

COVID-19 Эрүүл мэндийн байгууллагын эрсдэлийн мэдээлэл харилцааны гарын авлага



Энэхүү гарын авлага нь эрүүл мэндийн байгууллагын удирдлага, эрүүл мэндийн ажилтнуудад ажлын байран дахь эрүүл, аюулгүй байдлыг хангахад шаардагдах үндсэн үйл ажиллагааны тоймыг өгнө.

Энэхүү зөвлөмж нь засварлах, хэвлэх болон олшруулахад хялбар байхаар боловсруулагдсан. Зөвлөмжийн бүтэцийг олон улсын стандартын хэмжээтэй цаасанд тохируулсан (A4, A3, A2).

Зураг болон бичиглэлийг тус тусад нь оруулсан тул байрлалыг шаардлагаас хамааран тохируулж болно.

Хэвлэхийн тулд файлуудыг PDF юм уу PNG өргөтгөлөөр хадгалж, хэвлэнэ үү. Зургийг хэвлэхдээ хэмжээг хэвлэх талбайд тохируулах бөгөөд ирмэгийн дагуу тайрч болно.

COVID-19 Эрүүл мэндийн байгууллагын эрсдэлийн мэдээлэл харилцааны гарын авлага



Танилцуулга

2020 оны нэгдүгээр сарын 30-нд ДЭМБ-аас Шинэ коронавирус (COVID-19)-ийн дэгдэлтийг олон улсын Нийгмийн эрүүл мэндийн ноцтой байдал гэж зарлалаа.

COVID-19 халдварын эсрэг хариу арга хэмжээ авах бэлэн байдлыг хангахад эрүүл мэндийн байгууллагын менежмент болон эрүүл мэндийн ажилтнуудыг үр дүнтэй, аюулгүй ажиллахад шаардлагатай багаж, хэрэгсэл, арга зүй, мэдээллээр хангах шаардлагатай байна.

COVID-19 халдварын дэгдэлтийн хариу арга хэмжээг хэрэгжүүлэхэд эрүүл мэндийн ажилтнуудын үүрэг маш чухал бөгөөд өвчний тархалтыг хязгаарлах буюу зогсооход улс орны хамгаалалтын үндсэн суурь нь юм.

Эрүүл мэндийн ажилтнууд нь ихэвчлэн COVID-19 халдварын сэжигтэй тохиолдлуудыг илрүүлэх, батлах, өвчтнүүдийг асрах зэрэг хүнд хэцүү нөхцөлд буюу тэргүүн эгнээнд ажиллаж байна. Тэд олон нийтийг COVID-19 халдварын аюулаас хамгаалахын тулд халдварт өртөх хамгийн өндөр эрсдэлтэй шууд нүүр тулж байна. Тэд мөн сэтгэлзүйн хямрал, ядаргаа, доромжлол зэрэг аюулд өртөх магадлалтай байна.

Зорилго

Энэхүү гарын авлага нь эрүүл мэндийн ажилтнуудыг халдвараас хамгаалах, эрүүл мэндийн байгууллагад COVID-19 халдвар тархахаас урьдчилан сэргийлэх зорилготой юм. Гарын авлага нь ДЭМБ-аас гаргасан Эрүүл мэндийн байгууллагын COVID-19 халдвараас урьдчилан сэргийлэх, хянах үйл ажиллагааны заавар (["Шинэ коронавирусийн сэжигтэй тохиолдолд эрүүл мэндийн тусламж үзүүлэх үед баримтлах халдварын сэргийлэлт ба хяналт"](#) (2020 оны 1 дүгээр сарын 25)) дээр үндэслэсэн хялбаршуулсан мессеж, санамжуудыг агуулсан болно. Дэлгэрэнгүй мэдээллийг ДЭМБ-ын удирдамжаас лавлаж харна уу.

