

Шинэ Корона Вирусын (COVID-19) халдварын тухай

■ Шинэ Корона Вирусын халдвар гэдэг нь?

2019 оны 12 дугаар сард БНХАУ-ын Хубэй мужид өвчлөл бүртгэгдсэн шинэ корона вирус (COVID-19)-ээр үүсгэгдсэн амьсгалын замын халдварт өвчин юм. Ханиалгах, халуурах, уушгины хатгалга бүхий шинж тэмдэгтэй. Агаар дуслын зам болон хүрэлцэх замаар халдварладаг гэж таамаглагдаж байгаа.

■ Дараах шинж тэмдэг бүхий иргэн хорио цээрийн хяналтын төвд хандана уу.

- Ханиадны шинж тэмдэг, 37.5°C-ээс дээш халуурах ба 4-өөс дээш хоног үргэлжилж байгаа (Өндөр настан болон суурь өвчтэй хүн бол 2 хоногоос дээш)
- Ядарч сульдах, (тамирдах) ба амьсгал боогдох

Хяналтын төвд шинэ корона вирусын халдварын сэжиг байвал нарийн мэргэжлийн эмнэлэгт зуучлах тул амны хаалт зүүн олон нийтийн тээврийн хэрэгсэл ашиглахгүйгээр онош тодруулна уу.

Хорио цээрийн хяналтын төвийн жагсаалт

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html



■ Иргэн бүрийн урьдчилан сэргийлэлт болон дэгдэлтийн сэргийлэлт онц чухал.

Халуурах зэрэг ханиадны шинж тэмдэг илэрч байвал сургууль, ажил зэргээс чөлөө авч амарна уу.

Хувь хүний урьдчилан сэргийлэлт

- Гэртээ харьж ирээд гараа угаах, амаа зайлах
- Гар хуруугаа спиртээр ахиутгах
- Олон нийтийн газар очихгүй байх
- Өрөө тасалгаанд агааржуулалт болон чийгшүүлэлт хийх
- Эрүүл амьдралын хэв маягийг баримталж хангалттай унтаж амрах
- Чанарлаг хоол хүнс шингэнийг тогтмол хэрэглэх



Ханиалгах үед авах халдварын дэгдэлтээс сэргийлэх арга хэм

- Ханиах, найтаах шинж тэмдэг бүхий үед амна хаалт зүүх
- Амны хаалтгүй үед ханиах болон найтаахдаа ам хамраа ханцуй болон амны цаасаар дарах



Шинэ корона вирусын талаарх мэдээлэл Хялбарчилсан олон орны хэлээр)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



Гараа угаацгаая.

Савангаа хөөсрүүлэн дараах дарааллаар гараа угаацгаая.

<p>Гар угаахын өмнөх бэлтгэл</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆Хумсаа авсан уу? ◆Бугуйн цаг болон бөгжөө авсан уу? <p>Check !</p> 		<p>Хир үлддэг газрууд</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆Хурууны үзүүр ◆Хурууны завсар ◆Эрхий хурууны эргэн тойрон ◆Бугуй ◆Гарын нугалааснууд
<p>(1) Савангаа хөөсрүүлээд, гарын алгыг сайтар үрнэ</p>	<p>(2) Гарын арыг сайтар үрж угаах</p>	
		
<p>(3) Хурууны үзүүр болон хумсны завсрыг сайтар үрэх</p>	<p>(4) Хурууны завсруудыг угаах</p>	
		
<p>(5) Эрхий хуруу болон гарын алгыг сайтар угаах</p>	<p>(6) Бугуйгаа сайтар угаах</p>	
		
<p>Гараа зайлаад цэвэр алчуураар арчиж хатаана.</p>		