

Олон соёлт гэр бүлийн халдварт өвчнөөс сэргийлэх боловсролын төлөвлөгөө

- халдварт өвчнөөс сэргийлэх заавар мессеж явуулах төлөвлөгөө -

Явуулах өдөр	Агуулга	Явуулах тоо
6.15. (Мягмар)	<p>「Корона-19 сэргийлэх дүрэм болон анхаарах зүйл」</p> <ul style="list-style-type: none"> -Урсаж буй усанд савнаар 30 секундээс илүү гараа угаах -Гадуур явсны дараа, бие зассны дараа, хоол идэхийн өмнө,хойно, нусаа нийх болон ханиалгах, найтаасны дараа зэргийн дараа хийх -Ханиалгах дүрмийг мөрдөх -Ханиалгахдаа салфетик эсвэл хамрын алчуураар хамар амаа дарах -Маск зүүх -Угаагаагүй гараараа нүд, хамар, амаа оролдохгүй байх ★Коронагын сэжигтэй шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд эмнэлэг зэрэг байгуулгад очин өөрийгөө хянан эрүүл мэндийн төвийн эмчилгээний төвд очин Корона шинжилгээ өгөх <p>「COVID-19 Prevention Rules and Precautions」</p> <ul style="list-style-type: none"> -Wash your hands with soap and running water for at least 30 seconds -After going out, having a bowel movement, before or after eating, blowing your nose, coughing, sneezing, etc. -Observe cough etiquette -Cover your mouth and nose with a tissue or upper sleeve when coughing -Wearing a mask -Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands ★If you have symptoms of covid-19, refrain from visiting facilities such as hospitals and visit a public health center screening clinic to test for covid-19. 	
7.12. (Даваа)	<p>「Зуны улиралд ус·хоол хүнсээр дамжих өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх」</p> <ul style="list-style-type: none"> - Гараа зөв угааж хэвших - Буцалгасан ус уух - Хоолоо хангалттай температурт болгон идэх - Ногоо, жимсийн цэвэрлэн арилгаж идэх - Эрүүл ахуйн шаардлага хангасан хоол хийх * Хоол хийх хэрэгслийг тусад нь хэрэглэж, хоол хийсний дараа ариутгах - Суулгах шинж тэмдэгтэй бол хоол хийх болон бэлтгэхгүй байх <p>「Prevention rules for waterborne and foodborne infectious diseases in summer」</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proper hand washing routine - Drink boiled water - Cook food at a sufficient temperature to cook it - Wash and peel vegetables and fruits before eating - Cooking hygienically * Use cooking utensils separately and disinfect after cooking - Do not cook or prepare food if you have diarrhea 	

<p>8.9. (Даваа)</p>	<p>「Хумхаа өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх дүрэм болон анхаарах зүйл」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шумуулны идэвтэй цаг(оройн 10 цаг ~ үүрийн 4 цаг)-т гадуур гарахгүй байх 2. Ханцуйтай цамц / урт өмд өмсөх 1. Шумуулаас хамгаалах хэрэгсэл болон шумуулны тор ашиглах 2. Шавьжны дэлгэцний засвар үйлчилгээ 3. Хэрэв хумхаа өвчин гарсан газар амьдарч(зочилж) байхдаа шумууланд хазуулсны дараа халуурах, жихүүдэс хүрэх зэрэг шинж тэмдэг илэрвэл яаралтай эмчид хандах хэрэгтэй. <p>「Malaria Prevention Rules and Precautions」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Refrain from outdoor activities during mosquito activity hours (10 pm to 4 am) 2. Wear long sleeves / long pants 3. Use mosquito repellent and mosquito nets 4. Insect screen maintenance 5. If you have symptoms such as fever or chills after being bitten by a mosquito while living (visiting) in an area where malaria has occurred, seek medical attention immediately. 	
<p>계</p>		<p>0</p>