamının nəticəsidir. Virusla mübarizə tədbirlərinə yardım məqsədilə hər kəs fərd olaraq öz sağlamlığının qayğısına qalsa Azərbaycanın pandemiya üzərində qələbəsinin qarşısını heç nə ala bilməz.

Pandemiyanın bizə qazandırdığı müsbət fikir və vərdişlər

- Təmizlik (bu bizə əslində 14 əsr əvvəldən dəstəmaz almaqla əmr olunmuşdur)

-İnsanların ego duyğularını sındırmaq. Hər kəsin kiçik bir virus qarşısında aciz olduğunu göstərdi. Qurulan bütün planlar kiçik bir virus yox edə bilməmiş, bunu öyrəndik.

- Bir olub yardımlaşmağa ehtiyacımız olduğunu göstərdi.

- Təbiətin insanlardan uzaqlaşdırmağa özünü bərpə etməsinə şərait

yaratdı.

- Ailəmə zaman ayırmağımızı fürsət yaratdı. Bəlkə evdə aylardır, illərdir etmək istədiyimiz işləri həyata keçirdik. Sevdiklərimizlə daha uzun vaxt keçirməyimizə, bir-birimizə danışmadığımız hekayələri danışaraq, oyun oynayaraq gözəl vaxt keçirməyimizə şərait yaratdı. Bir növ bir-birimizi daha yaxından tanıdıq.

- Hər insanla səmimi görüşməyin insanda müəyyən xəstəliklərə yol açmağa bələdəyini göstərdi. Bir növ yalançı səmimiyyəti də aradan qaldırdı.

- Sosial, fiziki məsafə saxlamağı amma duyğusal olan məsafəni yaxınlaşdırmağı öyrətdi bizə. Yəni hər zaman bir-birimizi görməyimiz vacib deyil, xatırladığımızı hiss etməyə çalışsaq yetər.

- Əksər xarici ölkələrdə olduğu kimi Azərbaycanda distant təhsilə keçmək üçün şərait yaratdı. Bütün təhsil müəssisələrində dərslər onlayn qaydada keçirildi.

- Hər zaman texnologiyanın insanı nə qədər yalnızlaşdırdığını düşünərkən, artıq texnologiyanın əslində bizə nə qədər köməyi olduğunu öyrəndik. Evdə qaldığımız müddətdə müxtəlif proqramlarla yaxınlarımızla görüntülü ünsiyyət qurduq. Anladığımız ki, əslində texnologiya bizi ayıran yox, birləşdirən vasitə imiş.

- Nəhayət, Peyğəmbərimizin (sav) buyurduğu kimi hər şərtdə dərslər çıxarmaq istəyənin üçün bir xeyrin varlığını öyrətdi bizə.

Biz birlikdə güclüyük!

**ƏFSANƏ,
“Qəbələ”**

“İkinci dalğa” hər an gözlənilir

Bildiyimiz kimi, pandemiya davam edir. Epidemiyanın ilk başladığı və bu yola başa çatdığı bəyan edilən Çində belə yoluxma halları nəzərə çarpır.

Karantin, rejimi yumşaldıqca insanlarda normal həyata qayıdış təəssüratı yaranır. Lakin mütəxəssislər pandemiyanın nə qədər davam edəcəyini proqnozlaşdırma bilmirlər. Əvvəllər irəli sürülən təxminlər özünü doğrultmamışdır.

Belə olduğu halda pandemiyanın ikinci dalğası yaranma bilirmi? Bəzi ekspertlər hesab edirlər ki, epidemiyanın səviyyəsi sifra endikdən sonra yenidən yayılması ikinci dalğa deməkdir. Yeni yoluxma hallarının sayında davamlı artım nəzərə çarparsa, ikinci dalğanın başlanması haqqında danışmaq olar.

Şübhəsiz ki, ikinci dalğanın meydana gəlməsi potensialı var. Virus hələ də dövr edir, onun yayılıb ölməyə qabiliyyəti heç də azalmayıb. Məhdudlaşdırıcı tədbirlər aradan götürülərsə, beşəriyyət fevraldakı vəziyyətə qayıda bilər. Hər şey yenidən başlanar.

İkinci dalğanın başlanmasını şertləndirən amillərə gəlincə, bu ilk növbədə məhdudlaşdırıcı tədbirlərin kəskin şəkildə yumşaldılmasıdır. Karantin rejimi insanların həyatını dəyişsə də, virusa nəzarət altına almağa imkan verdi.