Хэрэглэгчид – Гарын авлагыг хэнд зориулав

Энэхүү гарын авлага нь Эрүүл мэндийн ажилчид болон эрүүл мэндийн байгууллагын үйл ажиллагаанд зориулагдсан бөгөөд эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүдийн сүлжээгээр дамжуулах юм уу эрүүл мэндийн байгууллагуудад шууд түгээж болно. Тухайн улсын Эрүүл мэндийн яам энэхүү гарын авлагыг улсын бүх эмнэлгүүд болон эрүүл мэндийн байгууллагууд илгээнэ үү. Гарын авлагын хуулбарыг хувийн эрүүл мэндийн байгууллага, холбоод, мэргэжилтнүүдтэй мөн хуваалцах боломжтой.

гарын авлагыг тухайн улсын албан ёсны хэл дээр орчуулан эрүүл мэндийн ажилтнуудад санамж болгон хэрэглүүлэхээр эрүүл мэндийн байгууллагуудад байршуулж болно.



Агуулга – Гарын авлагад орсон мэдээлэл

Эрүүл мэндийн байгууллагад зориулсан COVID-19 Эрсдэлийн мэдээлэл харилцааны гарын авлага нь дараах 7 төрлийн мэдээллийг агуулсан.

Но.	Формат	Гарчиг	Анхан шатны хэрэглэгчид	Хэрэглээ
1	Постер	COVID-19 халдварын үед Эрүүл мэндийн байгууллагын бэлэн байдлыг хангах	Эрүүл мэндийн байгууллагын үйл ажиллагаанд	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах, Эрүүл мэндийн байгууллагын орох, гарах хэсэгт байршуулах
2	Постер	Эрүүл мэндийн байгууллагад COVID-19 халдварын сэжигтэй болон батлагдсан өвчтөнүүдийг зохион байгуулах.	Эрүүл мэндийн байгууллагын үйл ажиллагаанд	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах, Эрүүл мэндийн байгууллагын орох, гарах хэсэгт байршуулах
3	Постер	Ажлын байран дээрээ COVID-19 халдвараас өөрийгөө хамгаалах	Эрүүл мэндийн ажилчид	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах, Эрүүл мэндийн байгууллагын орох, гарах хэсэгт болон тусгаарлах өрөөнд байршуулах
4	Санамж хуудас	COVID-19 халдварын сэжигтэй болон батлагдсан өвчтөнүүдтэй харьцах	Эрүүл мэндийн ажилчид	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах. Эмнэлгийн хүлээн авах болон өвчтөн эрэмблэх хэсэгт байршуулах
5	Санамж хуудас	COVID-19 халдварын талаарх мэдээллийн хуудас	Өвчтөнүүд болон үйлчлүүлэгчид	Эмнэлгийн хүлээн авах болон өвчтөн эрэмблэх хэсэгт хэвлэж байршуулах
6	Постер	Стрессийг даван туулах	Эрүүл мэндийн бүх ажилчид	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах, Эрүүл мэндийн байгууллагын ажилчид орж гардаг бүх хэсэгт байршуулах (гал тогоо, хоолны өрөө гэх мэт).
7	Постер	Гарын эрүүл ахуйг сахих 5 тохиолдол	Эрүүл мэндийн бүх ажилчид	Ажилтнуудын сургалт болон уулзалтын үеэр танилцуулах, Эрүүл мэндийн байгууллагын орох, гарах хэсэгт болон тусгаарлах өрөөнд байршуулах



