



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ

## ДЕНІ САУ АДАМҒА АРНАЛҒАН ЕСКЕРТПЕ



Қолды сабынмен жиі жуыңыз (20 сек. Кем емес)



Көшеде, қоғамдық орындарда жиі қолды антисептиктермен сүртіңіз



Бетті, көзді, мұрынды және ауызды жумаған қолмен ұстамаңыз



Қоғамдық орындарда міндетті түрде маска киіңіз, 1,5-2 метр қашықтықты сақтаңыз



Жөтелу және түшкіру кезінде ауызды және мұрынды салфеткамен жабыңыз, оны қолданғаннан кейін бірден тастаңыз



Күнделікті пәтерді/үйді жуу құралдармен тазалаңыз



Жиі дезинфекциялау құралдарымен есік тұтқаларын, телефондарды, компьютерлерді, ажыратқыштарды сүртіңіз



Киім мен төсек-орынды 60-90 градус температурада әдеттегі кір жуғыш ұнтақпен жуыңыз



Қоғамдық орындарға барудан аулақ болыңыз (сауда орталықтары, дүкендер, дәріханалар, моншалар)



Қоғамдық орындарда, ауыз бен мұрынды жауып, міндетті түрде бетперде киіңіз



Отбасы мүшелерінің жағдайын, әсіресе 60 жастан асқан, сондай-ақ жүректің, өкпенің және т. б. созылмалы аурулары бар адамдардың жағдайын бақылаңыз



Аурудың кез келген симптомдары (температура, жөтел, диарея және т. б.) пайда болған жағдайда үйде қалыңыз, [www.coronavirus2020.kz](http://www.coronavirus2020.kz) сайтында көрсетілген 1406 аймақтық номерге, учаскелік дәрігерге хабарлаңыз

**Сіздердің және жақындарыңыздың денсаулығы сіздің қолыңызда!!!**



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ

## ЖІТІ РЕСПИРАТОРЛЫҚ ВИРУСТЫҚ ИНФЕКЦИЯ БАР НАУҚАСҚА АРНАЛҒАН ЕСКЕРТПЕ



### ИНФЕКЦИЯ БЕЛГІЛЕРІ:

дене қызуының жоғарылауы, әлсіздік, тершеңдік, тамақтың бітелуі, мұрынның бітелуі, бұлшықет, бас ауруы және буындардағы сынық, жүрек айнуы, сұйық нәжіс, тыныс алудың қиындауы/ентігу, иіс сезудің болмауы

### НЕ ІСТЕУ КЕРЕК:

- Үйде болыңыз
- Мүмкіндігінше отбасының басқа мүшелерінен оқшаулаңыз
- Онлайн-кеңес алу үшін тұрғылықты жердегі емханаға қоңырау шалыңыз

### КҮНДЕЛІКТІ БАҚЫЛАУДЫ ЖҮРГІЗІҢІЗ:

- Тыныс алу жиілігі (тыныс алу/дем шығару) (нормасы < 24 / мин)
- Дене температурасы (нормасы 36,6 °C)
- Пульс жиілігі (минутына 60-90 соққы.)
- Ентігу, ауаның жетіспеу сезімі
- Пульсоксиметрия көрсеткіштері (аспап болған кезде)

!!! Осы көрсеткіштерді жергілікті дәрігерге тапсырыңыз.

### МАЗАСЫЗДЫҚ БЕЛГІЛЕРІ:

- түспетін, 5 күннен асатын 38,5C жоғары температура
- тұрақты құсу мен сұйық нәжіс (күніне 6-8 рет)
- жиі тыныс алу (минутына 24 рет) және/немесе тыныштықта ентігу
- сөйлесуге кедергі жасайтын, тұрақты ұстамалы жөтел

### НЕ ҰСЫНЫЛҒАН:

- Көп ішу (су, шай, морс)
- Температураны төмендету үшін Парацетамол/ ибупрофен
- Дене белсенділігін шектеңіз
- Дыхательные упражнения
- Іште ұйықтау/жату
- Өзінің негізгі ауруларын емдеуді жалғастыру (гипертензия, қан диабеті, ЖИА, СОӨА, Астма және тб.)