Pandemiyanın daha çox can almaması üçün karantin qaydalarına riayət etməli, virusdan qorunmaq üçün lazımı qaydaları həmişə diqqət mərkəzində saxlamaq lazımdır.

Karantin qaydalarına əməl edilmədikdə virusun yoluxması halları hər an bizlədir. Prezident İlham Əliyev demişdir: Azərbaycanda bərabərlik, ədalət və

qanunun alliyi əsas prinsiplərdən biridir və mən bütün vətəndaşların məsuliyyəti çatdırıram. Azərbaycan vətəndaşları yaxşı görürlər ki, qanun hər kəs üçün qanundur, heç kim qanundan üstün ola bilməz və heç kimə heç bir güzəşt edilmir və edilməyəcək”. Əlbəttə, insanın işinin uğursuzluğu da qazandığı xəstəliklərin özü də bir məsuliyyətsizlikdən doğur. Məsuliyyət və diqqət olan yerdə ömür də uzun, işlər də avand olur.

Avqust ayında karantin rejimi 3 dəfə yumşaldılıb. Hazırda ölkənin əksər şəhər və rayonlarında sərbəstləşdirilmiş xüsusi karantin rejimi ləğv edilib. Bir çox məhdudlaşdırıcı tədbirlər aradan qaldırılıb. Lakin bu o demək deyil ki, virus yox olub. Pandemiya davam edir və o hər an güclənə bilər. Koronavirus pandemiyasının daha güclü ola biləcəyi ehtimalı vardır. Ekspertlər hesab edirlər ki, ikinci dalğa nəzəri cəhətdən birincidən daha genişmiqyaslı ola bilər.

Buna görə də pandemiya şərtlərinə ciddi əməl edilərək yoluxma təhlükəsindən qorunmaq lazımdır. Bu isə sosial məsafə saxlamaqla, maskadan istifadə və gigiyena qaydalarına əməl etməklə mümkündür.

Koronavirus, tarixi təcrübəyə görə, adətən, soyuq mövsümdə daha tez yayılır. Payızda, qışda kiçik epidemiyalar belə yeni dalğanın yaranması ilə nəticələnə bilər. Ona görə də, hər kəs məsuliyyət hissini itirməməli, pandemiya qarşı qoruyucu vasitələrdən istifadə etməklə yanaşı lazımı qaydalara riayət etməlidir. Əks təqdirdə daha sərt karantin qaydalarının tətbiqi hər kəsi ciddi düşündürməlidir.

**BİBİXANIM,
“Qəbələ”**

Sanıq ki, hər şey qaydasındadır...

Artıq 7 aydan çoxdur ki, COVID-19 pandemiyası bütün dünyanı lərzəyə salıb. Elə bil ki, təşəkküllü bu virus dünyanı cənginə almaqla insanlığın qəsdinə dayanıb. Bütün dünya əhalisinin yaşam tərzini dəyişib, ölkələri həm iqtisadi, həm fiziki, həm mənəvi tənəzzülə uğradıb. Hər kəsin bu pandemiya öz baxışını var. İlk dövrdə insanlar daha çox bu virusun bütün dünyanı qorxuya salacağı dərəcədə qorxulu olduğuna inanırdılar. Qoruyucu vasitələrin çatışmadığı aylarda çox çətinliklərlə maskalar əldə edir, spirt və əlcəklərdən istifadə etməklə, sağlamlığını qorumaq üçün demək olar ki, əhəlinin əksəriyyəti qida rasionuna düzgün əməl edir, immunitet gücləndirici vasitələrdən daha çox istifadə edirdi.

Ölkəmizin Prezidenti İlham Əliyev də İnsan sağlamlığını ön plana çəkər, verilən qanun və sərəncamlar ilk növbədə insanların sağlamlığının qorunmasına yönləndirildi. Əhəlinin işləməyən və eməkhaqqının az olduğu hissəsinə də qayğı ilə yanaşılırdı. Qoyulan karantin rejimləri və onların xəstə, yoluxma, ölüm və sağalma vəziyyətinə görə bəzən sərtləşdirilməsi və yumşaldılması da xalqın sağlamlığı və bir sözlə mənəfeyinə xidmət edirdi. Qoruyucu vasitələri istehsal etmək üçün ölkəmizdə təcili zavodların, əhəlinin sağlamlığının qorunması və düzgün istiqamətdə müalicəsi üçün modul xəstəxanaların tikilib-quraşdırılması və əhəliyə xidmət etməsi ölkə başçısının əhəlinin sağlamlığını daima diqqət mərkəzində saxlamasının canlı nümunəsidir.