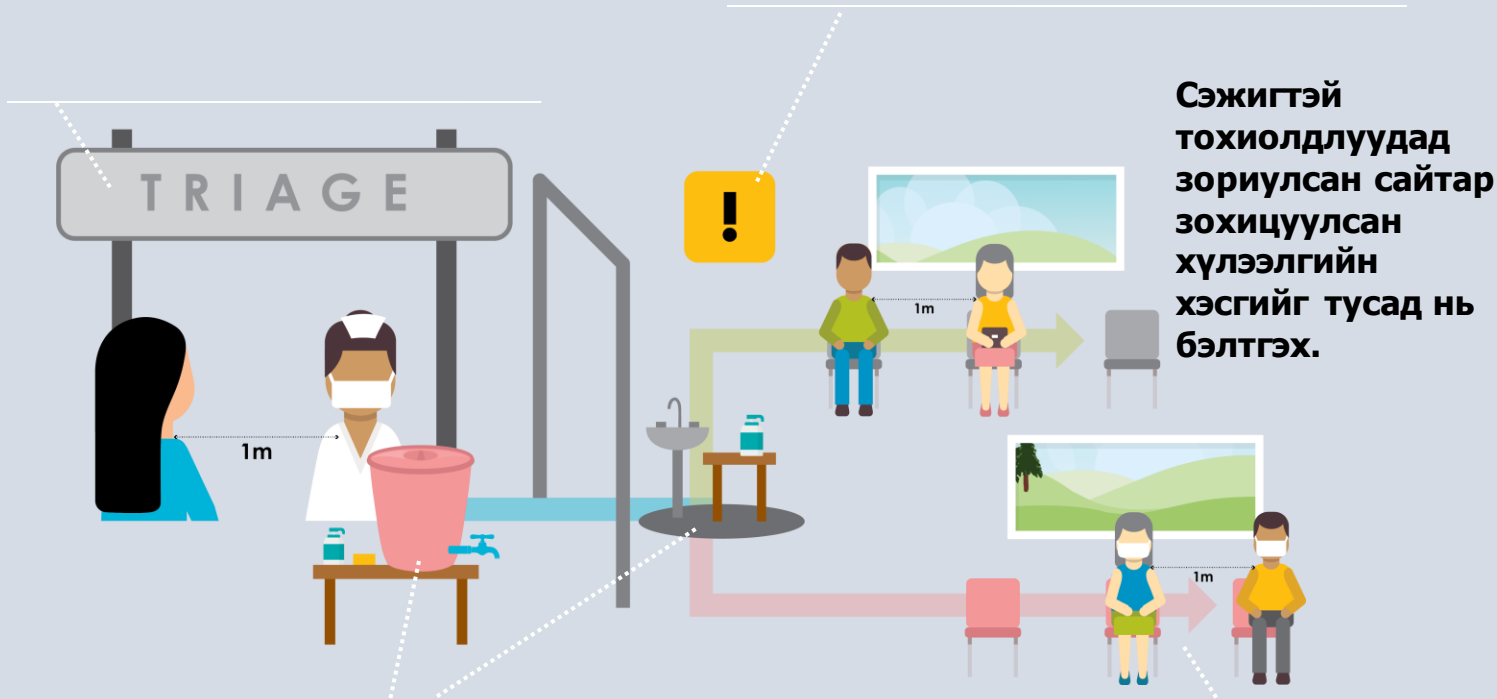
Шинэ коронавирус COVID-19

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БАЙГУУЛЛАГАД

COVID-19 халдварын үед Эрүүл мэндийн байгууллагын бэлэн байдлыг хангах

Эрүүл мэндийн байгууллагын үүдэнд COVID-19 халдварын шинжилгээ хийх өвчтөнийг үзэх хүлээлгийн хэсэг, **эрэмблэх хэсэгтэй байх.**

Өвчтөнүүд болон үйлчлүүлэгчид зориулсан амьсгалын замын халдвараас сэргийлэх болон гарын эрүүл ахуйг сахихыг сануулсан постер, санамж хуудас зэрэг мэдээллийн самбарыг байршуулаарай.



