

### Олон нийтийн дунд КОВИД-19 (Шинэ коронавирус) халдвар гарахаас сэргийлэхийн тулд АНЭМГ юу хийж байгаа вэ?

- АНЭМГ-ын ажилтнууд КОВИД-19-ийн халдвар гарсан бүсүүдэд зорчиж байгаад ирсэн хүмүүстэй холбоо барих, үнэлгээ хийх болон хянах зэрэг арга хэмжээ авч байна.
- АНЭМГ халдварыг хэрхэн тогтоон барих талаар засгийн газар болон олон нийтийн түнш байгууллагуудад удирдамж, зөвлөмж өгч байна.
- АНЭМГ-ын ажилтнууд сэжигтэй тохиолдлуудыг хэрхэн илрүүлэх болон зохицуулах талаар эмнэлгүүд болон бусад эрүүл мэндийн байгууллагад шинэчлэгдсэн удирдамж тухай бүрт өгч байна.
- АНЭМГ нь лабораторийн шинжилгээнүүдийг зохион байгуулж байна.
- Арлингтонд аливаа шинэ тохиолдол гарвал АНЭМГ-ын ажилтнууд Өвчнийг хянах, урьдчилан сэргийлэх төвийн удирдамжийн дагуу тухайн тохиолдлыг илрүүлэх, ойр харьцаанд орсон хүмүүсийг хянах зэрэг арга хэмжээ авна.
- Ажилтнууд нь долоо хоногийн өдөр бүр, өдрийн 24 цагийн турш дэмжлэг үзүүлэхэд бэлэн.

### КОВИД-19 (Шинэ коронавирус 2019) гэж юу вэ?

КОВИД-19 гэдэг нь Шинэ Коронавирус 2019-ийн шинэ нэр юм.

Коронавирус нь хүн болон амьтанд өвчин үүсгэх чадвартай вирусын омогт багтдаг. Зарим коронавирус нь энгийн ханиадтай адил өвчинг үүсгэдэг. Харин зарим нь Амьсгалын замын цочмог хам шинж (SARS) болон Ойрх Дорнодын амьсгалын цочмог хам шинж (MERS) зэрэг хүнд өвчнийг үүсгэх чадвартай.

КОВИД-19-ийг анх Хятад улсын Ухань хотод илрүүлсэн. КОВИД-19 илэрснээс хойш дэлхийн бусад улс оронд тархсан. Энэ вирус одооны дэгдэлтээс өмнө илэрч байгаагүй учраас “шинэ” гэж нэрлэгдсэн.

### КОВИД-19-ийн халдварын үед ямар шинэ тэмдэг илрэх вэ?

Хөнгөн, дунд болон хүнд хэлбэрээр өвдсөн хүмүүст дараах шинж тэмдэг илэрдэг. Үүнд:

Халуурна    Ханиалгана    Амьсгаадна

### КОВИД-19 хэрхэн халдварлах вэ?

Вирусын халдварт өртсөн тохиолдолд халдвар авах боломжтой. Шинэ коронавирус хэрхэн тархаж болох

талаар нийгмийн эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүд судалсаар байгаа.

Энгийн ханиад, SARS болон MERS зэргийг үүсгэгч бусад коронавирус хүнээс хүнд дараах байдлаар дамждаг:

- Томуугийн адил, халдвартай хүн ханиах, найтаах үед агаар дуслын замаар.
- Дээр дурдсан агаар дуслын замаар вирус үлдсэн байж болох эд зүйл, гадаргуйд (хаалганы бариул, ширээ г.м.) хүрч, улмаар хүрсэн гараараа ам, хамар болон нүдээ барих замаар.
- Халдвартай хүнтэй ойр харьцаанд орох (ж нь, хүрэлцэх, гар барих).

### Ямар хүмүүс шинэ вирусын халдвар авах магадлалтай вэ?

Өвчнийг хянах, урьдчилан сэргийлэх төвийн (CDC) мэдээлж буйгаар одоогийн байдлаар АНУ-ын нийт хүн амын дунд КОВИД-19-ийн халдвар тархах шууд аюул бага байна.

Дэгдэлт гарсан бүсүүдэд зорчсон хүмүүс КОВИД-19-ийн халдварт өртсөн байж болзошгүй. Хятад улсад (үүнд Ухань хот болон Хубэй муж мөн багтсан) зорчсон АНУ-ын оршин суугчид халдварт өртсөн байх магадлал хамгийн өндөр байна. КОВИД-19-ийн халдвар хүн амын дунд тархаж байгаа бусад улс оронд зорчсон АНУ-ын оршин суугчдын хувьд халдварт өртсөн байх магадлал бусад хүмүүстэй харьцуулахад өндөр байна.

Нөхцөл байдалд огцом хурдтай өөрчлөгдөж байгаа тул дараах холбоосоор мэдээлэл авч байгаарай:

- <https://wwwnc.cdc.gov/travel/notices>
- [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html)

### Ойрын хугацаанд Хятад улс эсхүл халдварын дэгдэлттэй өөр газар зорчиж байгаад ирсэн яах уу?

Ойрын хугацаанд дэгдэлтэнд өртсөн газруудад зорчиж байгаад ирсэн, одоогоор шинж тэмдэг илрээгүй байгаа бол буцаж ирснээсээ хойш 14 хоногийн турш өөрийн биеэ хянаж, өвчний шинж тэмдэг илэрч байгаа эсэхийг ажиглана.

Хятад улсаас буцаж ирсэн хүмүүс АНЭМН-тай холбогдож, КОВИД-19-ийн халдварт өртсөн эсэхээ хянуулж тогтоолгоорой.

Хэрэв таны бие эвгүйрхэж, халуурч, ханиалгах юмуу амьсгаадах шинж тэмдэг илэрч байгаа бол:

- Шууд эмнэлгийн тусламж авах хэрэгтэй. Боломжтой бол эмнэлэгт хандахаас өмнө өөрийн эмч эсхүл яаралтай тусламжийн газартай холбогдож,

өөрийнхөө аялсан тухай болон илэрч буй шинж тэмдгүүдийг дурьдана уу.

- Бусад хүмүүстэй харьцахаас зайлсхийгээрэй.
- Өвдсөн үед гадагш аялахгүй байх нь зөв.

### Өөрийгөө болон гэр бүлээ хэрхэн хамгаалах вэ?

- Гараа ойр ойрхон савантай усаар, нэг удаад дор хаяж 20 секундын турш угаана. Зөвхөн ус, саван байхгүй тохиолдолд спиртэн суурьтай гар ариутгагч ашиглаж болно.
- Нүд, хамар болон амандаа гараараа хүрэхгүй байх.
- Ханиах эсхүл найтаах үедээ ам хамраа амны алчуур, ханцуйгаараа (гараар биш) хаах.
- Хүн их хүрдэг эд зүйл, гадаргуйг цэвэрлэж ариутгах.
- Өвдсөн бол гэртээ үлдэх.
- Өвчтэй хүмүүстэй аль болох харьцахгүй байх.
- Онц шаардлагагүй бол аялахаас зайлсхийх.
- Жил бүр хийгддэг томуугийн вакцин хийлгээгүй бол хийлгэх. Учир нь томуу болон КОВИД-19-ийн халдварыг зэрэг авч, эрсдэлтэй байдалд орохгүй байсан нь дээр. Томуугийн вакцин хийлгэж болох газруудын талаар доорх холбосоор орж уншина уу:

<https://www.cdc.gov/flu/freeresources/flu-finder-widget.html>