



МОНГОЛ УЛСЫН  
ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН САЙДЫН  
ТУШААЛ

2019 оны 02 сарын 15 өдөр

Дугаар 1/79

Улаанбаатар хот

Томуу, томуу төст өвчний үед үзүүлэх  
сувилахуйн тусламж, үйлчилгээний  
заавар батлах тухай

Монгол Улсын Засгийн газрын тухай хуулийн 24 дүгээр зүйлийн 2, Эрүүл мэндийн тухай хуулийн 8 дугаар зүйлийн 8.1.5 дахь заалтыг үндэслэн ТУШААХ нь:

1. Томуу, томуу төст өвчний үед үзүүлэх сувилахуйн тусламж, үйлчилгээний зааврыг хавсралтаар баталсугай.
2. Тушаалыг хэрэгжүүлж ажиллахыг холбогдох эрүүл мэндийн байгууллагын дарга, захирал нарт үүрэг болгосугай.
3. Тушаалын хэрэгжилтэд мэргэжил арга зүйн дэмжлэг үзүүлж, хяналт тавьж ажиллахыг Эмнэлгийн тусламжийн газар (М.Баттүвшин)-г даалгасугай.

САЙД



Д.САРАНГЭРЭЛ



Эрүүл мэндийн сайдын 2019 оны 02 дугаар сарын 15 өдрийн 1 дугаар тушаалын хавсралт.



**ТОМУУ, ТОМУУ ТӨСТ ӨВЧНИЙ ҮЕД ҮЗҮҮЛЭХ СУВИЛАХУЙН ТУСЛАМЖ,  
ҮЙЛЧИЛГЭЭНИЙ ЗААВАР**

№	Үйл ажиллагааны чиглэл	Үйлдэл, үйл ажиллагаа
1	Ерөнхий зүйл	<p><b><u>Ерөнхий ойлголт</u></b> Томуу нь ерөнхий хордлого, амьсгалын замын үрэвслээр илэрдэг вирусийн хурц халдварт өвчин юм. Бүх насныхан өртөх эрсдэлтэй боловч бага насны хүүхэд, ахмад настнууд илүү өртөмхий, хүндрэл ихтэй. Хүйтний улиралд томуугийн дэгдэлт ихэсч, томуу төст шинж тэмдгээр илэрдэг бусад вирус талд халдварт өвчнүүд мөн идэвхждэг.</p> <p><b><u>Үүсгэгч:</u></b> Томуугийн вирус нь "Orthomyxoviridae"-ийн бүлэгт багтдаг РНХ агуулсан 80-120 нм хэмжээтэй ортомиксовирус. Дотроо А,В,С гэж хуваагддаг. Хамгийн хоруу чанар ихтэй, хувирамтгай, өргөн тархсан, улирлын томуугийн дэгдэлт үүсгэдэг нь А хүрээний вирус юм. Томуугийн А вирус нь хемагглютинин болон нейраминадаз уургуудын шинжээр өөр хоорондоо ялгагдах олон төрлийн дэд хэв шинжтэй.</p> <p><b><u>Халдвар дамжих</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Агаар дусал</li><li>- Ахуй, хавьтлаар</li></ul> <p><b><u>Эмнэлзүй:</u></b> Өвчний эмнэлзүй нь үүсгэгчийн төрөл, хоруу чанар, өвчтөний нас, дархлааны байдлаас хамаарч янз бүр ерөнхий халдлого ба амьсгалын замын үрэвслийн шинж гэсэн хоёр хам шинжээр илэрдэг. Томуугийн нууц хугацаа 1-7 хоног, дунджаар 2-4 хоног үргэлжилнэ.</p> <p><b><u>Халдварлах зам</u></b> Томуугийн вирус амархан халддаг. Халдвар дамжуулах хамгийн түгээмэл зам нь агаар – дусал. Хоногийн туршид хүн ойролцоо 15000 л агаараар амьсгалж, түүнд агуулагдаж байгаа микробыг шүүх ба тэд эпителийн эсийн гадаргуу дээр бууна.</p> <p>Вирус тээгчийн ханиах, найтаах, ярихад хамар залгиураас шүлс, салс, цэрээр эмгэг төрөгч бичил биетүүд, томуугийн вирус цацагдана.</p> <p>Халдвартай хүний эргэн тойронд богино хугацаанд вирусээр</p>



бохирдсон агаарын тоосонцор бүхий халдвартай бүс бий болно.

Томуугийн вирусийн бөөгнөрлийн зэрэг болон түүний агаарт жингүйдлийн байдалд байх хугацаа нь тоосонцорын хэсгийн хэмжээнээс хамаарна. Тоосонцорын хэсгүүдийн хэмжээ 100 мкм илүү нь (том дуслын давхраа) түргэн доош бууна. Алсад цацагдах нь 2–3 метрээс хэтрэхгүй. Энэ хэмжээ нь ярих, ханиах, найтаах зэрэг физиологийн үйлдлийн давтамж, хүчээр тодорхойлогдоно.

Өвчтөн амаа дарж байгаад найтаахад агаарт цацагдах агаарын тоосонцорын хэсгүүд 10–100 дахин цөөрч болох бөгөөд агаарт томуугийн вирусийн бөөгнөрөл буурах төдийгүй цацагдаж буй агаарын тоосонцорын хэсгүүдийн 80% -ийнх нь хэмжээ 100 мкм-ээс дээш байна гэж тооцвол тэдгээр нь өвчтөний эргэн тойронд ойрхон байгаа хүмүүст халдварлалтыг багасгана.

Амьсгалын замд вирус хемагглютинины тусламжтайгаар эсэд бэхлэгдэнэ. Фермент нейраминидаз эсийн мембран салстыг гэмтээж вирус эсэд оруулах (эндоцитоз) замаар эсийн дотор орно. Дараа нь вирусийн РНХ эсийн цөмд нэвтэрнэ. Үүний дүнд эсэд амьдралын үйл ажиллагааг алдагдуулах үйл явц болох ба тэр өөрөө өөрийн нөөцийг ашиглан вирусийн уургийг үйлдвэрлэж эхлэнэ. Вирусийн РНХ хувирал (репликация) нэгэн зэрэг явагдаж, вирусийн хэсгүүд цугларна. Шинэ вирусүүд чөлөөлөгдөн (эсүүдэд сүйтгэл нэгэн зэрэг явагдаж, түүний уусалт болно) өөр эсийг гэмтээнэ.

#### Томуугийн шинж тэмдэг

Томуу–цочмог, халдварламтгай чанар өндөр, хурц хордлого, мөгөөрсөн хоолой, томоохон гуурсанцарыг эрчимтэй гэмтээх онцгой шинж тэмдэгтэй.