Эрүүл мэндийн ажилчид, өвчтөнүүд болон үйлчлүүлэгчид зориулсан **спиртэн суурьтай гар халдваргүйжүүлэгч, гараа савандаж угаах хэсгүүдийг бэлэн байлгах.**

Ханиалгах, халуурах, амьсгал давчдах зэрэг шинж тэмдэгтэй **хүн байгаа эсэхийг байнга анхааруулах.**

**Өөрийн ажилчдаа хамгаал
Бэлэн бай! Эрүүл мэндийн тусламж үзүүлэх болон эрэмблэх хэсгийн ажилчдыг дараах мэдээллээр хангах:**

- Хувийн хамгаалах хэрэгслийн ач холбогдол, сонголт болон зохистой хэрэглээний талаар сургах.
- COVID-19 халдварын үед илрэх шинж тэмдэгүүдийг илрүүлэх талаар сургах, сэжигтэй тохиолдолтой ажиллах үедээ эмнэлгийн маск хэрэглэхийг зөвлөх.
- Тохиолдолын тодорхойлолтыг мэдэх, эрэмблэх хэсэгт шийдвэр гаргах дарааллын диаграм болон лавлагаа авах боломжтой байх
- Сэжигтэй тохиолдлыг нэн даруй тусгаарлах
- Гарын эрүүл ахуйг тогтмол сахих



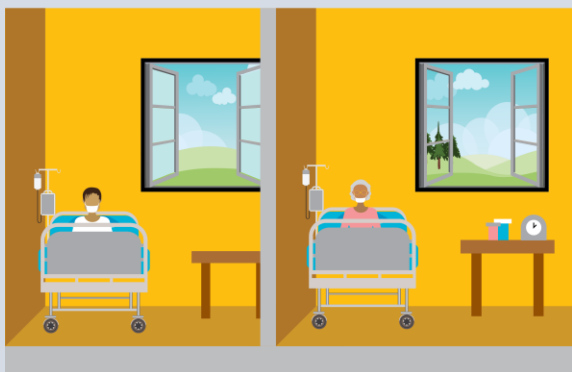
Шинэ коронавирус COVID-19

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БАЙГУУЛЛАГАД

COVID-19 халдварын сэжигтэй болон батлагдсан өвчтөнүүдийг зохион байгуулах.

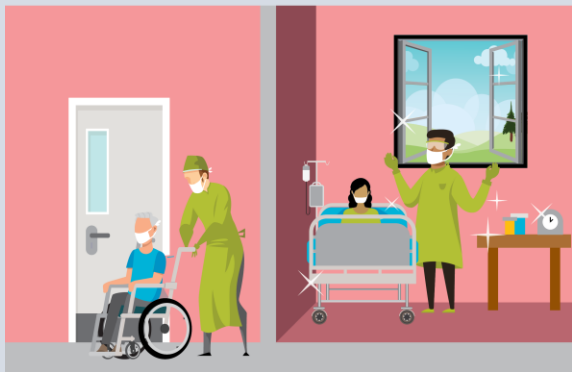
Ажилтнууд эрэмблэх хэсэгт өвчтөнүүдэд үзлэг хийхдээ зохих хувийн хамгаалах хэрэгслийг өмсөх ёстой. Ханиад, томуугийн шинж тэмдэгтэй эсвэл COVID-19 халдвар авсан талаар мэдээлсэн өвчтөнүүдийг амны хаалтаар хангах. Бүх өвчтөнүүдэд амьсгалын замын халдвараас сэргийлэх болон гарын ариун цэврийг сахиулахыг сануулах.

Байршлуудыг зохион байгуулах



- Сэжигтэй болон батлагдсан тохиолдлуудыг нэн даруй тусгаарлах
- Өвчтөнүүдэд стресс, сэтгэл санааны хямралыг багасгахын тулд юу хийх болон яагаад үүнийг хийх ёстойг тайлбарлах
- Хэрэв боломжтой бол өвчтөнүүдийг нэг, нэгээр нь байршуулах.
- Сэжигтэй болон батлагдсан тохиолдлуудыг тус тусад нь тусгаарлах
- Бүх өвчтөнүүдийг доод тал нь 1 метрийн зайтай байрлуулах.
- Эмнэлгийн ганц орон дээр нэгээс олон өвчтөн хэвтүүлж болохгүй.