Ölkə Prezidenti, eləcə də, ziyalı mütəxəssis kadrlar bütün dünyanı qorxu və təşvişə salan bu pandemiya ilə daha güclü mübarizə apararaq, virus əleyhinə vaksin hazırlanana və əhəli ondan istifadə edəne-

Yaşam sindromu

dək hər kəsi məsuliyyətli olmağa, qanunlara riayət etməyə səsləyir.

Pandemiya başlayandan bəri ayrı-ayrı ölkələrin xəstəliklə mübarizə tədbirləri təsdiq etdi ki, yoluxuculuq qabiliyyəti yüksək olan virusdan qorunmağın əsas və yeganə yolu sosial izolyasiya, insanlar arasında ünsiyyətin qismən məhdudlaşdırılması, karantin rejiminin tətbiqidir. Reallıq da göstərir ki, bu şərtlər çərçivəsində müvafiq addımlar atan, qabaqlayıcı tədbirlər görən ölkələrdə virusun tüğyan etməsinin qarşısı alınmış və itkilər digər dövlətlərlə müqayisədə xeyli az olub.

Hələ fevralın sonlarında respublikamızda virusa ilk yoluxma halı qeydə alınandan operativ şəkildə qabaqlayıcı tədbirlərin həyata keçirilməsinə başlandı. Problemin ciddiliyi nəzərə alınaraq Nazirlər Kabinetinin yanında Operativ Qərargahın qərarları ilə dövlət sərhədləri bağlandı, bütün təhsil müəssisələrində təhsil dayandırıldı, iri ticarət mərkəzlərinin işinə fasilə verildi, virusun geniş yayılmaması üçün çəvik və sistemli qabaqlayıcı tədbirlər həyata keçirildi. Martın 14-dən sosial izolyasiya qaydaları tətbiq olundu, aprelin 5-dən isə xüsusi karantin rejimi elan edildi.

Prezident İlham Əliyevin koronavirusla mübarizə təşəbbüsləri çoxşaxəlidir. Ölkə Prezidentinin fərman və sərəncamları ilə Koronavirusla Mübarizəyə Dəstək Fondu yaradılması, modul tipli xəstəxanaların yaradılması, bu virusa yoluxan xəstələrə xidmət göstərən hakimlərin eməkhaqqlarının artırılması vətəndaşların sağlamlığı naminə həyata keçirilən hertərəfli dövlət siyasətindən xəbər verir. Qoruyucu tibbi maska istehsalı müəssisələrinin

fəaliyyətə başlaması da bu siyasətin uğurlu nümunələrindən biridir.

Məsuliyyət hissi həmişə olmalıdır

Koronavirusun rəsmi bir təfiri yoxdur. Ancaq pandemiya dövründə yaşadığımız sübut edir ki, insanların əksəriyyəti hələ də bu infeksiyaya həssasdır. Əslində bütün qoruyucu tədbirləri ləğv etsək, yaşadığımız ilkin dövr yenidən təkrar ola bilər. Bütün qadağalar və karantin rejimi bu virusdan qorunmaq, insanların həyatını qorumağa imkan verən vasitədir. Karantin rejiminin yumşaldılması bu virusun yox olması demək deyil, yoluxma və ölüm sayına görədir. Əgər hər kəs özlüyündə məsuliyyət hissini yaşadarsa, lazımı qoruyucu qaydalara diqqət edərsə, həm özlünü həm də ətrafdakı ona yaxın və uzaq insanların həyatını qoruyacaq olar.

Əzizləri koronavirusdan dünyasını dəyişən ailə ilə görüşdüm. Biri əslən Qax rayonundan idi-gözəl, ziyalı ailə idi. Əvvəlcə nəvə (2 yaşlı) xəstələnir, qızdırması olur, sonra körpənin atası və sonra da anası. Nəticəsinə baxan nəvə də dadbilmə qabiliyyətini itdiyini söyləyir. Həkim müayinəsi zamanı onlarda bu virusun cavabı pozitiv çıxır. Təcili olaraq nəvə və baba da yoxlanılır....

Qorxu hissi, həyəcan, qida və əhval ruhiyyə... bütün bu virusun yoluxmasında başlıca rol oynayır. Sanki, bu pandemiya sağlamlıq insanlara bəzən əqidedə zəif olarsa psixi təsir göstərir və insan bu virusa yoluxur. Deyilənə görə virus gözün seçilə bilən qışasından da belə keçə bilər. Bax, ona görə də ilk növbədə qoruyucu vasitələrdən istifadə etməklə gigiyena qaydalarını da diqqətdə saxlamaq, immunitetini aşağı düş-

məməsi üçün həm əhval ruhiyyəni yüksəltmək, həm də qida rasionuna imkan daxilində diqqət etmək lazımdır.

