

Бұл материалдар ДДҰ қолдауымен дайындалған

**STOP
COVID-19**

ДЕНІ САУ АДАМҒА АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА



**ҚОЛДЫ САБЫНМЕН
ЖИИ ЖУЫҢЫЗ
(КЕМІНДЕ 20 СЕК.)**



**КӨШЕДЕ ҚОЛДЫ
АНТИСЕПТИКПЕН
ЖИИ СҮРТІҢІЗ**



**БЕТТИ, КӨЗДІ, МҰРЫНДЫ
ЖӘНЕ АУЫЗДЫ ЖУМАҒАН
ҚОЛМЕН ҰСТАМАҢЫЗ**



**ҚОҒАМДЫҚ ОРЫНДАРДА
БЕТПЕРДЕ ТАҒЫҢЫЗ, 1-2 МЕТР
ҚАШЫҚТЫҚТЫ САҚТАҢЫЗ**



**ЖӨТЕЛГЕНДЕ,
ТҮШКІРГЕНДЕ АУЫЗ
БЕН МҰРЫНДЫ
МАЙЛЫҚПЕН ЖАБЫҢЫЗ**



**ПӘТЕРГЕ КҮН САЙЫН
ЫЛҒАЛДЫ ТАЗARTU
ЖҮРГІЗІҢІЗ**



**ЗАТТАРДЫ
ДЕЗИНФЕКЦИЯЛАУ
ҚҰРАЛДАРЫМЕН
СҮРТІҢІЗ**



**КИИМ МЕН ТӨСЕК-ОРЫНДЫ
60-90°C ТЕМПЕРАТУРАДА
ЖУЫҢЫЗ**



**ҚОҒАМДЫҚ
ОРЫНДАРҒА БАРУДАН
АУЛАҚ БОЛЫҢЫЗ**



**АУЫЗ БЕН МҰРЫНДЫ
ЖАУЫП, МІНДЕТТИ ТҮРДЕ
БЕТПЕРДЕ ТАҒЫҢЫЗ**



**ОТБАСЫ
МҮШЕЛЕРІНІҢ
ЖАҒДАЙЫН
БАҚЫЛАҢЫЗ**



**АУРУДЫҢ КЕЗ КЕЛГЕН БЕЛГІЛЕРІ
БАЙҚАЛҒАН ЖАҒДАЙДА ҮЙДЕ
БОЛЫҢЫЗ, ӨҢІРЛЕРДЕГІ
CALL-ОРТАЛЫҚҚА ХАБАРЛАСЫҢЫЗ,
УЧАСКЕЛІК ДӘРІГЕРГЕ ҚАРАЛЫҢЫЗ**

КЕЗ КЕЛГЕН УАҚЫТТА ХАЛ-ЖАҒДАЙ НАШАРЛАҒАН КЕЗДЕ ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ ХАБАРЛАУ НЕМЕСЕ ЖЕДЕЛ МЕДИЦИНАЛЫҚ ЖӘРДЕМ БРИГАДАСЫН ШАҚЫРУ КЕРЕК

COVID-19 АНЫҚТАЛҒАН ҮЙ СТАЦИОНАРЫНДАҒЫ НАУҚАСТАРҒА АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА

**STOP
COVID-19**

НАУҚАСТАРҒА



ҮЙДЕН ШЫҚПАУ



**ЖЕКЕ, ЖАҚСЫ ЖЕЛДЕТІЛЕТІН БӨЛМЕДЕ
ОРНАЛАСУ**



**ҮНЕМІ БІР РЕТТІК МЕДИЦИНАЛЫҚ
БЕТПЕРДЕ КИЮ, ОНЫ ӘРБІР 2 САҒАТ
САЙЫН АУЫСТЫРУ**



**ТАМАҚТАНАР АЛДЫНДА, ДӘРЕТХАНАДАН
КЕЙІН, ӘРБІР БЕТПЕРДЕНІ ШЕШКЕННЕН
КЕЙІН ҚОЛДЫ САБЫНМЕН ЖУУ НЕМЕСЕ
АНТИСЕПТИКПЕН ӨНДЕУ**