Орчны зохион байгуулалт



- Эрүүл мэндийн байгууллага даяар халдвар тархах эрсдэлийг бууруулахын тулд доторх өвчтөний хөдөлгөөнийг хязгаарлах
- Хэрэв өвчтөнийг шилжүүлэх шаардлагатай бол урьдчилан сайтар бэлдэх бөгөөд өвчтөнтэй шууд харьцах бүх ажилчид, үйлчлүүлэгчид хувийн хамгаалах хэрэгсэл өмсөх хэрэгтэй.
- Орчныг тогтмол цэвэрлэж, халдваргүйтгэл хийх.
- Өрөөний агааржуулалтыг сайн хийх, боломжтой бол хаалга, цонхыг тогтмол нээлттэй байлгах.

Үйлчлүүлэгчдийн зохион байгуулалт



- Өвчтөн тус бүрт ирэх эргэлтийн тоог хязгаарлах.
- Бүх үйлчлүүлэгчид шаардлагатай хувийн хамгаалах хэрэгслийг өмсөх, орсон болон гарсан бүх үйлчлүүлэгчдийг тэмдэж авах.



Шинэ коронавирус COVID-19

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН АЖИЛЧДАД

COVID-19 халдвараас өөрийгөө хамгаалах



Эрүүл мэндийн байгууллагынхаа баримталж буй удирдамжыг дагаж мөрдөх, хамт ажиллагсадтайгаа COVID-19 халдварын үеийн аюулгүй ажиллагааны журмын талаар санал солилцох



COVID-19 халдварын сэжигтэй болон батлагдсан өвчтөний өрөөнд дараах зүйлсийг өмсөнө үү:

- Нэг удаагийн бээлий
- Цэвэр, урт хануйтай комбинзон.
- Ам, хамрыг бүрэн тагласан эмнэлгийн амны хаалт.
- Хамгаалалтын нүдний шил

Санамж

Хувийн хамгаалах хэрэгслийг өвчтөн тус бүртэй харьцахдаа заавал шинийг сольж хэрэглэнэ.

Хэрэв нэг удаагийн хувийн хамгаалах хэрэгслийг ашиглаж байгаа бол (нэг удаагийн амны хаалт, бээлий, нүүрний хаалт гэх мэт) тагтай хогийн саванд хаяж гараа сайтар угаана. Нэг удаагийн хэрэглээний бүх зүйлсийг дахин ашиглах болон ариутгаж болохгүй.



Хэрэв амьсгалын гуурс зэрэг амьсгалын төхөөрөмж ашиглаж байгаа бол N95 зэрэг тусгай зориулалтын шүүлтүүр бүхий амны хаалт хэрэглэнэ үү. Хэрэглэхийн өмнө **лацыг шалга!**



Гутал болон битүү хамгаалах хувцас өмсөх шаардлагагүй

Санамж

Гарын эрүүл ахуйг сахиагүй үедээ ам, хамар, нүдэндээ нүцгэн болон бээлийтэй гараараа бүү хүрээрэй!



Хэрэв та өвчтөнд тусламж үйлчилгээ үзүүлснийхээ дараа ханиалгаж, найтаах эсвэл халуурч эхлэх юм бол өвчний талаар нэн даруй холбогдох байгууллагад мэдэгдэж, тэдний зөвлөмжийг дагаж мөрдөнө үү.



Гарын эрүүл ахуйг сахих 5 тохиолдол

Спиртэн суурьтай халдваргүйтгэгч эсвэл савантай усаар угаана:

1. Өвчтөнд хүрэхийн өмнө
2. Ариутгал/цэвэрлэгээ хийхийн өмнө
3. Өвчтөний биеийн шингэнтэй харьцсаны дараа
4. Өвчтөнд хүрсэний дараа
5. Өвчтөний эргэн тойрний эд зүйлсд хүрсний дараа.