Həkim müayinəsi zamanı nəvədə 38.0, babada isə 36.20 dərəcə temperatur aşkar olundu və ailə Semaşko xəstəxanasına yerləşdirildi. Körpə və ata daha tez müalicə olundu, normal vəziyyətə gətirildi. Daha sonra hər iki nəvələrin müalicəsi effektiv oldu, anoloji xəstə olan yaşlı nəvə belə müalicə olundu. Ancaq 52 yaşındakı sağlamlıq, pəhləvan görkəmli baba 9 gün ərzində çətin nəfəs almadan, yanğıdan, halsızlıqdan qurtara bilmədi. Həkimlər ciyərlərin açılmasını daim hərəkətdə olmasın-dəsələr də, baba ömür-gün yoldaşına söykənərək, çətinlikə gəzirdi. Yaşadığı müddət ərzində heç bir xəstəlikdən şikayət etməyən baba tək bir gün reanimasiya şöbəsində qaldı. Şöbəyə getməzdən əvvəl nəvəsi ilə görüntülü danışdı: “Baba ölü, dözə bilmirəm”- demişdi. Və xəstəxanaya yerləşdirildiyinin 10-cu axşamı dünyasını dəyişdi.

Sarıla bilsəydim...

Ailə xəstəxanada olduğu, karantin vaxtı qurtarmadığı üçün əzizlərinin cənazəsi ilə vidalaşma bilmədilər. Xəstəxana divarlarında yaralı quş kimi çırpındılar, bir günün bir əsr kimi yaşadılar...

Qızı: “Sarıla bilmədim son dəfə atama”, yoldaşı: “bəlkə son bir sözü vardı, dinləyə və son dəfə görə bilmədim”, qaynana: “kürəkən və cəmi əzizləri belə onun dəfninə adına layiq yola sala bilmədi”...

Təbii ki, Koronavirus-COVID-19-a aid qaydada dəfn edildi-bu virusdan dünyasını dəyişən cəmi insanlar kimi...

Artıq ailə üzvləri sağalaraq nor-

mal həyata dönsələr də onun 10 gün ərzində çəkdiyi əziyyət və həyatdan köçməsi onların həyatına həm cismən, həm də mənən çox güclü zərbə vurmuşdur.

Belə tale yaşayan əslən Qəbələnin Vəndam qəsbəsinə olan Sumqayıtda yaşayan və işləyən həkimin itki ailəsinə və onu tanıyanları çox sarsıtmışdı. Həkim anestezioloq 1974 təvəllüdü idi. Həyat yoldaşı da həkimdir. Şəkərli diabeti olan həkim insanlığın həmişə sağlamlığı keşiyində dayansa da, bu virusun qurbanı oldu... Deməli, koronavirus sağlamlıq görünüşü, savada, vəzifəyə, zənginliyə baxmır, sadəcə, məsuliyyət hissi və diqqətlik tələb olunur. Dünyasını dəyişən həkim məsuliyyətli və savadlı bir həkim idi və ailəsinə, tanıdıklarını bu virusdan qorumaq üçün hertərəfli mübarizə aparırdı... İnsan düşünür ki, bəlkə xəstəlikdənmi yoluxdu, adi bir ehtiyatsızlıqdanmı! Bəlkə də tale yazısıdır...

Yaşam sindromu

İnsan yaşadığından, yaşanılardan dərslər almalı, buraxılan səhvləri təkrar etməmək üçün məsuliyyət daşmalıdır. Biz birlikdə daha güclüyük. Və bu gücü hiss etmək üçün həm özüümüzü, həm də ətrafımızı qorumağa çalışmalıyıq. Koronavirus infeksiyası ilə mübarizədə qalib olmaq, ölkəmizin bu bələdan qorunması üçün hər kəs öz həyatını qorumaq, qoruyucu vasitələrdən istifadə, izolyasiya qaydalarına əməl etməli, ən başlıcası pandemiyanın qurbanları və virusun insanlara, ölkələrin iqtisadiyyatına hertərəfli vurduğu ziyanı, həyat və yaşam tərzinin necə dəyişdiyini diqqətdə saxlamalıdır. Hər kəs xəstəlik deyil, yaşam “sindromu”nu düşünməlidir ki, nəinki həyatdan köçərək, sapsağlam əzizlərinə sarıla bilsin!

**BİBİXANIM,
“Qəbələ”**