**ҚОЛДЫ БІР РЕТТІК МАЙЛЫҚТАРМЕН
СҮРТУ**



**МҮМКІНДІГІНШЕ, ЖЕКЕ ДӘРЕТХАНАНЫ
ПАЙДАЛАНУ**



**ДЕНЕ ТЕМПЕРАТУРАСЫН КҮНІНЕ ЕКІ
РЕТТЕН КЕМ ЕМЕС ӨЛШЕУ**

ОТБАСЫ МҮШЕЛЕРІНЕ



**БӨГДЕ АДАМДАРДЫҢ ҮЙГЕ КЕЛУІН
БОЛДЫРМАУ**



**СИПТОМСЫЗ КВИ АНЫҚТАЛҒАН ОТБАСЫ
МҮШЕЛЕРІНЕ ЖАҚЫНДАМАУ**



**КАРАНТИН БӨЛМЕСІНЕ КІРГЕН КЕЗДЕ
МІНДЕТТІ ТҮРДЕ БІР РЕТТІК
МЕДИЦИНАЛЫҚ БЕТПЕРДЕ, ҚОЛҒАП
КИЮ**



**ҮЙ-ЖАЙЛАРДЫ КҮНІНЕ 2 РЕТТЕН КЕМ
ЕМЕС ЖЕЛДЕТУ**



**ҚОЛДЫ БІР РЕТТІК МАЙЛЫҚТАРМЕН
СҮРТУ**



**ҚОЛДЫ САБЫНМЕН ЖИІ ЖУУ НЕМЕСЕ
АНТИСЕПТИКПЕН ӨНДЕУ**



**ДЕНЕ ҚЫЗУЫН КҮНІНЕ КЕМ ДЕГЕНДЕ
ЕКІ РЕТ ӨЛШЕУ**



**ОТБАСЫНЫҢ ӘРБІР МҮШЕСІНЕ ЖЕКЕ
ЫДЫСТЫ, ЖЕКЕ ГИГИЕНА ҚҰРАЛДАРЫН
ПАЙДАЛАНУ**

ЖАҒДАЙДЫҢ КЕЗ КЕЛГЕН НАШАРЛАУЫ КЕЗІНДЕ ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ ХАБАРЛАҒЫЗ НЕМЕСЕ ЖЕДЕЛ МЕДИЦИНАЛЫҚ ЖӘРДЕМ БРИГАДАСЫН ШАҚЫРЫҒЫЗ!

Бұл материалдар ДДҰ қолдауымен дайындалған

ЖІТІ РЕСПИРАТОРЛЫҚ ВИРУСТЫҚ ИНФЕКЦИЯМЕН АУЫРАТЫН ПАЦИЕНТКЕ АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА

**STOP
COVID-19**



ИНФЕКЦИЯ БЕЛГІЛЕРІ:

Дене қызуының көтерілуі, әлсіздік, тершеңдік, шаршағандық, тамақтың жыбырлауы, мұрынның бітелуі, бұлшық еттің, бастың ауыруы, буынның сырқырауы, жүрек айну, іштің өтуі, тыныс алудың қиындауы, енгігу, иісті сезбеу

НЕ ІСТЕУ КЕРЕК:

- Үйде болыңыз
- Басқа отбасы мүшелерінен, мүмкіндігінше оқшауланыңыз
- Онлайн-кеңес алу үшін тұрғылықты жеріңіздегі емханаға телефон 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.)
- Енгігу, ауаның жетіспеу сезімі
- Пульсоксиметрия көрсеткіштері (аспап болған кезде)

!!! Осы көрсеткіштерді жергілікті дәрігерге тапсырыңыз.

Бұл материалдар ДДҰ қолдауымен дайындалған

НЕ ҰСЫНЫЛҒАН:

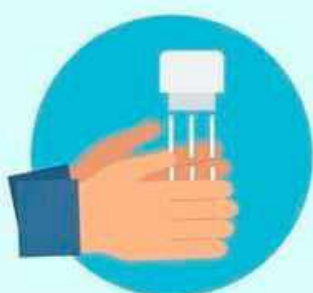
- Көп су (су, шай, морс) ішу
- Дене белсенділігін шектеңіз
- Тыныс алу жаттығулары
- Етбетімен жату
- Өзінің негізгі ауруларын емдеуді жалғастыру (гипертензия, қан диабеті, ЖИА, СОӨА, Астма және тб.)

НЕ ҰСЫНЫЛМАҒАН:

- Үйден шығу (тіпті дүкенге, дәріханаға)
- Талдаудан, рентген-зерттеуден, компьютерлік томографиядан дәрігердің тағайындауынсыз өту
- Дәрігердің тағайындауынсыз антибиотиктер мен басқа да препараттарды қабылдау
- Үнемі жату, әсіресе арқасымен жату

КЕЗ КЕЛГЕН УАҚЫТТА ХАЛ-ЖАҒДАЙ НАШАРЛАҒАН КЕЗДЕ ЕМДЕУШІ ДӘРІГЕРГЕ ХАБАРЛАУ НЕМЕСЕ ЖЕДЕЛ МЕДИЦИНАЛЫҚ ЖӘРДЕМ БРИГАДАСЫН ШАҚЫРУ КЕРЕК

COVID-19 жұқтыру қауіпін төмендету үшін бес алтын ереже



ҚОЛДЫ ЖИИ ЖУУ



ҚАШЫҚТЫҚТЫ САҚТАУ



ҚОҒАМДЫҚ
ОРЫНДАРҒА БАРМАУ



ҚОЛ-АЛЫСПАУ,
ҚҰШАҚТАСПАУ, СҮЙІСПЕУ



БЕТПЕРДЕ КИЮ

COVID-19: САҚТАНУ ШАРАЛАРЫ

CORONA
VIRUS2020 KZ

1. Бетперде.

Бетперделер, біріншіден, жұқпалы ауру тасымалдаушы адамнан қорғану үшін қажет. Себебі бұл дерт симптомсыз өтуі мүмкін болғандықтан, жұқпа симптомы бар адамдарға ғана қажет деп ойлау қате, әсіресе жабық үй-жайды ескеру абзал.

2. Медициналық қолғап.

Медициналық қолғап, орынды қолданған жағдайда, ауруды жұқтырып алудан қорғайды. Сонымен қатар, бетке қолмен жанасу әрекеті төмедейді.



Үй карантині қамтамасыз етілген үйдегі адамдарға арналған нұсқаулық:

CORONA
VIRUS2020/KZ

- Бөгде адамдардың үйге кіруіне **тыйым салынуы керек.**
- Карантин бөлмесіне кірер кезде **медициналық масканы нығыздап тұрып, мұрын мен ауызды жауып тұратындай кию керек.** Медициналық масканы шешкен кезде, алдыңғы бөлігін барынша ұстамау керек.
- Отбасындағы адамдардың дене қызуын **күніне 2 рет өлшеген жөн.**
- Бөлмені **екі рет** желдеткен дұрыс.
- Дымқыл тазалықты **күнделікті** жүргізу керек.
- Қолды сабынмен **жиі жуып**, антисептикпен сүртіп отыру керек.
- Отбасының әрбір мүшесі жеке тазалық үшін **бөлек ыдысты пайдалануы тиіс.**
- **Жөтел немесе түшкіру кезінде ауыз бен мұрынды жабу керек.** Осыдан кейін бірден қолды сабындап жуып, антисептикпен сүрту керек.
- Отбасындағы әрбір адамнан дене қызуы немесе жайсыздық байқалса, **COVID-19 бойынша Call-орталыққа хабарласқан** немесе өтінім себебін түсіндіре отырып, **жедел жәрдем шақырған дұрыс.**



@coronavir2020_kz

Дереккөз: ҚР Денсаулық сақтау министрлігі