COVID-19 халдварын сэжигтэй болон батлагдсан өвчтөнүүдтэй харьцах

- Хүндэтгэлтэй, эелдэг, уян зөөлөн хандах
- Сэжигтэй болон батлагдсан тохиолдлын үед өвчтөн болон түүнийг дагаж ирсэн хүмүүс стресст орох болон айж болзошгүйг анхаарах
- Таны хийж чадах хамгийн чухал зүйл бол асуулт, түгшүүрийг анхааралтай сонсох явдал юм.
- Орон нутгийн хэлийг ашиглаж, удаан ярь.
- Асуултанд хариулж, COVID-19-ийн талаар зөв мэдээлэл өгнө үү.
- Та бүх асуултанд хариулт өгч чадахгүй байж магадгүй юм: COVID-19-ийн талаар олон зүйл одоогоор тодорхойгүй байгаа бөгөөд үүнийг хүлээн зөвшөөрөх хэрэгтэй.
- Боломжтой бол мэдээллийн товхимол эсвэл тарааж буй материалаа өвчтөнүүдтэйгээ хуваалцаарай.
- Хувийн хамгаалах хэрэгсэл өмссөн үед сэжигтэй, батлагдсан өвчтөнүүдэд хүрч, тайвшруулах нь зүгээр.
- Өвчтөнөөс үнэн зөв мэдээлэл цуглуулах: тэдний нэр, төрсөн огноо, аяллын түүх, шинж тэмдгийн жагсаалт ...
- COVID-19 халдварын үед баримталж буй тусгаарлах, үйлчлүүлэгчдийн тоог хязгаарлах болон дараачын алхамууд гэх мэт эрүүл мэндийн байгууллагын үйл ажиллагааг тайлбарлах,
- Хэрэв өвчтөн бол хүүхэд бол гэр бүлийн гишүүн эсвэл асран хамгаалагчийг хувийн хамгаалах хэрэгсэл өмсүүлж хамт байхыг зөвшөөрнө үү.
- Боломжтой бол үйлчлүүлэгчид, гэр бүлийг шинэ мэдээллээр хангах



Таны мэдэх ёстой 5 зүйл

COVID-19 гэж юу вэ?

COVID-19 нь шинэ төрлийн коронавирусыг үүсгэгддэг халдвар бөгөөд өмнө нь хүнд халдварлаж байгаагүй. Коронавирус нь хүн болон амьтанд халдварладаг вирусийн томоохон овог юм.



COVID-19 халдварын үед ямар шинж тэмдэг ажиглагдах вэ?

Ихэнх тохиолдолд хамраас нус гойжих, хоолой өвдөх, ханиалгах, халуурах зэрэг шинж тэмдэгүүд хөнгөн илэрдэг. Энэ нь уушгины хатгалгаа болох амьсгал давчдах зэргээр хүндэрдэг. Зарим тохиолдолд халдвар нь шууд үхэлд хүргэдэг.



COVID-19 хэрхэн тархдаг вэ?

COVID-19 ихэнхдээ халдвар авсан хүнтэй харьцах үед хурдацтай тархдаг. Халдвар авсан хүн ханиалгах, найтаах үед шүлсний жижиг дуслууд агаарт цацагддаг бөгөөд хэрэв та хэт ойр байх юм бол вирус агуулсан дуслуудаар амьсгалж халдвар авна.



Хэн хамгийн эрсдэл өндөртэй вэ?

Бид COVID-19 халдвар нь хүнд хэрхэн нөлөөлдөг талаар одоо хүртэл судалсаар байна. Өндөр настан, чихрийн шижин, зүрхний өвчин зэрэг хүнд өвчтэй хүмүүс халдварт өртөх эрсдэл өндөр байдаг.



COVID-19 халдварыг яаж эмчлэх вэ?

