

Таны COVID-19 шинжилгээний хариу эерэг гарсан байна. Таны бие хурдан эдгэхийг хүсээд, халдвар авагч болон хамт оршин суугчийн хорио цээрийн дэглэм, эмчилгээ зэргийн талаар мэдэгдэж байна. Энэхүү зааварчилгаа нь зөвхөн халдвар авагчид мэдэгдэх тул хамтр оршин сууж буй хүндээ дамжуулж хэлж өгнө үү.

*Удирдамжид өөрчлөлт орсон тохиолдолд цаашид өөрчлөлт орох магадлалтай

- Халдвар авагч
- (Эмчилгээний заавар) Омикрон хувилбар нь Дельта хувилбартай харьцуулахад хүндрэх тохиолдол бага байх ба шинж тэмдэггүй, хөнгөн хэлбэрийн халдвар авагч нь халуун бууруулагч, ханиадны эм ууж хэрэглэх зэрэг шинж тэмдгийн эмчилгээ хийснээр эдгэрэх боломжтой.

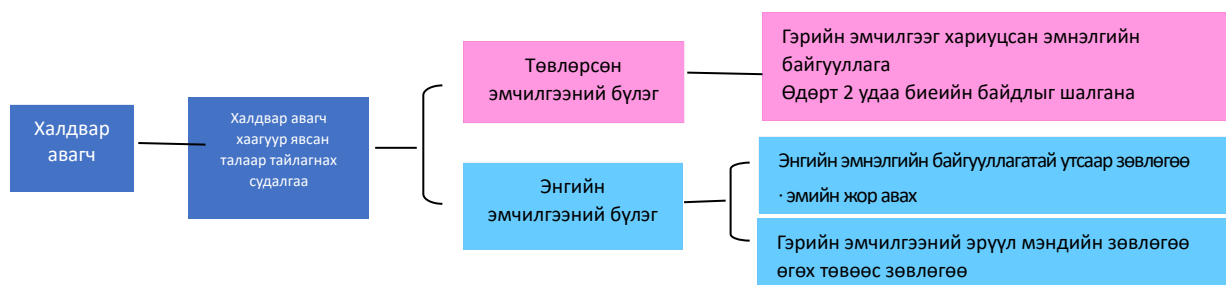
- Хангалттай сайн амран, шингэн зүйл сайтар ууж хэрэглэнэ үү.
- Шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд өвчин намдааж халуун бууруулах эм, ханиадны эм зэргийг ууж хэрэглэнэ үү.

*Гэсэн хэдий ч, хүнд хэлбэрийн шинж тэмдэг илэрч болох өндөр эрсдэлтэй бүлэгт хамаарах хүмүүс нь вирусын эсрэг эм (ууж хэрэглэдэг эм) хэрэглэж болно.

- Халуурах зэрэг шинж тэмдэг илрэн эмчилгээ шаардлагатай тохиолдолд утсаар зөвлөгөө авах эмийн жор бичүүлж авах боломжтой.

* COVID-19 хамааралтай эмчилгээ хийлгэхэд хувь хүнээс төлбөр гарахгүй болно.

< Гэрээр хийх эмчилгээний тойм >



- (Хорио цээрийн зарчмын талаарх заавар) Онош баталгаажуулсны дараа шинжилгээ авсан өдрөөс хойш 7 хоногийн хугацаанд бусдад халдвар тараах эрсдэлтэй байдаг тул гэр /түр эмчилгээний төв, зориулалтын эмнэлэг/ хорио цээрийн дэглэмд хамруулна.

- Халдвар тархахаас урьдчилан сэргийлэхийн тулд гадагш гаралгүй, гэртээ байхыг анхааруулж байна. Ариун цэврийн өрөө, эд зүйлс зэргийг хамт амьдардаг хүмүүсээс тусдаа хэрэглэн, байнга халдваргүйжүүлэлт хийнэ үү.

* Хорио цээрийн дэглэм зөрчсөн тохиолдолд Халдварт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх тухай хуулийн дагуу эрүүгийн хариуцлага хүлээлгэх, шийтгэх боломжтой.