### НЕ ҰСЫНЫЛМАҒАН:

- үйден шығу (тіпті дүкенге, дәріханаға)
- талдаудан, рентген-зерттеуден, компьютерлік томографиядан әрігердің тағайындауынсыз өту
- дәрігердің тағайындауынсыз антибиотиктер мен басқа да препараттарды қабылдау
- үнемі жату, әсіресе арқа жағында

ЖЕДЕЛ ЖӘРДЕМГЕ/ ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ  
ШҰҒЫЛ ҚОҢЫРАУ ШАЛУ

[www.coronavirus2020.kz](http://www.coronavirus2020.kz)



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ

## COVID 19 ОҢ СЫНАҒЫ БАР ҮЙДЕ ОРНАЛАСҚАН НАУҚАСТАРҒА АРНАЛҒАН ЕСКЕРТПЕ

### НАУҚАСТАРҒА



ҮЙДЕН ШЫҚПАҢЫЗ



ЖЕКЕ, ЖАҚСЫ ЖЕЛДЕТЕЛЕТІН БӨЛМЕДЕ  
ОРНАЛАСЫҢЫЗ (ПӘТЕРДЕ ОТБАСЫНЫҢ БАСҚА  
МҮШЕЛЕРІ ТҰРҒАН ЖАҒДАЙДА ЕСІКПЕН БӨЛЕК  
ЖАБЫЛАТЫН БӨЛМЕ)



ҮНЕМІ БІР РЕТ ҚОЛДАНЫЛАТЫН МЕДИЦИНАЛЫҚ  
БЕТПЕРДЕ КИЮ, ОНЫ ӘРБІР 2 САҒАТ САЙЫН ЖӘНЕ  
ОНЫҢ ЛАСТАНУЫНА ҚАРАЙ АУЫСТЫРЫП  
ОТЫРЫҢЫЗ. БЕТПЕРДЕНІ, АЛДЫҢҒЫ БЕТІНЕ  
ҚОЛЫҢЫЗДЫ ТИГІЗБЕЙ АЛЫП ТАСТАУ КЕРЕК, СОДАН  
КЕЙІН ДЕРЕУ ОСЫ ҮШІН АРНАЙЫ БӨЛІНГЕН ҚАЛТАҒА  
ТАСТАУ КЕРЕК



ТАМАҚТАНАР АЛДЫНДА, ДӘРЕТХАНАДАН KEЙІН,  
СОНДАЙ-АҚ ӘРБІР БЕТПЕРДЕНІ ШЕШКЕННЕН KEЙІН  
ҚОЛДЫ САБЫНМЕН ЖУУ НЕМЕСЕ АНТИСЕПТИКПЕН  
ӨҢДЕУ КЕРЕК



ҚОЛДЫ БІР РЕТ ҚОЛДАНЫЛАТЫН МАЙЛЫҚТАРМЕН  
СҮРТУ



МҮМКІНДІГІНШЕ, ЖЕКЕ ДӘРЕТХАНАНЫ ПАЙДАЛАНУ



ДЕНЕ ТЕМПЕРАТУРАСЫН КҮНІНЕ ЕКІ РЕТТЕН  
КЕМ ЕМЕС ӨЛШЕУ

### ОТБАСЫ МҮШЕЛЕРІНЕ



БӨГДЕ АДАМДАРДЫҢ ҮЙГЕ КЕЛУІН БОЛДЫРМАУ



ЕГЕР ОТБАСЫНДА 65 ЖАСТАН АСҚАН АДАМДАР, 5 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ  
БАЛАЛАР, ЖҮКТІ ӘЙЕЛДЕР, ИММУНИТЕТІ ӘЛСІРЕГЕН НЕМЕСЕ  
ЖҮРЕКТІҢ, ӨКПЕНІҢ НЕМЕСЕ БҮЙРЕКТІҢ СОЗЫЛМАЛЫ АУРУЛАРЫ  
БАР АДАМДАР БОЛСА, МҮМКІНДІГІНШЕ ОЛАРДЫ СИМПТОМСЫЗ  
КВИ БАР ОТБАСЫ МҮШЕЛЕРІМЕН БІРГЕ БОЛУДЫ БОЛДЫЛМАУ



КАРАНТИН БӨЛМЕСІНЕ КІРГЕН КЕЗДЕ МІНДЕТТІ ТҮРДЕ БІР РЕТ  
ҚОЛДАНЫЛАТЫН МЕДИЦИНАЛЫҚ БЕТПЕРДЕ, ҚОЛҒАП КИЮ КЕРЕК



ҮЙ-ЖАЙЛАРДЫ КҮНІНЕ 2 РЕТТЕН КЕМ ЕМЕС ЖЕЛДЕТУ



ҚОЛДЫ БІР РЕТ ҚОЛДАНЫЛАТЫН МАЙЛЫҚТАРМЕН СҮРТУ



ЖИИ ҚОЛДЫ САБЫНМЕН ЖУУ НЕМЕСЕ АНТИСЕПТИКПЕН ӨҢДЕУ



ДЕНЕ ТЕМПЕРАТУРАСЫН КҮНІНЕ ЕКІ РЕТТЕН КЕМ ЕМЕС ӨЛШЕУ



ОТБАСЫНЫҢ ӘРБІР МҮШЕСІНЕ ЖЕКЕ ЫДЫСТЫ, ЖЕКЕ ГИГИЕНА  
ҚҰРАЛДАРЫН ПАЙДАЛАНУ

**!!! КЕЗ КЕЛГЕН ЖАҒДАЙДА (ДЕНЕ ҚЫЗУЫНЫҢ КӨТЕРІЛУІ, ЕНТІГУ, ЖӨТЕЛ ЖӘНЕ Т. Б.) ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ ХАБАРЛАҢЫЗ!  
!!! МАЗАСЫЗДЫҚ БЕЛГІЛЕРІ БАЙҚАЛҒАНДА (ЖҮКТЕМЕ КЕЗІНДЕ ЕНТІГУ СИМПТОМДАРЫНЫҢ ӨСУІ, ТЫНЫС АЛУДЫҢ ҚИЫНДАУЫ ЖӘНЕ ЖИІЛЕУІ,  
КЕУДЕНІҢ АУЫРУЫ) ЖЕДЕЛ МЕДИЦИНАЛЫҚ ЖӘРДЕМ БРИГАДАСЫН ШАҚЫРУ!**



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ

## ЕМДЕЛУДЕН КЕЙІН СТАЦИОНАРДАН ШЫҒАРЫЛҒАН ПАЦИЕНТКЕ АРНАЛҒАН ЕСКЕРТПЕ

### ЖАҒДАЙДЫҢ АУЫРЛЫҒЫНА БАЙЛАНЫСТЫ ҮЙДЕ ӨЗІН-ӨЗІ ОҚШАУЛАУ ЖӘНЕ ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРДІҢ ҰСЫНЫСТАРЫ

1. Тіркелген/тұратын жері бойынша стационардан шығу туралы ұялы байланыс арқылы учаскелік дәрігерге хабарлау.
2. Учаскелік дәрігер мен пульмонологтың ұсыныстарын қатаң сақтау, белгіленген мерзімде дәрігерлік ұсыныстарға сәйкес зертханалық және аспаптық зерттеулерді тапсыру.
3. Созылмалы ауруларға байланысты негізгі терапияны жалғастыру, 2-4 аптадан шығарылғаннан кейін бейінді маманның кеңесінен кейін терапия түзетілу мүмкін.

### ЖАЛПЫ ҰСЫНЫСТАР

1. Дене температурасын күніне екі рет, пульс, тыныс алу жиілігін, артериялық қысымды, зәр шығару жиілігін өлшеу.
2. Жеңіл сіңірілетін калориялы тамақпен (ботқалар, ашыған сүт өнімдері, балық, жемістер, көкөністер) бөлшектік тамақтануды және ауыз су режимін қамтамасыз ету.
3. Дене белсенділігін, гимнастиканы, тыныс алу жаттығуларын біртіндеп кеңейту.
4. Сақтық шараларын сақтау: қолды жиі жуу, қолды антисептиктермен (санитайзермен) өңдеу, жөтел, түшкіру кезінде бір реттік майлықтарды пайдалану; пациенттің бөлмесін желдету, дезинфекциялау құралдарын пайдалана отырып ылғалды жинау.

### ЖАҒДАЙДЫҢ КЕЗ КЕЛГЕН НАШАРЛАУЫ КЕЗІНДЕ

(ДЕНЕ ҚЫЗУЫНЫҢ КӨТЕРІЛУІ, ЕНТІГУ, ЖӨТЕЛ ЖӘНЕ Т.Б.)

**ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ ХАБАРЛАҢЫЗ!**



### МАЗАСЫЗДЫҚ БЕЛГІЛЕРІ БАЙҚАЛҒАНДА












(ЖҮКТЕМЕ КЕЗІНДЕ ЕНТІГУ СИМПТОМДАРЫНЫҢ ӨСУІ, ТЫНЫС АЛУДЫҢ ҚИЫНДАУЫ ЖӘНЕ ЖИІЛЕУІ, КЕУДЕНІҢ АУРУЫ ЖӘНЕ Т.Б.)

**ЖЕДЕЛ МЕДИЦИНАЛЫҚ ЖӘРДЕМ БРИГАДАСЫН ШАҚЫРУ**



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ

## АУРУ БЕЛГІЛЕРІНДЕГІ АЙЫРМАШЫЛЫҚТАР

АУРУДЫҢ НЕГІЗГІ БЕЛГІЛЕРІ	 ЖОҒАРЫ ТЕМПЕРАТУРА	 ШАРШАУ	 ЖӨТЕЛ	 ТҮШКІРУ	 БУЫНДАРДЫҢ АУЫРУЫ	 ТҰМАУ	 ТАМАҚ АУРУЫ	 ІШ ӨТУІ	 БАС АУРУЫ	 ЕНТІГУ	 КОНЪЮНКТИВИТ
КОРОНАВИРУС	ЖИІ	КЕЙДЕ	ЖИІ (ҚҰРҒАҚ)	ЖОҚ	КЕЙДЕ	СИРЕК	КЕЙДЕ	СИРЕК	КЕЙДЕ	КЕЙДЕ	ЕШҚАШАН
СУЫҚ ТИОУ	СИРЕК	КЕЙДЕ	СИРЕК	ЖИІ	ЖИІ	ЖИІ	ЖИІ	ЖОҚ	СИРЕК	ЖОҚ	КЕЙДЕ
ТҰМАУ	ЖИІ	ЖИІ	ЖИІ (ҚҰРҒАҚ)	ЖОҚ	ЖИІ	КЕЙДЕ	КЕЙДЕ	КЕЙДЕ	ЖИІ	ЖОҚ	КЕЙДЕ
АЛЛЕРГИЯ	СИРЕК	СИРЕК	КЕЙДЕ	ҮНЕМІ+ МҰРЫННЫҢ ҚЫШУЫ	ЖОҚ	ҮНЕМІ	КЕЙДЕ, ТАМАҚТЫҢ ҚЫШУЫ, ЖЫБЫР- ЛАУЫ	ЕШҚАШАН	КЕЙДЕ	ЖОҚ	ҮНЕМІ (МАУСЫМ БАСТАЛҒАНДА)