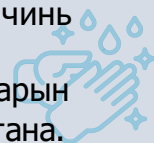
COVID-19 халдварын эмчилгээ болон вакцин одоогоор байхгүй. Хэдий тийм боловч шинж тэмдгийн эмчилгээ хийх боломжтой.



Таны хийх ёстой 5 зүйл

Гараа тогтмол угаа.

Гараа савантай усаар угаа, хэрэв гар чинь бохир биш бол спиртэн суурьтай халдваргүйтгэгч хэрэглэ. Ингэснээр гарын гадаргуу дээр наалдсан вирусийг устгана.



Ханиалгах, найтаах үедээ ам, хамраа хаах, амны хаалт хэрэглэх.

Ханиалгах, найтаах үедээ хэрэглэсэн амны хаалтыг нэн даруй хаях, гараа савантай усаар угаах юм уу спиртэн суурьтай гар халдваргүйтгэгч хэрэглэх. Ингэснээр та ханиалгах, найтаах замаар бусдад вирус халдахаас сэргийлнэ.



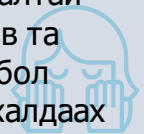
Хэрэв боломжтой бол халуунтай, ханиаж, найтааж буй хүнээс 1 метрээс багагүй зайтай байх.

COVID-19 нь халдвар авсан хүнтэй ойр байгаа хүнд маш хурдан халддаг.



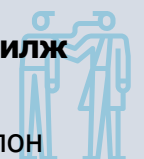
Нүд, ам, хамартаа гараа хүргэхээс зайлхийх

Гар нь вирус агуулагдсан байх магадлалтай гадаргууд маш олон удаа хүрдэг. Хэрэв та нүд, ам, хамартаа гараараа хүрэх юм бол гадаргууд наалдсан вирусийг өөртөө халдаах боломжтой.



Хэрэв та халуурах, ханиалгах юм уу амьсгалахад хэцүү байвал эмчид хандаарай. Эрүүл мэндийн байгууллагад очихын өмнө урьдчилж утасдаж мэдэгдээрэй.

Эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүдийн болон эрүүл мэндийн үндэсний зөвлөхүүдийн зааврыг үргэлж дагаарай.



WHOWPRO



WHOWPRO



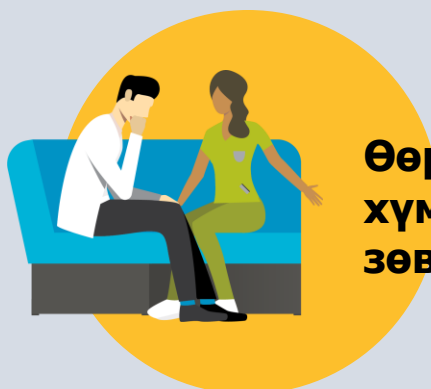
WHOWPRO



World Health
Organization
Western Pacific Region



Хямралын үед уйтгар гунигт автах, сэтгэлийн дарамт үүсэх, сэтгэлээр унах нь хэвийн үзэгдэл.



Өөрийн итгэдэг хүмүүстэй эсвэл зөвлөгчтэй ярилц.



Эрүүл амьдралын хэв маягийг сахих: зөв хооллолт, унтах, дасгал хийх, найз нөхөд, гэр бүлийнхэнтэйгээ нийгмийн харилцаанд тогтмол оролцох

Сэтгэл хөдлөлөө арилгахын тулд согтууруулах ундаа, тамхи татах болон бусад мансууруулах бодис хэрэглэж болохгүй.



Хэрэв танд ямар нэгэн асуудал тулгарвал, удирдагчтайгаа ярилцах, мөн таагүй мэдрэмж төрвөл шууд эмчид хандана уу.



Гарын эрүүл ахуйг сахих 5 тохиолдол



Спиртэн суурьтай гар халдваргүйтгэгч болон савантай усаар гараа угаах:

