



ЭРҮҮЛ  
МЭНДИЙН ЯАМ



**КОРОНАВИРУСТ ХАЛДВАР**  
**КОВИД-19**  
гэж юу вэ?



# КОВИД-19 ГЭЖ ЮУ ВЭ?



Шинэ төрлийн Коронавирусээр үүсгэгддэг Ковид-19 нь ханиад, томуу хэлбэрээр эхэлж уушгины хатгалгаа болж хүндэрдэг халдварт өвчин юм.

Энэхүү өвчин нь дэлхийн ихэнх улс оронд олон хүнийг өргөн тархсан учраас цар тахал гэж үзсэн. Коронавирус агаар дуслын замаар, ахуйн хавьтлаарамьтнаас хүнд, хүнээс хүн, амьтанд халдварладаг, хүний биед орсноос 14 хоногийн дараа ханиад томууны шинж тэмдгээр эхэлж, улмаар уушгины хатгалгаа, амьсгалын дутмагшил хэлбэрээр хүндэрдэг.

## КОРОНАВИРУСИЙН ТУХАЙ

Корона буюу Титэм вирус нь анх 1960 онд илэрсэн бөгөөд хэд хэдэн төрөл зүйлтэй юм. Өнөө цаг үед дэгдээд байгаа Ковид-19 цар тахлыг үүсгэгч нь энэхүү вирусийн нэгэн шинэ төрөл юм. Шинэ төрлийн корона вирус нь гадна орчинд тэсвэртэй, металл гадаргуу дээр 12 цаг, даавуу материал дээр 6-12 цаг бусад тэгш гадаргуу дээр 28 хоног амьдрах чадвартай.



Нарны хэт ягаан туяа болон өндөр хэмийн халуунд тэсвэргүй гэдэг нь тогтоогджээ.

## ХЭРХЭН ХАЛДВАРЛАДАГ ВЭ?

Коронавирус нь агаар дуслын замаар, бохир гар эд зүйлсээр дамжин бусдад халдварладаг Тухайлбал халдвартай хүн ханиалгаж, найтаах, бусадтай гар барихад халдвар дамжина. Мөн халдвартай хүний хүрсэн эд зүйлд хүрсэн гараараа ам, хамар, нүдэндээ хүрвэл халдвар авах аюултай.

## ЯМАР ШИНЖ ТЭМДЭГ ИЛРЭХ ВЭ?



Ханиалгах



Халуурах



Амт, үнэр  
мэдрэхгүй байх



Нус гоожих



Хоолой өвдөх



Ядарч сульдах



Булчин,  
бие өвдөх



Амьсгал  
давчдах



Толгой өвдөх





# ДЭЭРХ ШИНЖ ТЭМДЭГ ИЛЭРВЭЛ ЯАХ ВЭ?



- 1** Харьяа эрүүл мэндийн төв рүүгээ яаралтай хандах
- 2** Халдвар бусад хүмүүст тархахаас зайлсхийхийн тулд эмнэлгийн байгууллагад шууд очихгүй байх
- 3** Хэрэв гэр бүлийн хэн нэгэн өвдсөн бол түүнийг эрүүл хүмүүсээс тусгаарлах
- 4** Хэрэв сургууль дээр сурагчид дээрх шинж тэмдэг илэрвэл яаралтай эцэг эх асран хамгаалагчид мэдэгдэх, ангийн бусад сурагчдад маск зүүлгэн, тусгаарлаж, эрүүл мэндийн байгууллагад мэдэгдэх



## СУРГУУЛЬ, АНГИ ТАНХИМДАА КОВИД-19 ӨВЧНӨӨС УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХ АРГА ХЭМЖЭЭ



*КОВИД-19 тархахаас урьдчилан сэргийлэх үүднээс  
сургууль, анги танхимд урьдчилан сэргийлэх арга  
хэмжээ авах нь чухал юм.*

Цар тахлын үеэр сурагчдын сурах үйл ажиллагааг үргэлжлүүлэхэд багш, нийгмийн ажилтан, сургуулийн эмч нар чухал үүрэг гүйцэтгэдэг. Сургуулиуд үйл ажиллагаа явуулахын хэрээр хүүхдүүдийг аюулгүй, эрүүл орчинд үргэлжлүүлэн боловсрол эзэмшүүлэх нөхцөлийг бүрдүүлэхэд тэдгээр хүмүүсээс олон зүйл хамаарна.

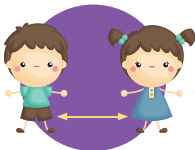
- Цар тахлын үед хэрэгжүүлж буй дүрэм, журмыг мөрдөх
- Баталгаатай эх сурвалжаас авсан КОВИД-19-ийн талаарх мэдээ, мэдээллээр хангах
- Анги танхимд цэвэр агаар оруулж, чийгтэй цэвэрлэгээ хийх
- Сурагчдад эрүүл мэндийн зөвлөмжүүдийг тогтмол өгөх, хэрэгжүүлж байгаа эсэхэд хяналт тавих
- Сурагчдын биеийн халууныг шалгаж оруулах, тэмдэглэл хөтлөх
- Анги танхимд зориулалтын ариутгалын бодисыг зааврын дагуу хэрэглэх



## Сурагчид



Гадуур гарахдаа, сургууль дээрээ амны хаалт /маск/, тогтмол зүүж, бээлий өмсөх хэрэгтэй



Хүн хоорондын зай барих



Олон нийтийн газраар явахгүй байх, анги танхимдаа олуулаа бөөгнөрөхгүй 1,5-2 метр зай барих



## Амны хаалтыг



- 2 цаг тутамд солих
- Ам хамрыг бүрэн таглаж зүүх
- Зүүж байхдаа амны хаалтандаа бохир гараараа хүрэхгүй байх
- Хэрэглэсний дараа хогийн саванд хаях



## ГАРАА САВАНДАЖ УГААХ, АРИУТГАХ

Гараа угаахдаа дараах зааврын дагуу бактерийн эсрэг савангаар 20-40 секундйн турш хөөсрүүлж угаана. Гараа угаах боломжгүй үедээ гар ариутгагч хэрэглээрэй



## СУРАГЧИД



- Зөвхөн өөрийн хичээлийн хэрэглэл, аяга, халбагыг хэрэглэх
- Өрөө тасалгаандаа агаар салхи оруулж, идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийх
- Давс сода, лимоны уусмалаар ам, хоолойг зайлах
- Тэжээллэг хоол хүнс хэрэглэх, дархлаагаа дэмжих, сайтар унтаж амрах
- Бүлээн шингэн ойр ойрхон уух

# КОРОНАВИРУСИЙН халдварыг дараах шинжилгээгээр илрүүлнэ



## ТҮРГЭВЧИЛЭН

- Шинж тэмдэг илэрсэн хүнийг газар дээр нь тусгаарлан шинжилнэ

## ЛАБРАТОРИЙН ДАВТАН ШИНЖИЛГЭЭ

- Түргэвчилсэн шинжилгээний үр дүнг бататгахын тулд мэргэжлийн лабораторид дахин шинжилгээ хийдэг



# КОРОНАВИРУСИЙН ХАЛДВАР АВСАН ХҮН БУСДАД ХАЛДААХГҮЙ БАЙХЫН ТУЛД ЯАХ ВЭ?



Ханиаж найтаахдаа  
хамар, амаа алчуур  
эсвэл салфеткаар таглах  
тохойны дотор нугалам  
руу ханиаж найтаах



Гадуур гарахгүй байх,  
хүнтэй 1,5-2 метр зайд  
ойртохгүй байх



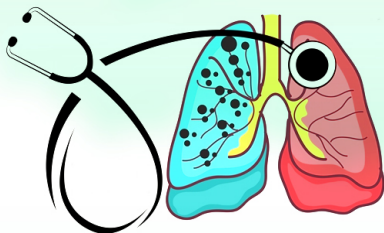
Хэрэглэсэн эд зүйлсээ  
бусдад дамжуулахгүй  
байх



Эмнэлгийн заавар  
зөвлөмжийг сайтар дагах



ЭРҮҮЛ  
МЭНДИЙН ЯАМ

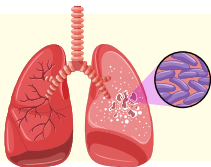


# СҮРЬЕЭ ӨВЧИН ГЭЖ ЮУ ВЭ?

Сүрьеэ нь сүрьеэгийн савханцар хэмээх нянгаар үүсгэгддэг, хүнээс хүнд амьсгалын замаар тархдаг халдварт, бүрэн эдгэрдэг өвчин юм. Уг өвчнийг үүсгэдэг савханцар нян нь гадаад орчинд тэсвэртэй ба бохир ус, хөрс, чийглэг орчин, ил хаясан нус цэрэнд удаан хугацаагаар амьдрах чадвартай. Нарны шууд тусгалд 1 цаг, ариутгалын уусмалд 5 цагийн дотор устдаг.



Сүрьеэгийн халдвар ханиад томууны адил нэг хүнээс нөгөөд амьсгалж буй агаараар дамжин халдварладаг.



Сүрьеэгээр өвдсөн хүн 15-20 хүнд халдвар тараах эрсдэлтэй



Сүрьеэгээр өвдсөн хүн ярих, амаа дарахгүй ханиах, найтаах, нус цэр, шүлсээ ил задгай хаяахад уг өвчний нян агаарт цацагдаж түүний ойр орчимд байсан хүмүүс энэхүү агаараар амьсгалснаар халдвар авдаг.

# СҮРЬЕЭГЭЭР ХЭН Ч ӨВДӨХ ЭРСДЭЛТЭЙ

# АМЬДРАХ ЧАДВАРТАЙ

- ❗ УДААН ХУГАЦААНД ХУВААГДАН ҮРЖДЭГ (20-24 ЦАГТ НЭГ УДАА) ОНЦЛОГТОЙ
- ❗ НАРНЫ ШУУД ГЭРЭЛ БОЛОН ХЭТ ЯГААН ТУЯАНД 1 ЦАГИЙН ДОТОР УСТДАГ

## СҮРЬЕЭГИЙН НЯН НЬ

ТООСОНД  
**100**  
ХОНОГ

ХӨРСӨНД  
**6**  
САР

УСАНД  
**150**  
ХОНОГ

БУЦАЛГАХАД  
**10**  
МИНУТ

ЧИЙГЛЭГ  
**75°C**  
ХЭМД



Манай улсад амьсгалын замын халдварт өвчний 40 гаруй хувийг сүрьеэ өвчин эзэлж байгаа бөгөөд хүн амын нас баралтын шалтгаан нь тэр дотроо халдварт өвчний шалтгаантай нас баралтын нэгдүгээрт бичигддэг байна.

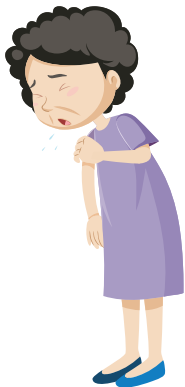
Дэлхийд жил бүр **10.4** сая шинэ тохиолдол бүртгэгдэж, **1.8** сая хүн уг өвчний улмаас нас бардаг.

**1.000.000** хүүхэд сүрьеэгээр өвчилж, **200.000** хүүхэд эндэж байна.

Монгол улс сүрьеэгийн өвчлөл өндөртэй **37** орны **4-т** ордог.

Жил бүр **4000** гаруй хүн шинээр сүрьеэ өвчнөөр өвчилж байна.

Өвчлөгсдийн **60** хувь нь ярих, ханиах, найтаахад агаараар дамжин нэгээс нөгөөд халдварлах эрсдэл дагуулдаг.



# Сүрьеэ өвчний үед ямар шинж илрэх вэ?

Өвчний эхлэл ихэнх тохиолдолд аажим явагдаж, хэдэн долоо хоног үргэлжилнэ. Хоёр долоо хоногоос дээш хугацаагаар ханиалгаж байгаа хүнийг сүрьеэгийн сэжигтэй гэж тооцно.



Ханиалгах, цэр, цустай цэр гарах



Холрөх



Амьсгаадах



Халуурах, жинхүүдэс хүрэх



Цээжээр өвдөх



Турах



Хоолонд дургүй болох



Амархан ядрах

Хүүхдүүд ээ!  
Дээрх шинж тэмдэг илэрвэл ээж, аавдаа  
хэлж эмчид хандаарай.

## СҮРЬЕЭ БҮРЭН ЭДГЭРДЭГ

Сүрьеэгийн эмчилгээ нь богино хугацаанд эмчийн шууд хяналттай хийгдэх ёстой бөгөөд таны уйгагүй, ухамсартай эм уултаас л шалтгаалж бүрэн эдгэрдэг.

### Эмчилгээний зарчим баримталснаар

- Өвчтөн төгс эмчлэгдэнэ
- Гэр бүлийнхэндээ болон ойр орчимдоо халдвар тархахгүй
- Хүндрэл буурах
- Эмийн дасал үүсгэхгүй зэрэг ач холбогдолтой

## СҮРЬЕЭ ӨВЧНӨӨС ХЭРХЭН СЭРГИЙЛЭХ ВЭ?

### Сургуулийн эмч, багш, нийгмийн ажилтан

- Өрөө тасалгаа, анги танхимаа байнга агааржуулж нар салхи оруулах, чийгтэй цэвэрлэгээ, ариутгал тогтмол хийх
- Сурагчдад ариун цэврийн зөв дадлыг зааж хэвшүүлэх, сүрьеэ өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх заавар зөвлөмж өгөх

### Сурагчид

- Зөвхөн өөрийн аяга, халбага, усны савыг хэрэглэх, савтай ундаа, усаа дамжуулж хэрэглэхгүй байх
- Тохойныхоо дотор нугалам руу ханиаж найтаах эсвэл амны цаас хэрэглэх
- Тэжээллэг хоол хүнс тогтмол хэрэглэж дархлаагаа дэмжих
- Хичээл хийх, амрах цагаа зохицуулж ядрахгүй байх, сайтар унтаж амрах
- Ээж аавтайгаа цэвэр агаарт гарч идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийх
- Хувийн ариун цэврийг сайтар сахиж, гараа тогтмол угааж хэвших



## СҮРЬЕГЭЭР ӨВДСӨН ЭСЭХИЙГ ДАРААХ ШИНЖИЛГЭЭГЭЭР ИЛРҮҮЛНЭ



Цээжний  
рентген зураг



Арьсны  
сорил



Цэрний  
шинжилгээ



## ХЭРЭВ ТА СҮРЬЕГЭЭР ӨВДСӨН БОЛСОН БУСДАД ХАЛДААХГҮЙ БАЙХЫН ТУЛД ЯАХ ВЭ?



Эмчилгээгээ бүрэн төгс  
хийлгэх



Ханнаж найтахдаа ам  
хамраа дарах, амны хаалт  
зүүх



Гэр бүлийн гишүүдээ  
урьдчилан сэргийлэх  
үзлэгт хамруулах



## ДАРХЛААГАА САЙН БАЙЛГАХЫН ТУЛД:



Тэжээллэг хоол хүнс  
хэрэглэх



Ажил, амралтаа зохицуулж,  
ядрахгүй байх



3 сарын 24

# СҮРЬЕЭТЭЙ ТЭМЦЭХ ДЭЛХИЙН ӨДӨР

*Сүрьеэг үстгая*

Жил бүрийн 3 дугаар сарын 24 ний өдрийг Дэлхийн Сүрьеэтэй тэмцэх өдөр болгосон. Сүрьеэтэй тэмцэх энэ өдрийг “Жил бүр дэлхий дээр сүрьеэгээр 9 сая хүн өвддөг ч тэдний 3 сая нь эмнэлгийн тусламж авч чаддаггүй. Сүрьеэгээр өвдсөн хүн бүрийг илрүүлж, эмчилгээнд хамруулж, эдгэрүүлцгээе” гэсэн уриатайгаар тэмдэглэдэг байна.

Эрт илрүүлж эмчлэх нь сүрьеэгийн тархалтаас сэргийлдэг гол арга юм. Шинж тэмдгүүдийг мэдэж аль болох эрт эмчид үзүүлж шинжилгээ заавал хийлгээрэй.