- Шинжилгээ авсан өдрөөс хойш 7 дахь өдрийн шөнө дунд (24:00) хорио цээрийн дэглэмийг цуцлагдах бөгөөд, цуцлагдахаас өмнө шинжилгээ хийхгүй болно.

* Хорио цээрийн дэглэм цуцлагдсанаас хойш 3 хоногийн хугацаанд анхаарах зүйл: ажилд явах, сургуульд явах зэрэг шалтгаанаар гадуур гарах боломжтой ба, үргэлж KF94 (эсвэл түүнтэй адилтгах) амны хаалт зүүн, халдвар авах өндөр эрсдэлтэй байгууламж (олон нийтийн байгууламж, халдварт өртөмтгий байгууламж гэх мэт) ашиглахыг (зочлох) хязгаарлах, хувийн цугларалтаас татгалзах

- Хорио цээрийн дэглэмийн зөвлөмжийг халдвар авагч нь хамт оршин суугчдаа дамжуулж хэлэн хорио цээрийн дэглэмийг мөрдөхөд хамтран ажиллахыг хүсэж байна.

□ Хамт оршин суугч

- (Хорио цээрийн дэглэмийн зөвлөмж) Халдвар авсан нь батлагдахаас өмнө болон дараа, халдвар тараах эрсдэлтэй үед хамт оршин суун вирусээр халдварласан байх магадлалтай учир хорио цээрийн дэглэм болон ажиглалт, шинжилгээ хийлгэх шаардлагатай юм.

- Хамт оршин суугч нь гэрээр эмчлүүлэгч халдвар авсан нь батлагдсан тохиолдолд PCR шинжилгээ заавал өгнө үү.

- Хорио цээрийн дэглэмд байх хугацаа нь хамгийн сүүлд халдвар авагчтай адил* бөгөөд, халдвар авагчийн хорио цээрийн дэглэм эхлэх өдрөөс цуцлагдах цаг хүртэл хэрэгжих болно.

*Халдвар авагчаас шинжилгээ авсан өдрөөс хойш 7 дахь өдрийн шөнө дунд (24:00) цуцлагдана / Хорио цээрийн

дэглэм зөрчсөн тохиолдолд Халдварт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх тухай хуулийн дагуу эрүүгийн хариуцлага хүлээлгэх, шийтгэх боломжтой.

- Тийм боловч, хамт оршин суугчдын дунд вакцинжуулалтад бүрэн хамрагдагч нь хорио цээрийн дэглэмээс хасагдах ба гадуур гарах боломжтой.

※ Хамт оршин суугчдын дундаас нэмэж халдвар авагч илэрсэн тохиолдолд, нэмэж илэрсэн халдвар авагч нь дахин 7 хоног хорио цээрийн дэглэм барих ба, түүнээс бусад хамт оршин суугч нь дахин хорио цээрийн дэглэм барих шаардлагагүй болно.

○ Хорио цээрийн дэглэм барих хугацаанд эмнэлэг эрүүл мэндийн байгууллагад үзлэг, эм худалдаж авах хүлээн авах, хүнс цуглуулах зэрэг шаардлагатай тохиолдолд гадуур гарах 1 өдөр 2 цаг гарахыг зөвшөөрөх болно.

* Өөрийгөө шалгах иж бүрдэл ашиглах боломжтой бол сөрөг хариуг шалгасны дараа гарахыг зөвлөж байна / өдөр тутмын хэрэгцээт зүйлсийг онлайнгаар худалдаж авахыг зөвлөж байна.

○ Хорио цээрийн дэглэм болон тандалт нь цуцлалтаас өмнө PCR шинжилгээний хариу сөрөг гарсан тохиолдолд цуцлагдах* болно.

* Хорио цээрийн дэглэм цуцлагдсанаас хойш 3 хоног анхаарах зүйл: ажилд явах, сургуульд явах зэрэг шалтгаанаар гадуур гарах боломжтой ба, KF94 (эсвэл түүнтэй адилтгах) амны хаалт зүүх, халдвар авах өндөр эрсдэлтэй байгууламж (олон нийтийн байгууламж, халдварт өртөмтгий байгууламж гэх мэт) ашиглахыг (зочлох) хязгаарлах, хувийн цугларалтаас татгалзах

□ (Эрүүл мэнддээ хяналт тавих) Өдөр бүр өглөө орой COVID-19 шинж тэмдэг илэрч байгаа үгүйг өөрийн биеийн байдлыг шалган, шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд шинжилгээ өгөхийг хүсье.

○ COVID-19 шинж тэмдэг* нь халуурах(37.5°C), ханиалгах, амьсгаадах, жихүүдэс хүрэх, булчин өвдөх, толгой өвдөх, хоолой өвдөх, үнэр амт мэдрэхгүй байх зэрэг орно.

* COVID-19 шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд гадуур гарахгүй байх

○ PCR шинжилгээ нь нийгмийн эрүүл мэндийн төвийн ковидийн шинжилгээ авах хэсэгт очиж өгнө.

- Заавал KF94 амны хаалт зүүх зэрэг хувийн дэглэмээ сайтар сахин явганаар, хувийн машин эсвэл хорио цээрийн таксигаар явна.

□ Эрүүл мэндийн зөвлөгөөнөөс гадна, өдөр тутмын зөвлөгөө, эмчилгээ хийх арга, хорио цээрийн хугацаа-цуцлалт, өдөр тутмын амьдралын тэтгэмж зэрэг асуух шаардлагатай зүйлсийг тухайн орон нутгийн засаг захиргаанаас ажиллуулж буй "Гэрээр эмчлэх захиргааны мэдээллийн төв"-өөс лавлана уу.

◆ Газар хөдлөл зэрэг гамшгийн үе яах ёстой вэ!

- Газар хөдлөлт гэх мэт гамшгийн үед гамшгаас хамгаалах үндэсний удирдамжийг (Жишээ нь: Бат бөх ширээн дор орж биеэ хамгаалах) дагаж мөрдөнө.
- Гэрийн эмчилгээ (өөрийгөө тусгаарлах) үед газар хөдлөлт зэрэг байгалийн гамшгийн улмаас гэрт байхад хүндрэлтэй тохиолдолд гадагш гарах боломжтой.
- Гадагшаа зугтан гарах тохиолдолд заавал амны хаалт хэрэглэн, бусад хэт ойртохгүй байх хэрэгтэй.

2

Гэрийн эмчилгээ(Төвлөрсөн эмчилгээний бүлэг) зааварчилгаа

*Удирдамжид өөрчлөлт орсон тохиолдолд цаашид өөрчлөлт орох магадлалтай

□ Эрүүл мэнддээ хяналт тавих

○ Гэрээр эмчлүүлэгч нь гэрээр эмчилгээ хийх заавар явуулсан мессеж(URL) мөн QR кодыг ашиглан эмчилгээний тусламжийн апп татаж авна уу.

○ Өдөр бүр эрүүл мэндийн талаар мэдээлэл (биеийн халуун, даралт, судасны цохилт, хүчилтөрөгчийн ханалт, цусан дахь сахарын хэмжээ зэрэг)-ийг хэмжин эмчилгээний тусламжийн апп-д бичнэ үү.

○ Гэрээр эмчилгээ хийх иж бүрдэл^{1),2)} ийг авсан тохиолдолд биеийн халуун, хүчилтөрөгчийн ханалт хэмжих зэрэгт хэрэглэх боломжтой..

1) Халуун хэмжигч, халуун бууруулагч, хүчилтөрөгчийн ханалт хэмжигч, цэвэрлэх зориулалттай ариутгагч бодис, өөрийгөө шалгах иж бүрдэл (өөрийгөө шалгах иж бүрдэл нь хамт оршин суугчид зориулсан)

2) (Хүүхдэд) Халуун хэмжигч, халуун бууруулагч, ханиадны эм, өөрийгөө шалгах иж бүрдэл (өөрийгөө шалгах

иж бүрдэл нь хамт оршин суугчид зориулсан) - асран хамгаалагч хүсэлт гаргасан тохиолдолд орон нутгийн засаг захиргаанаас олгоно.

Эмчилгээний заавар

Шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд

(1) Гэрээр эмчилгээ хийх иж бүрдэлд ирсэн эмийг ууж хэрэглэнэ үү.

(2) Шаардлагатай тохиолдолд гэрээр эмчлүүлэгчийг хариуцсан эрүүл мэндийн байгууллагаас утсаар зөвлөгөө эмийн жор авах боломжтой.

(3) Очиж үзүүлэх шаардлагатай тохиолдолд богино хугацааны гадуур эмчилгээний төв*өөр үйлчлүүлнэ үү

*Урьдчилан цаг авсны дараа, явганаар, хувийн машин(өөрөө машин барих), хорио цээрийн таксигаар үйлчлүүлэх, KF94 амны хаалт хэрэглэх

Ууж хэрэглэдэг эм (PAXLOVID) нь эмчийн дүгнэлтээр олгох боломжтой.

* Давхар хэрэглэж болохгүй эм уудаг өвчтөн , бөөрний дутагдалтай өвчтөн, элэгний хүнд хэлбэрийн дутагдалтай өвчтөн нь хэрэглэж болохгүй заалттай эсвэл тун багасгах магадлалтай тул болгоомжтой хэрэглэх байх шаардлагатай.

Яаралтай тусламж шаардлагатай тохиолдолд, шууд эмнэлгийн тусламжийн апп яаралтай тусламжийн утас эсвэл гэрийн эмчилгээг хариуцах баг*тай шууд холбогдоно уу.

*Нийгмийн эрүүл мэндийн төвөөс илгээсэн мессежээр явуулсан утасны дугаараас харах

※ **Гэрийн эмчилгээ хийлгэх тухай мэдэгдэл жишээ** (○○дүүргийн гэрийн эмчилгээг хариуцах баг)
★★24цаг яаралтай тусламжийн утас★★ (1) ○○ эмнэлэг 000-000-0000/ (2) ○○дүүргийн гэрийн эмчилгээг хариуцах баг 000-000-0000 (3) яаралтай түргэн тусламж шаардлагатай үед 119 залгах тохиолдолд гэрийн эмчилгээ хийж буй ○○○ гэдгээ мэдэгдээрэй.

※ **Яаралтай түргэн тусламж шаардлагатай шинж тэмдэг**

- Байнга цээжээр өвдөн давчдах тохиолдолд
- Хүн танихгүй дэмийрэх тохиолдолд
- Сэрээсэн ч байнга унтах тохиолдолд
- Гарын хумс болон нүүр цонхийх эсвэл хөхрөх тохиолдолд

Эрүүл мэндийн зөвлөгөөнөөс гадна, өдөр тутмын зөвлөгөө, эмчилгээ хийх арга, хорио цээрийн хугацаа:цуцлалт, өдөр тутмын амьдралын тэтгэмж зэрэг асуух шаардлагатай зүйлсийг тухайн орон нутгийн засаг захиргаанаас ажиллуулж буй "Гэрээр эмчлэх захиргааны мэдээллийн төв"-өөс лавлана уу.

Түр эмчилгээний төв·гэрийн эмчилгээ эмчилгээний тусламжийн системээр дамжуулан сэтгэцийн эрүүл мэндийг өөрөө оношлох нийт 2 удаа(гэрийн эмчилгээ эхлэсэн өдөр, эхлэсэн өдөр+5 өдөр)явагдах ба, шаардлагатай тохиолдолд **гэрийн эмчилгээний багаас сэтгэл зүйн зөвлөгөө авах, орон нутгийн сэтгэцийн эрүүл мэндийн төв (1577-0199, 24 цагаар ажилладаг)** руу утсаар холбогдож сэтгэл зүйн зөвлөгөө авах боломжтой.

3

Гэрийн эмчилгээ (Энгийн эмчилгээний бүлэг) зааварчилгаа

*Удирдамжид өөрчлөлт орсон тохиолдолд цаашид өөрчлөлт орох магадлалтай

Эрүүл мэнддээ хяналт тавих

Сайн амран сэтгэл санаа тайван байлгаж өөрийн **эрүүл мэндийн байдлыг сайтар ажиглана** уу.

Шаардлагатай тохиолдолд ойр байрлах эмнэлэг · эрүүл мэндийн байгууллага болон амьсгалын замын эмчилгээ хийдэг эмнэлгүүдээс **утсаар зөвлөгөө, эмийн жор** авах боломжтой.

Зөвлөгөө болон эмчилгээний заавар

Эмчилгээ хийлгэх шаардлагатай тохиолдолд, ойролцоох эмнэлэг · эрүүл мэндийн байгууллага болон амьсгалын замын эмчилгээ хийдэг эмнэлэг, амьсгалын замын тусламж үйлчилгээний тусгай эмнэлгийн байгууллага зэргээс **утсаар зөвлөгөө, эмийн жор*** авах боломжтой.

* **1 өдөрт 1 удаа** утсаар зөвлөгөө авах болон эмийн жор авах боломжтой ба (11 доош насны халдвар авагч хүүхэд (вакцинжуулалтад хамаарахгүй) нь 1 өдөрт 2 удаа боломжтой)
хувь хүнээс нэмэлт төлбөр гарахгүй

* Эрүүл мэндийн даатгалын үзлэг, үнэлгээний үйлчилгээний вэб сайт (www.hira.or.kr) аас ойролцоох эрүүл мэндийн байгууллагыг харах боломжтой

- **Очиж үзүүлэх шаардлагатай** үед, урьдчилан цаг аван богино хугацааны гадуур эмчилгээний төв*д үзүүлэх боломжтой.

* явганаар, хувийн машин(өөрөө машин барих), хорио цээрийн таксигаар үйлчлүүлэх, энэ үед заавал **KF94** амны хаалт хэрэглэх шаардлагатай

- **Утсаар зөвлөгөө** авах тохиолдолд, **эмийн жорыг гэр бүлийнхэн болон хамт амьдардаг хүн** очиж авна уу.
- Хамт амьдардаг хүн очиж авахад хүндрэлтэй тохиолдолд эмийн сангаас хүргэж өгнө.

* Эрүүл мэндийн даатгалын үзлэг, үнэлгээний үйлчилгээний вэб сайт (www.hira.or.kr) аас гэрийн эмчилгээ хийлгэхэд жороор олгох эм олгох, хүргэж өгөх эмийн сангуудын жагсаалтыг шалгаж боломжтой.

- **Шөнийн цагаар зөвлөгөө өгөх, эмийн жор авах шаардлагатай бол** 24 цагаар үйл ажиллагаа явуулдаг **гэрийн эмчилгээний эрүүл мэндийн зөвлөгөө өгөх төв*-д утсаар** хандаж зөвлөгөө, жор авах боломжтой.

* Зөвлөгөө өгөх төвийн утсыг орон нутгийн нийгмийн эрүүл мэндийн төвөөс илгээсэн мессежээс харна уу.

- **Яаралтай тусламж** шаардлагатай тохиолдолд **119** залгана уу.

○ **Сэтгэлийн түгшүүр, сэтгэлийн хямрал зэрэг сэтгэлзүйн хувьд хэцүү байгаа тохиолдолд орон нутгийн Сэтгэлийн эрүүл мэндийн төвөөр (1577-0199, 24 цагаар ажилладаг)** дамжуулан сэтгэлзүйн зөвлөгөө авах боломжтой.

- ※ Яаралтай түргэн тусламж шаардлагатай шинж тэмдэг
- Байнга цээжээр өвдөн давчдах тохиолдолд
 - Хүн танихгүй дэмийрэх тохиолдолд
 - Сэрээсэн ч байнга унтах тохиолдолд
 - Гарын хумс болон нүүр цонхийх эсвэл хөхрөх тохиолдолд

Эрүүл мэндийн зөвлөгөөнөөс гадна, өдөр тутмын зөвлөгөө, эмчилгээ хийх арга, хорио цээрийн хугацаа-цуцлалт, өдөр тутмын амьдралын тэтгэмж зэрэг асуух шаардлагатай зүйлсийг тухайн орон нутгийн засаг захиргаанаас ажиллуулж буй "Гэрээр эмчлэх захиргааны мэдээллийн төв"-өөс лавлана уу.

4

Хамт оршин суугчийн зааварчилгаа

* Удирдамжид өөрчлөлт орсон тохиолдолд цаашид өөрчлөлт орох магадлалтай

- Гэр бүлийн дунд халдвар тархахаас урьдчилан сэргийлэх**

- **Хамт оршин суугч нь халдвар авагчаас тусдаа орчинд байрлана.**

- Халдвар авагчтай тааралдсан тохиолдолд, **амны хаалт болон нэг удаагийн бээлий өмсөж** хэрэглэнэ.

- Халдвар авагчтай нэг орчинд хооллох болон байрлахгүй байх ёстой.

- **Агааржуулалт* болон ариутгалыг** (ариутгагч салфетка зэргийг ашиглан) **байнга хийх** шаардлагатай..

* Өдөрт 3-аас дээж удаа, 10 минутаас дээш агааржуулах, агааржуулах төхөөрөмж байгаа тохиолдолд байнга асааж ажиллуулах

- Эрүүл мэнддээ хяналт тавих**

○ Өдөр бүр **өглөө орой өөрийн биеийн байдлыг шалган**, халуурах, ханиалгах зэрэг шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд **өөрийгөө шалгах иж бүрдэлээр шалгаж үзнэ.**

- **COVID-19 шинж тэмдэг*** нь халуурах(37.5°C), ханиалгах, амьсгаадах, жихүүдэс хүрэх, булчин өвдөх, толгой өвдөх, хоолой өвдөх, үнэр амт мэдрэхгүй байх зэрэг орно.

* COVID-19 шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд гадуур гарахгүй байх

○ **COVID-19 шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд нийгмийн эрүүл мэндийн төвийн ковидийн шинжилгээ авах хэсэгт очиж PCR шинжилгээ өгнө.**

* Нэн түрүүнд шинжилгээнд хамрагдах бүлэгт хамаарна

- Гадуур гарахдаа KF94 амны хаалт зүүн зэрэг хувийн дэглэмээ сайтар сахин явганаар, хувийн машин эсвэл хорио цээрийн таксигаар явна.

○ **Халуурах зэрэг шинж тэмдэг илрэн эмчилгээ болон эмийн жор авах шаардлагатай тохиолдолд** амьсгалын замын эмчилгээ хийдэг эмнэлэг, ойролцоо байрлах эмнэлэг эрүүл мэндийн байгууллага зэргээр дамжуулан **эмчээс утсаар зөвлөгөө · эмийн жор** бичүүлж авах боломжтой.

- Утсаар зөвлөгөө авах болон эмийн жор авахад алсын зайнаас эмчилгээ хийх боломжтой эмнэлэг эрүүл мэндийн байгууллагаар үйлчлүүлнэ.

* Тийм боловч, эмийн жор авах тохиолдолд хувь хүнээс төлбөр гарна.

□ Эрүүл мэндийн зөвлөгөөнөөс гадна, өдөр тутмын зөвлөгөө, эмчилгээ хийх арга, хорио цээрийн хугацаа·цуцлалт, өдөр тутмын амьдралын тэтгэмж зэрэг асуух шаардлагатай зүйлсийг тухайн орон нутгийн засаг захиргаанаас ажиллуулж буй "Гэрээр эмчлэх захиргааны мэдээллийн төв"-өөс лавлана уу.

◆ **Газар хөдлөл зэрэг гамшгийн үе яах ёстой вэ!**

- Газар хөдлөлт гэх мэт гамшгийн үед гамшгаас хамгаалах үндэсний удирдамжийг (Жишээ нь: Бат бөх ширээн дор орж биеэ хамгаалах) дагаж мөрдөнө.
- Гэрийн эмчилгээ (өөрийгөө тусгаарлах) үед газар хөдлөлт зэрэг байгалийн гамшгийн улмаас **гэрт байхад хүндрэлтэй тохиолдолд гадагш гарах боломжтой.**
- Гадагшаа зугтан гарах тохиолдолд заавал амны хаалт хэрэглэн, бусад хэт ойртохгүй байх хэрэгтэй.