Янз бүрийн вирусээр үүсгэгдсэн томуу ба амьсгалын замын эрхтэний цочмог өвчний эмнэл зүй нь хордлогын шинж тэмдэг, амьсгалын замын эрхтэнийг гэмтээдэг зэрэг олон төсөөтэй төрхтэй байдаг.

Томуу цочмог эхэлдэг. Нууц үе нь 1-2 өдөр, заримдаа 5 өдөр хүртэл үргэлжилж болно. Дараа нь эмнэлзүйн цочмог үе эхэлнэ. Өвчний явц олон хүчин зүйлээс хамааралтай: Эрүүл мэндийн ерөнхий байдал, нас, өмнө нь тухайн хэв шинжийн вирусээр үүссэн өвчтэй хүнтэй хамт байсан эсэхээс хамаарна. Үүнээс хамаарч томуугийн эмнэлзүйн явцын **хөнгөн, хүндэвтэр, хүнд, хэт хордлогот** 4 хэлбэр үүсч, шинж тэмдэг илэрнэ.

Томуугийн хөнгөн хэлбэрийн үед (далд, эмнэлзүйн дэд хэв шинжийг оролцуулаад) биеийн халуун хэвийн буюу 38°C хэмээс хэтрэхгүй, халдвар хордлогын шинж сул илэрсэн, эсвэл огт илрэхгүй.



Томуугийн хүндэвтэр хэлбэрийн үед (тодорхой) халуун 38,5-39,5°C хүртэл нэмэгдэх ба өвчний сонгодог шинж тэмдэгүүд илэрнэ:

❖ Хордлого

- Их хөлрөх,
- Бие сулрах,
- Нүд гялбах,
- Үе мөч, булчин өвдөх,
- Толгой өвдөх,
- Хоолонд дургүй болох,

❖ Салст үрэвсэх шинж тэмдэгүүд

- Зөөлөн тагнайн улайлт залгиурын ар тал үрэвсэх,
- Нүд улайж үрэвсэх,

❖ Амьсгалын замын шинж тэмдэгүүд

- Төвөнх болон мөгөөрсөн хоолой үрэвсэх ,
- Хуурай, хөндүүрлэн ханиалгах (Хэд хэдэн тохиолдолд – чийглэг),
- Хэлсэн үгийн дуудлагыг алдагдуулах,
- Цээжээр өвдөх,
- Шуухниа, (хамрын ханиад),
- Улайлт, хөхрөлт, хамрын хөндийн салст болон залгиур хуурайших,
- Ханиах, найтаах,

❖ Уушгины сегмент үрэвсэх хам шинж:

Хөдлөлзүйн өрнөлт (хэдхэн цагийн турш) уушиг–зүрхний дутлын үед аль нэг уушгины сегмент сүүдэртэй байх нь хэвийн зүйл, эмнэлзүй–рентген зурагт харагдах өөрчлөлт (бодит ул мөр үлдэхгүй) нь 2–3 өдөрт шийдвэрлэгдэнэ. (уушгины хатгаанаас ялгаварлагдах ялгаа нь) Их хордлогот хэлбэрийн үед уушиг хавагнах, ер нь цус харвах хатгаагаар төгсөж болох юм.

❖ Гэдэсний хам шинж:

- Гэдэс хөндүүрлэх,
- Суулгалт (Диарея)

Томуугийн хүнд хэлбэрийн үед биеийн халуун 40-40,5°C хүрнэ. Нэмэлт шинж тэмдэг: томуугийн хүндэвтэр хэлбэрийн үеийн онцгой шинж тархины үрэвсэлт эмгэг "энцефалопатии" (сэтгэл хямрах, татаж унах, хий юм үзэх сонсох ), судасны өөрчлөлт (хамраас цус гоожих, зөөлөн тагнайд цэгчилсэн цус харвах) болон бөөлжих.

Томуугийн гипер хордлогын үед ялангуяа эрсдэлт бүлгийн



		<p>өвчтнүүдэд нас баралтад хүргэх аюул бий болдог. Томуугийн энэ хэлбэр нь өөртөө (дээр дурдсанаас гадна) дараах илрэлүүдийг агуулдаг:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Өндөр халуурах</li> <li>• Менингит (тархины зөөлөн бүрхүүл талаас баттай үрэвсэлт өөрчлөлт байхгүй үед менингитийн ганц нэг буюу хосолсон шинж тэмдэг).</li> <li>• Тархины үрэвсэлт эмгэг (Энцефалопатия) хүүхдийн цусны хөдлөлзүйн өөрчлөлттэй (мэдрэл хордлого-нейротоксикоз гэсэн нэр томъёо) хавсрах нь томуугийн хүнд хэлбэрийн үеийн нас баралтын зонхилох шалтгаан болдог;</li> <li>• Хавант цусархаг хам шинж бий болох, янз бүрийн зэрэглэлийн амьсгал дутлын шинж илрэх, уушиг хавагнах (цус харвалтат хатгаа), мөн түүнчлэн зарим өвчтөнд тархи хавагнах хүртэл.</li> </ul> <p>Хэрэв томуу хүндрэлгүй явагдвал, халууралтын үе 2–4 өдөр үргэлжлэх ба өвчин 5–10 хоногт дуусна. Бактерийн болон амьсгалын замын бусад вирүст халдвар давхардсан үед дахин халуурч болно. Томуугаар өвчилсний дараа 2–3 долоо хоногийн туршид халдварын дараах үзэгдэл бие сулавтар байх (астении): ядрах, бие сулрах, толгой өвдөх, цухалдах, нойргүйтэх болон бусад шинж тэмдэгүүд илэрнэ.</p> <p><b>Сэргийлэлт:</b> Өвөрмөц ба өвөрмөц бус сэргийлэлт</p> <p><b>Өвөрмөц сэргийлэлт-</b> Үхүүлсэн ба амьд вакцин хэрэглэдэг. Орчин үед 2 төрлийн амьд вакцин хэрэглэж байна. Вирон–вакциныг олон хүмүүст, хамт олонд дархлаа тогтооход арьсан дор тарьж хэрэглэнэ.</p> <p><b>Өвөрмөц бус сэргийлэлт-</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Өвдсөн хүнийг тусгаарлах</li> <li>- Энгийн болон шүүлтүүр бүхий амны хаалт хэрэглэж хэвшүүлэх</li> <li>- Өвчлөл их үед олон нийтийн газраар зорчихыг хязгаарлах</li> <li>- Гарыг тогтмол угаах</li> <li>- Гэр орондоо чийгтэй цэвэрлэгээ хийх</li> <li>- Өрөөний агааржуулалт тогтмол хийх зэрэг дадал хэвшилд сургана.</li> </ul>
2	Гарч болох гол хүндрэл	<p><b>Томуугийн хүндрэл, үр дагавар</b></p> <p>Амьсгалын зам, хоолойд томуугийн вирүс үржин, амьсгалын замыг тоос шороо, бактери гэх мэт бусад зүйлээс цэвэрлэх үүрэгтэй сүүмэлзэх хөдөлгөөнт хучуур эд (мерцательного эпителия)–ийг устгахад хүргэнэ. Хэрэв сүүмэлзэх хөдөлгөөнт хучуур бүрхүүл устгагдвал тэр өөрийн хамгаалах үүргээ бүрэн гүйцэтгэж</p>



чадахгүйгээс уушгинд бактери их хэмжээгээр хялбархан нэвтрэх болно. Иймд бактерит давхар халдвар(суперинфекции) гарах аюултай.

- Томуугийн нилээд элбэг тохиолдох хүндрэл нь уушигны хатгаа байдаг бөгөөд энэ нь хоёрдогч бактерит халдвар (*Streptococcus influenza*, *Haemophilus influenza*, *Staphylococcus aureus*-ээр үүсгэгдсэн).
- Хам халдвар (вирүст болон бактерит уушигны хатгаа) нилээд ховор тааралдана.
- Анхдагч вирүст уушигны хатгаа – энэ нь ховор, хүндрэл, үхэл өндөртэй, томуугийн хоруу чанар өндөртэй вирүсээр үүссэн бол тохиолдоно. Үүнд цус харвалтат уушигны хатгаагаар “агшин зуур” үхэх, 2-3 өдрөөсөө хэтрэхгүй. Зүрх, уушигны архаг өвчтэй, уушгинд цус тогтонгошил бүхий өвчтнүүдэд юуны өмнө анхдагч томуугаас үүдэлтэй уушигны хатгаа ажиглагдаж болно.
- Бусад хоёрдогч бактерит халдвар ихэвчлэн томуугийн дараа үүсдэг – шуухинаа, хамрын хөндийн үрэвсэл, гуурсан хоолойн үрэвсэл, чихний хөндийн салст бүрхүүлийн үрэвсэл.
- Рейе хам шинжээр илрэх хүндрэл нь ихэнхдээ хүүхдэд тохиолддог бөгөөд (үндсэндээ В вирүст томуугаар өвчилсний дараа) салицилат эм хэрэглэсний дараа (тухайлбал ацетилсалицилын хүчил) хүчтэй бөөлжих, тархи хавагнаснаас оврого (ком)–д оруулж болно.
- Ахимаг насныханд зүрх-судасны талаас хүндрэл элбэг тааралдана. Миокардит, перикардит (зүрхний булчингийн үрэвсэл нь зүрхний дуталд хүргэж ч болох юм).
- Томуугийн В хэв шинжээр өвчилсний дараа булчингийн үрэвслийн хүндрэл миозит болон бусад булчингийн өвчнүүдээр илэрч болно. Тийм хүндрэл ихэвчлэн хүүхдэд тохолдох бөгөөд хэдэн өдрийн туршид булчин өвдөнө. Түүнчлэн шээсэнд миоглобина нэмэгдэж (миоглобинурия), бөөрний үйл ажиллагааны цочмог алдагдалд оруулж болно.
- Заримдаа нугасны хөндлөн хэсгийн үрэвсэл (миелит) тохиолддог.
- Менингит, энцефалит.
- Бактерт давхар халдвар (суперинфекция). Томуугаар өвчилж бие махбод сулрахад бактерит халдвар давхарлах нь элбэг (пневмококковая, гемофильная, стафилококковая).
- Томуугаар өвчилсний дараа архаг өвчнүүд сэдэрч дахих нь их ажиглагддаг. Үүнд: Уушигны гуурсан хоолойн багтраа, архаг мэнгэр, зүрх-судасны өвчин, бодисын солилцоо алдагдах зэрэг өвчин сэдэрэх эрсдэлтэй.



3

Шинж тэмдгийн  
сувилгаа,  
сэргийлэлт**Ерөнхий эрүүл ахуйн хэрэглэгдэхүүн:**

Нилээд түгээмэл хямд төсөр хэрэглэгдэхүүний нэг бол амны хаалт (маска). Энэ нь халдварын эрсдэлийг бууруулах энгийн хамгаалах арга бөгөөд халдвараас бүрэн хамгаалах үр дүн бага. Бохир гараар халдвар дамждагийг санах хэрэгтэй.

Тусгай ажиглалтаар өдөрт гар 300 дахинаас багагүй удаа хамар, нүднээс ялгарч гарах зүйлтэй болон шүлтэй хавьтал болдогийг тогтоосон байна. Гар барих, хаалганы бариул, бусад эд зүйлээс вирус эрүүл гарт шилжиж, тэндээс хамар, нүд, аманд ордог байна. Тахалт тахлын үед гар барихаас татгалзахыг зөвлөсөн. Гараа байнга угаах, ялангуяа өвчтэй байхдаа буюу өвчтөнг асарч сувилахдаа гараа заавал угааж байх хэрэгтэй.

Томуу болон бусад АЗЦХ –аас урьдчилан сэргийлэхэд халдварын эх уурхайтай хавьтал болох тоог цөөлөх нь чухал, энэ нь ялангуяа хүүхдэд чухал юм. Хотын нийтийн тээврээр зорчих, хүн олноор цугласан газраас зайлсхийх, хүүхдийг цэвэр агаарт аль болох их гаргаж байвал томуу бараг халдварлахгүй.

**Биеийн эсэргүүцлийг сайжруулах арга хэмжээ**

**1. Чийрэгжүүлэх** – Амьсгалын замын халдвараас сэргийлэх чухал арга хэмжээ (харин томуу биш) бол манай орны уур амьсгалын сэрүүвтэр агаар амьсгалын замын үйл ажиллагааг хэвийн болгож бие махбодод халдварласан вирусийн тунг багасгана. Иймд чийрэгжүүлэх замаар ханиад шуухинааг бүрэн биш ч гэсэн гэтлэн давах, хүүхэд түүнд мэдрэг байхыг багасгах боломжтой.

**2. Нэмэлт витамин-** Аскорбины хүчил (витамин С) нь исэлдэх, нөхөн сэргээх үйл явц, нүүрс усны солилцоо, цусны бүлэгнэлт, нэхмэл эдийн нөхөн төлжилтийг зохицуулахад чухал үүрэг гүйцэтгэнэ. Бие махбодийн эсэргүүцлийг дээшлүүлэхэд дэмжлэг үзүүлдэг нь аскорбины хүчлийн антиоксидант шинж чанартай холбоотой. Витамин С–г өдөрт 0,5-1 граммыг 1-2 удаа ууж хэрэглэнэ. Эсгэлэн байцаа, жүрж, нимбэг, киви, мандарин, апельсин зэрэг жимсэнд аскорбины хүчил нилээд их хэмжээгээр байдгийг тэмдэглэх нь зүйтэй. Шинэ байцаагаар наранцэцэгийн тостой хийсэн салатанд витамин бичил эрдэст бодисууд их агуулагдаж байдаг тул хэрэглэхэд ашигтай.

**3. Сармис** – томуугийн тахалт тархалт болон ханиад тархаж байгаа үед урьдчилан сэргийлэхээр өдөр бүр 2–3 хумсыг хэрэглэнэ. Амнаас бактерийг бүрэн цэвэрлэхэд нэг хумс сармис хэдхэн минут жажлахад хангалттай. Тэрчлэн сонгино хэрэглэхэд эерэг үйлчилгээтэй.

**4. Шинэ жимс, ногоо**–Өдөр бүрийн хоолны тодорхой хувьд нь шинэ жимс, ногоо хэрэглэвэл вирүст өвчний эсрэг биеийн дархлааг



дээшлүүлэх боломжтой.

### Нэмэгдэл арга хэмжээ

#### **Хамар цэвэрлэх.**

Амьсгалаар хамрын хөндийд орсон гадны биетийг өдөрт 2 удаа цэвэрлэж байх. Хоолойгоо марганцийн уусмал, фурациллин, содын уусмал, хамба шарилжийн уусмалаар зайлах. Хамрын хөндийг сонгино зөгийн балтай (сахар) хандаар дусааж угаах. Жор нь: жижиг саванд 50 мл бүлээн усан дээр маш сайн жижиглэж хэрчсэн сонгиныг хоолны халбагаар 3 хийж, цайны халбаганы  $\frac{1}{2}$  зөгийн бал (сахар) нэмээд 30 минут байлгана. Хамрын салстад саримс, сонгины тосон хандны түрхлэг хийх. Жор нь: ургамлын тостой шилэн саванд буцамгай ус хийж 30 – 40 минут байлгаад 3-4 хумс саримс болон  $\frac{1}{4}$ -д нь жижиглэж хэрчсэн сонгино хийгээд тосон бэлдмэлээ 2 цаг байлгахад царцана.

#### **Уураар утах.**

300 граммын саванд ус хийж 2–3 минут буцалгаад эвкалиптийн ханднаас 30 – 40 дусал нэмэх буюу төмсний хальс 2–3 халбага эсвэл цайны халбаганы  $\frac{1}{2}$  сод хийнэ. Горчицтай бүлээн усанд хөлөө 5–10 минут дүрж байлгах, дараа нь хөлийн уландаа тос түрхээд халуу оргитол үрж тосоо шингээх.

#### Уух.

**Нохойн хошууны ундаа.** Хуурай нохойн хошууны жимсийг нүдэж нунтаглах. 1 литр хүйтэн усанд 5 хоолны халбага нунтагласан жимс хийж 10 минут буцалгана. Түүнийгээ 8–10 цаг хучиж тавиад шүүж тунгаана. Өглөөд 1 стакан ууж, өдөржин 2–3 цагийн зайтай ууна. Зөгийн бал, варенье, сахартай ууж болно. Нохойн хошууны хандыг долоо хоногийн турш уухдаа аажмаар уултын тоог цөөлөх нь зүйтэй.

**Далдуу мод, морин улааганатай ханд.** Холимогийг бэлтгэхдээ дараах харьцааг ашиглах: далдуу модны цэцэг – 1 хэсэг, морин улааганы үр – 1 хэсэг тус тус холиод 2 хоолны халбага холимогийг 2 стакан буцалсан усанд найруулж, 5 – 10 минут тунгаана. Шөнө халуунаар нь 1 – 2 аяга ууна.

**Ердийн бөөрөлзгөнө.** Янз бүрийн цуглуулгыг тусгайлан хэрэглэдэг. Бөөрөлзгөний шүүс сахартай – өндөр халуунтайд уухад сайн сэргээнэ. Хуурай үрийн ханд. 1 хоолны халбага хуурай үрийг стакан халуун усанд 20 минут байлгаж хандлана. Стаканаар хандыг халуунаар өдөрт 2 удаа ууна.

**Бөөрөлзгөнөтэй далдуу мод.** Бөөрөлзгөнө, далдуу модны цэцгийг тэнцүү хэмжээгээр хольж бэлтгэнэ. Стакан усанд хоолны халбага холимогийг хандалж, 20 минут тавьж хөргөнө. Стаканаар



		<p>хандыг халуунаар нь шөнө хөлөргөхөөр ууна.</p> <p><b>Зөгийн балтай бөөрөлзгөнө.</b> 1 хоолны халбага зөгийн бал, 1 хоолны халбага нохойн хошуу, 1 хоолны халбага бөөрөлзгөнө, 1 хоолны халбага үхрийн нүдийг 100 мл буцалсан усанд хийж, 15 минут байлгана. Өдөрт 3 удаа хоолны өмнө хагас стаканыг ууна.</p> <p><b>Зөгийн цавуу.</b> Зөгийн цавууны 1–2 буурцагийг амандаа хийж, хаяа хэлээрээ татаж нэг талаас нөгөө талруу нь хөдөлгөнө. Зөгийн цавуутай спиртен хандыг ёотонд шингээж хэрэглэж болно.</p> <p><b>Жодооны тос.</b> Томуу, амьсгалын замын цочмог өвчин, амьсгалын замын цочмог вирүст халдвар, уушгины үрэвсэл, гуурсан хоолойн үрэвсэл болон бусад ханиад шуухинаа (нэн ялангуяа хүүхэд) хүрсэн үед иллэг хийхдээ жодооны тос түрхэх, утлага хийхэд хэрэглэнэ. Цээж, нуруу, хөлийн уланд рефлексийн цэгүүдэд иллэг хийхдээ жодооны тос түрхэж хэрэглэнэ. Хоногт 4–6 цагийн зайтайгаар рефлексийн цэгүүдэд 4–5 удаа түрхэж хэрэглэнэ. Өвчтөнд хийсэн түрхлэг бүрийн дараа бигнүүрийн цаасаар орооно.</p>
4	<p>Сувилагчийн баримтлах халдвар хамгааллын үндсэн зарчим</p> <p>/ЭМС-ын 2014 оны 187 тоот тушаал/</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Эрүүл мэндийн ажилтаны гарын ариун цэвэр сахиx 5 мөчийг баримтлана. <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 Үйлчлүүлэгчид хүрэхийн өмнө</li> <li>1.2 Ариун ажилбарын өмнө</li> <li>1.3 Биеийн шингэнтэй хүрсний дараа</li> <li>1.4 Үйлчлүүлэгчид хүрсний дараа</li> <li>1.5 Орчны эд зүйлд хүрсний дараа гараа тогтмол угааж халдвараас сэргийлнэ.</li> </ol> </li> <li>2. Үйлчлүүлэгч, түүний ар гэрт нь гар угааж халдварт өвчнөөс сэргийлэх талаар зөвлөмж өгнө. <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 Хоол хүнс бэлтгэхийн өмнө</li> <li>2.2 Хоол хүнс идэж уухын өмнө</li> <li>2.3 Хүүхэдбагачуудынөтгөншингэнд хүрсэний дараа</li> <li>2.4 Бие зассаны дараа</li> <li>2.5 Ажил, хичээл, сургууль, цэцэрлэгээс ирэнгүүт хувцсаа сольсны дараа хүн бүр</li> <li>2.6 Гар бохирдсон тухай бүрд гараа сайтар угаана.</li> </ol> </li> </ol>
5	Зааврын товч тодорхойлолт	Томуу, томуу төст өвчний дэгдэлтийн үед бүх шатны эрүүл мэндийн байгууллагад ажиллаж байгаа сувилагч үйлчлүүлэгчид нэмэлт зовиур үүсгэхгүйгээр сувилахуйн тусламжийг шуурхай үзүүлэх үйлдлийн дараалал болно.
6	Зорилго	Сувилахуйн тусламж, үйлчилгээний үндсэн зарчмыг баримтлан томуу, томуу төст өвчний үед сувилахуйн тусламж үйлчилгээг үзүүлэх аргачлалаар хангах
7	Заалт	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Томуу томуу төст өвчний үед үйлчлүүлэгчид эмчилгээг эмчийн заавраар хийх,</li> <li>- Сувилагч сувилахуйн тусламж, үйлчилгээг үзүүлэх гардан ажилбар, тусламж, үйлчилгээний үед</li> </ul>



8	Эсрэг заалт	Энэхүү зааварт тусгагдсанаас бусад тусламж, үйлчилгээг эмчийн заавраар хийнэ.
9	Удирдамжийг хэрэглэгчид	- Зааврыг сувилахуйн тусламж үйлчилгээ үзүүлж байгаа бүх шатны эрүүл мэндийн байгууллагын сувилагч нар үйл ажиллагаандаа мөрдлөг болгоно.
10	Боловсруулсан	ХӨСҮТ-ийн сувилахуйн алба, ЭМЯ-ны МСЗ Заавар боловсруулсан огноо: 2019 он Заавар шинэчлэх огноо: 2021 он
11	<b>Үйлчлүүлэгчид сувилахуйн тусламж, үйлчилгээний зарчмыг баримтлан зөвлөгөө өгөх үндсэн чиглэл</b>	
11.1	Хувцаслалт:	- Хөнгөн, дулаан, даавуун хувцас өмсгөнө.
	Орчин:	- Тайван, чимээ багатай, хөдөлгөөн дунд хязгаарласан - Цэвэр, агааржуулалт сайтай, өрөө тасалгаа
	Хооллолт:	- Халдварт өвчний үед өвчний байдлаас гадна эмчлүүлэгчийн дур сонирхлыг харгалзсан зохистой хоол эмчилгээг хийнэ. - Хооллолт нь тогтмол хугацаанд бүрэн цэгцтэй байвал зохино. - Эмчилгээний хоол № 11, эмчлүүлэгчийн биеийн байдал, өвчний оношийг харгалзан хооллоно. - Өдөрт 4-6 удаа хооллох нь тохиромжтой. Хоол нь амин дэмээр баялаг, амархан боловсрох, чанартай байна. Цочмог халдварын үед уураг ихээр задардаг тул хоногт 100гр-аас доошгүй уураг, 300-500гр-аас багагүй нүүрс ус, 100гр орчим өөх тос бие махбодод шаардагдах бөгөөд хоногт 2500-3000 ккал илчлэгийг эмчлүүлэгч хоолоороо авах ёстой. - Халдварт өвчний үед витамины солилцоо хямардаг тул ялангуяа А,В,С витамин агуулсан жимс, хүнсний ногоог өргөн хэрэглэнэ. - Мөн халдварт өвчний үед халуурч, амьсгаадах, хөлрөмтгий болох зэргээр шингэн алдалт ихэсдэг төдийгүй, нян түүний хорын улмаас хордлого их байдаг учир шингэн зүйл сайн уулгадаг. Үүнд буцалсан ус, бүлээн хярам, жимсний шүүс, үзэмний шүүс зэргийг уулгана. - Шингэнийг өгөхдөө бага хэмжээтэйгээр ойрхон өгнө. - Хуурсан, хайрсан, өөх тос ихтэй халуун ногоо, хэт халуун хүйтэн хоол кофе, хийжүүлсэн ундаа, архи, тамхийг хориглоно. - Халдварт өвчний үед халдвар тус бүрт тохирсон эмчилгээний хоолыг өгнө.
	Сэтгэл зүй:	- Халдварт өвчнөөр өвчилсөн үед сэтгэл зүйн хувьд айдас, түгшүүртэй тогтворгүй байдал үүсдэг учир үйлчлүүлэгчдэд анхаарал, халамжтай хандах, үйлчлүүлэгчийн дэргэд өвчний талаар ярихгүй байх нь сувилгаанд ихээхэн ач холбогдолтой. - Стресс нь дархлааны үйл ажиллагааг сулруулдаг нь нотлогдсон өнөө үед үйлчлүүлэгчдэд эелдэг, зөөлөн, чин сэтгэлээр үйлчилж, аль болох эерэг сэтгэгдэлтэй байлган сувилах нь чухал.



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмчлүүлэгчид аль болох эдгэнэ, сайжирна гэсэн сэтгэгдэл төрүүлж, сэтгэл зүйн болон сэтгэл санааны дэмжлэг үзүүлнэ.</li> <li>- Сэтгэл зүйн сувилгаа нь хүний бодол сэтгэл санаанд үйлчилдэг. Үүнээс гадна эмчлүүлэгч болон түүний ар гэрийнхэнд тухайн өвчний талаар тодорхой хэмжээний мэдлэг олгон, эмчийн зөвлөсөн дэглэмийг баримтлан, сэтгэл санаагаа тайван байлгах нь өвчний эдгэрэлтэнд чухал нөлөөтэйг эмчлүүлэгчид ярьж, ойлгуулна.</li> <li>- Халдварт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх талаар болон халдварт өвчний үед баримтлах ариун цэвэр, эрүүл ахуйн дэглэмийн талаар сувилагч эмчлүүлэгч болон сахиуруудад маш ойлгомжтой байдлаар мэдээлэл сургалт явуулна.</li> </ul>
11.2	<i>Шинж тэмдэгийн асаргаа</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тухайн өвчлөлийн үеийн үе шат бүхэнд тохирсон асаргаа сувилгааг цаг алдалгүй үзүүлнэ.</li> <li>- Зовиур шаналгааг багасгах сувилахуйн тусламжийг үзүүлнэ.</li> <li>- Хүнд явцтай үед хэвтэрийн дэглэм сахина.</li> <li>- Эмнэлзүйн шинж тэмдэгийн дагуу эмчийн бичсэн эмчилгээг хийнэ.</li> </ul>
<b>12. Сувилахуйн үйл ажиллагаа</b>		
Шинж тэмдэг /онош	Төлөвлөлт	
Үнэлгээ хийх арга	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ажиглалт</li> <li>2. Эмнэлзүйн ярилцлага хийх</li> <li>3. Бодит үзлэг</li> </ol>	



12.1

#Халуурах,

**Сувилгааны зорилго**

- Эмчлүүлэгчийн халууныг бууруулах
- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх

**Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө**

- Нүүр улайж чинэрсэн, арьс халуун байгаа эсэх
- Ам цангаж байгаа эсэх
- Уруул омголтсон эсэх
- Бие чичрэх
- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах

**Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө**

- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох
- Дуу чимээ багатай, цэвэр агаартай, тав тухтай орчинд хэвтрийн дэглэм сахиулах
- 38 хэмээс доош халууныг механик аргаар буулгана. Заавал оронд хэвтүүлнэ. Хөлөрсөн үед дотуур хувцас, цагаан хэрэглэлийг цаг тухайд нь солих
- Хөл гарт бүлээн жин тавих, бүлээн шингэн уулгах, дулаан хучих
- Толгойд хүйтэн жин тавих
- Биед спиртээр арчилт хийх, гарын алга, суга, цавинд шилтэй мөс атгуулах
- Ам хатсан үед бүлээн шингэн уулгах
- Урууланд вазелин тос түрхэх, чийглэх
- Халууныг 2 цаг тутам үзэж халууны хуудсанд тэмдэглэж халууны зураглал гарган эмчид мэдээлэх
- Шаардлагатай тохиолдолд эмчийн заалтаар эм, тариаг хийх

**Мэдлэг олгох төлөвлөгөө**

- Хэт бигнэхгүй байх зузаан хувцас өмсгөхгүй талаар зөвөлгөө өгөх
- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах
- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх



12.2	# Тайван бус,	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмчлүүлэгчийг тайвшруулан сэтгэл санааг дэмжих</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ая тухтай байдлыг хангаж байнгын хяналтад байлгаж ажиглана.</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Амин үзүүлэлт үзэж хянах</li> <li>- Дуу чимээ багатай өрөөнд хэвтүүлэх</li> <li>- Эмчийн заалтаар тайвшруулах эмчилгээ хийх</li> <li>- Эх хүүхэд хоёрыг аль болох хамт байлгах</li> <li>- Сайн хооллох, хөхөө хөхүүлэх</li> <li>- Шингэн зүйл ойр ойрхон уулгах</li> <li>- Шээсэн, баасан үед памперсыг солих, жинлэх</li> <li>- Сувилгааны түүх, эрчимт эмчилгээний хуудсанд тэмдэглэх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Өөрт болон гэр бүлд уг өвчний хүндрэлийн талаар тайлбарлаж өгөх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
12.3	# Уйлагнах,	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Өвдлөлт, шинж тэмдгийн зовиураас уйлагналтыг нэмэгдүүлэхгүй тайвшруулах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Чих, хоолойн өвдөлтийг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Уйлагнах, нусгайрах өвдөлтөд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Аль чих өвдсөн эсэхийг ажиглах, асуух</li> <li>- Хатуу зүйл зажлахад эмзэглэлтэй эсэх</li> <li>- Чихэнд анхны үзлэг хийх</li> <li>- Шингэн зүйл ойр ойрхон өгөх</li> <li>- Эмчид мэдээлэх</li> <li>- Мэргэжлийн чих хамар хоолойн эмчийн зөвлөгөө авах</li> <li>- Эмчийн заалтаар эмчилгээ хэрэглэх</li> <li>- Сувилгааны түүхэнд хийгдсэн сувилгааг тэмдэглэх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Нэмэлт зовиур үүсгэхгүй байх, бусад халдварт өвчнөөр өвдөхгүй байх талаар зөвлөгөө өгөх</li> <li>- Сахиурт хүүхдийг аль болох уйлагнах үед тайвшруулж зовиурыг хянаж мэдээлэх талаар зөвлөгөө өгөх</li> <li>- Нэмэлтээр халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалт зөвлөгөө өгөх</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>



12.4	# Хоолны дуршил буурсан	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмчлүүлэгчийг хооллох дуршлыг төрүүлэх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хоолны дуршлыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Хэвтрийн дэглэм сахиулах</li> <li>- Эмчилгээний тохирсон хоолыг бага багаар идүүлж ажиглах</li> <li>- Хурц үнэртэй зүйл ойр байлгахгүй байх</li> <li>- Хордлого тайлах зорилгоор халуун бүлээн шингэн зүйл бага багаар уулгах</li> <li>- Хоолны орц ,хэмжээ, найрлаганд хяналт тавих</li> <li>- Хоолыг бага багаар ойр ойрхон өгөх</li> <li>- Өдөрт 5-6 удаа хурдан шингэх хоол өгөх</li> <li>- Хооллохоос өмнө ба дараа амыг зайлуулах</li> <li>- Хоолыг бага багаар гардан хооллох</li> <li>- Хооллосны дараа ажиглах</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хооллох талаар зөвлөгөө өгөх</li> <li>- Элдэв хурц үнэртэй зүйл ойрхон байлгахгүй байх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
12.5	#Нусгайрах, ханиах, нулимс гоожих	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шингэн нус,нулимсыг гаралтыг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шингэн нус, нулимс гаралтыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Шингэн нус, нулимсны гаралтанд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Урсаж гарч байгаа эсэх, үе үе гарч байгаа эсэх</li> <li>- Нусны алчуур хэрэглэх</li> <li>- Ялгарсан нус бүрийг цэвэрлэж байх</li> <li>- Хамрыг нус гарсан тухай бүрд нь тосолж байх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Их нус гарснаас хамар улайхаас сэргийлэх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>



12.6	<p><b>#Хоолой хатаж сэрвэгнэсэн</b>  Ханиахын өмнөх зөгнөх шинж илэрч, хоолой сэрвэгнэх, өвчүүний цаана эвгүй оргих, бага насны хүүхэд айж түгших, тоглоомоо орхих, ээжээсээ зуурах, уйлах өгүүлэмжтэй</p>	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хоолой хатаж сэрвэгнэсэн байдлыг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хоолой сэрвэгнэлтийг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Харшил хөдөлгөх зүйлээс хол байх</li> <li>- Бачуурал өгөхөөс сэргийлэх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> </ul> <p><b>Эмчийн заалтаар эмчилгээ хийх</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмчид мэдээлэх</li> <li>- Хийсэн эмчилгээ сувилгааны түүхэнд тэмдэглэж эмчилгээний үр дүнг дүгнэх</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоохын тулд орчин болон хоололтод үнэлгээ хийж, 4 цаг тутам үнэлж, сувилгааны түүхэнд тэмдэглэсэн.</li> <li>- Хоолой сэрвэгнэсэн байдалд үнэлгээ өгч, үйлчлүүлэгчтэй ярилцаж, содтой ус, тамедин, фурациллинаар амны хөндийг шаардлагатай тухай бүрт зайлуулсан.</li> <li>- Шингэн нэг удаадаа 100 мл-ээр 30 минут туамд уулгасан,</li> <li>- Амны хаалт зүүлгэж, орчныг чийгтэй дулаан, агааржуулалттай нөхцөлд байлгасан,</li> <li>- Гич нааж, утлага хийсэн,</li> <li>- Эдгээр арга хэмжээний огноо давтамжийг тэмдэглэсэн</li> </ul> <p>Үзүүлсэн тусламж, үйлчилгээний үр дүнг тооцох шаардлагатай бол дахин төлөвлөх</p>
------	--	--	---



12.7

#Агчилт ханиалга илэрнэ. Ар араасаа угсруулан ханиалгана. Ханиах үед нүүр улайсан, хүзүүний судсууд гүрийсэн, царай нь хөхөлбөр, нулимс нь гоожсон, нүд нь бүлтийсэн, хэл амнаасаа цухуйсан, хэлний үзүүр, угийн хэсэг нь дээшээ матийж гол хэсэг нь доошоо хотойсон байдал бодит үзлэгээр илэрнэ.

**Сувилгааны зорилго:**

- Ханиалгалтыг нэмэгдүүлэхгүй байх
- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх

**Сувилгааны ажиглах төлөвлөгөө:**

- Ханиалгалтыг ажиглах
- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах

**Сувилгааны хэрэгжүүлэх төлөвлөгөө:**

- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох
- Амин үзүүлэлт үзэх
- Бөөлжсөнд хахаас урьдчилан сэргийлэх
- Тайван орчин бүрдүүлэх
- Ханиалгалтанд үнэлгээ өгөх
- Ханиалгалтын тоо, дахилт давтамж ямар байгааг асуух, ажиглах, харах
- Угсруулан ханиалгаж байгаа эсэх
- Ханиалгалт шөнө ихсэж байгаа эсэхийг асуух
- Хаиахын өмнө хоолой сэргвэгнэдэг эсэх
- Бага насны хүүхэд тоглоомоо орхих, айх, уйлах, ээжээсээ зуурах зэрэг үйлдэл гаргадаг эсэх
- Ханиах үед нүүр улайсан, хүзүүний судсууд гүрийсэн, царай хөхөлбөр, нулимс гоожсон, нүд бүлтийсэн, хэл нь амнаасаа цухайсан эсэх
- Ханиах үед доошоо бие зассан эсэх
- Ханиалганы төгсгөлд бага хэмжээтэй зунгааралдсан өтгөн цайвар цэр гарсан эсэх
- Ханиалгасны дараа эхэр татах чимээ гардаг эсэх
- Хурц гэрлийг багасгах
- Цээжийг 40-60 хэм өндөрлөж өгөх
- Өрөөг чийглэг, дулаан, чимээгүй байлгах
- Байрлалаа зөв сонгох
- Эмчийн заалтаар эмчилгээ хийх

**Мэдлэг олгох төлөвлөгөө:**

- Хүйтэн агаар амьсгалуулахгүй байх
- Хурц гэрэл, дуу чимээ, айх, уйлах, хэл дарагч зэрэг зүйлээс болж ханиалга сэдэрдэг талаар мэдлэг олгох
- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах
- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх



12.8	<p>#Дахилтын үед 10-12 удаа амьсгал авахгүйгээр угсруулан ханиалгасны дараа эхэр татах чимээ гарах ба энэ нь нарийссан дууны хөвчөөр агаар орохдоо гаргаж буй чимээ юм.</p>	<p><b>Сувилгааны зорилго:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ханиалгалтыг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглах төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ханиалгалтыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэх төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Амин үзүүлэлт үзэх</li> <li>- Ханиалгалтанд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Ханиалгалтын тоо, дахилт давтамж ямар байгааг асуух, ажиглах, харах</li> <li>- Хуцуулан угсруулан ханиалгах үед амьсгалыг хянах</li> <li>- Ханиалгалт шөнө ихсэж байгаа эсэхийг асуух</li> <li>- Ханиах үед доошоо бие зассан эсэх</li> <li>- Цээжийг 40-60 хэм өндөрлөж өгөх</li> <li>- Байрлалаа зөв сонгох</li> <li>- Эмчийн заалтаар эмчилгээ хийх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хүйтэн агаар амьсгалуулахгүй байх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> </ul>
------	---	--



12.9

#Огиулж бөөлжинө

**Сувилгааны зорилго**

- Бөөлжих шинж тэмдгийг арилгах
- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх

**Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө:**

- Бөөлжилтийн тоо, өнгө, үнэр, хэмжээ, гарч буй зүйл, хооллолтыг ажиглах
- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах

**Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө:**

- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох
- Удаанаар тайван амьсгалуулах орчинг бүрдүүлэх
- Амьсгалын замд таагүй мэдрэмж төрүүлдэг үнэрийг арилгах
- Амин үзүүлэлт үзэж хянах
- Эмчийн заалтаар бөөлжилтийн эсрэг эмчилгээ хийх
- Тайван байлгах
- Шингэний балансыг хянаж сувилгааны түүх хөтлөх
- Хиймэл шүдийг авах
- Цээж өндөр байлгаж, хажуугаар хэвтүүлэх
- Бөөлжилтийн үед хахахаас сэргийлж, дэрийг өндөрлөн толгойг хажуу тийш харуулна
- Өрөөг агааржуулна
- Хувийн ариун цэвэр сахих
- Бохирдсон үед цагаан хэрэглэл солих
- Хэсэгчилсэн угаалга хийх
- Амны хөндийн ариун цэвэр сахихцэвэр усаар зайлуулах
- Бөөлжисний дараа хүүхдэд заавал нэмэлт хоол өгөх
- Эмч, сувилагч хамгаалах хувцас хэрэглэлээ бүрэн өмсөнө
- Бохирдсон гадаргууг стандартын дагуу халдваргүйжүүлнэ

**Мэдлэг олгох төлөвлөгөө**

- Бөөлжих үед хахаж залгихаас сэргийлэх талаар зөвөлгөө өгөх
- Хүйтэн усаар амыг зайлуулахыг зөвлөх
- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах
- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх



12.10	#Амьсгаадсан	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Амьсгалын хэмийг хэвийн хэмжээнд болгох</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Амьсгаадалтыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Амьсгаадалтын байдалд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Хэвтрийн дэглэм сахиулна</li> <li>- Эмчид мэдээлэх</li> <li>- Сувилгааны түүх болон эрчимт эмчилгээний хуудсанд тэмдэглэх</li> <li>- Тогтмол өрөөг агааржуулах</li> <li>- Амин үзүүлэлтийг 2 цаг тутам хянаж ажиглах</li> <li>- Амьсгал тоолох</li> <li>- Дэр өндөрлөж өгөх</li> <li>- Эмчийн заалтаар эмчилгээг хийж хүчилтөрөгч өгөх</li> <li>- Хүчилтөрөгчийн хянах</li> <li>- Ариун цэврийн өрөө орох болон ойр зуурын хөдөлгөөнд хяналт тавих</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хүйтэн агаар амьсгалахгүй байхыг зөвлөх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
12.11	#Амин үзүүлэлтийг хянах мониторинг хяналт	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сатураци 90 доош тохиолдолд хүчилтөрөгчийг эхлээд хамрын гуурсаар өгнө</li> <li>- Хамрын гуурсаар, дээд тал нь 10 мл- ээр өгөөд сатураци нэмэгдэхгүй бол маскаар өгнө</li> </ul>



12.12	# Хамар битүүрсэн	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хамрын битүүг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хамар битүүрсэн байдлыг үнэлэх</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Хэзээ хамар битүүрч байгааг асуух</li> <li>- Хамар цэвэрлэх</li> <li>- Хамар тослох</li> <li>- Хамрын дусаалга хэрэглэх</li> <li>- Дархлаа сайжруулах хүнсний бүтээгдэхүүн хэрэглэх</li> <li>- Эмчийн заалтаар эм уух</li> <li>- Сармистай хоол түлхүү хэрэглэх</li> <li>- Цэгэн иллэг хийх</li> <li>- Гавар түрхэх</li> <li>- Утлага хийх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цэвэр агаарт алхахыг зөвлөх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
12.13	# Шингэн нус гарсан	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шингэн нус гаралтыг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шингэн нус гаралтыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Шингэн нус гаралтанд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Урсаж гарч байгаа эсэх, үе үе гарч байгаа эсэх</li> <li>- Нусны алчуур хэрэглэх</li> <li>- Ялгарсан нус бүрийг цэвэрлэж байх</li> <li>- Хамрыг нус гарсан тухай бүрд нь тосолж байх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Их нус гарснаас хамар улайхаас сэргийлэх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>



12.14	# Цэр гарсан	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цэр ялгаруулалтыг нэмэгдүүлэхгүй байх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цэр ялгаралтыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Цэр ялгаралтанд үнэлгээ өгөх</li> <li>- Хэзээ илүү их цэр гарч байгаа эсэх</li> <li>- Цэрийг тусгай тагтай саванд авах</li> <li>- Цэрний шил халдваргүйжүүлэх уусмалтай байх</li> <li>- Цэр гарсны дараа амаа зайлах</li> <li>- Гарсанцэрнийхэмжээ, тогтоц, өнгөцус, идээзалхаг, үнэрбайгааг сайтаражиглах, харах</li> <li>- Эмчид мэдээлж эмчийн заалтаар эмчилгээг хийх</li> <li>- Сувилгааны түүхэнд тэмдэглэх</li> <li>- Амны хөндийн эрүүл ахуй сахих</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Өвчний талаар ойлголт өгөх</li> <li>- Ил газар цэр хаяхгүй байх талаар зөвлөгөө өгөх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
12.15	#Стресст орсон	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмчлүүлэгчийг айдасгүй байлгах сэтгэл зүйн зөвөлгөө өгөх тайвшруулах</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сэтгэл зүйн байдлыг ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Өвчний үйл явц, шалтгаан, хүндрэл, зовиур, шинж тэмдгийг хэлж ойлгуулах</li> <li>- Сэтгэл бухимдлын түвшинг тогтооно</li> <li>- Сэтгэцийн өөрчлөлтийг үнэлэх</li> <li>- Шаардлагатай тохиолдолд сэтгэл зүйч эмчээс зөвөлгөө авах</li> <li>- Эмчид мэдээлж эмчийн заалтаар эмчилгээ хийх</li> <li>- Уг өвчний талаар ар гэрийнхэнд мэдлэг олгож, эмчлүүлэгчид хийх асаргаа сувилгаа болон цаашид анхаарах зүйлсийг танилцуулж өгөх</li> <li>- Тайван дуу чимээгүй орчинд байлгаж сайн унтуулж амраах</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ар гэрийнхэнд харилцан ярилцаж эмчлүүлэгчийн сэтгэл санааг дэмжих талаар ярилцан зөвлөх</li> <li>- Эмч сувилагч нар биеийн байдлын талаар мэдээлэл солилцох</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>



12.16	#Бие сульдаж ядарсан	<p><b>Сувилгааны зорилго</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ядаргааг тайлах, сувилан тэнхрүүлэх</li> <li>- Халдварын эрсдлээс сэргийлэх</li> </ul> <p><b>Сувилгааны ажиглалтын төлөвлөгөө:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Биеийн байдал, нойр, хөдөлгөөн, хэл яриа, ядарч сульдсан байдлыг үнэлэн ажиглах</li> <li>- Халдварын эрсдэл байгаа эсэхийг хянах</li> </ul> <p><b>Сувилгааны хэрэгжүүлэлтийн төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Халдварын эрсдлийг таслан зогсоох</li> <li>- Хэвтрийн дэглэм сахиулах тайван амраана</li> <li>- Өөртөө үйлчлэх чадамжгүй үед туслаж өгнө. Үүнд: хооллох, бие засуулах, босох, өндийлгөх, угаалга хийх, ар гэрийнхэнтэй уулзуулахад туслах</li> <li>- Амрах цагийг тодорхой зааж зөвлөх</li> <li>- Тав тухтай орчин бүрдүүлж тайван унтаж амрахыг зөвлөх</li> <li>- Эмчийн заалтаар эмчилгээ хийх</li> <li>- Хөдөлгөөн идэвхтэй байдлыг аажим нэмэгдүүлэх дасгал зааж хийлгэх</li> <li>- Иллэг, массаж хийж өгөх</li> <li>- Сахиур буюу сувилагчтай хамт ариун цэврийн өрөө орох, түшиж зарим хөдөлгөөн хийлгэх</li> </ul> <p><b>Мэдлэг олгох төлөвлөгөө</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шингэн зүйлс чацаргана, аньс, аарц зэргийг тогтмол хэрэглэх</li> <li>- Халдварт өртөхөөс сэргийлж мэдээлэл сургалтыг явуулах</li> <li>- Хяналтыг тасралтгүй үргэлжлүүлэх</li> </ul>
13	Хэрэгжүүлэх арга хэмжээ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сувилагч үйлдлийг төлөвлөгөөний дагуу хийнэ.</li> <li>- Сувилагч үйлдлийг гүйцэтгэхдээ гарч болох хүндрэлээс урьдчилан сэргийлж ажиллана.</li> <li>- Хийсэн бүх үйлдлээ тухай бүр сувилгааны түүхэнд бичиж тэмдэглэнэ.</li> </ul>
14	Дүгнэлт	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Үйлчлүүлэгчид илэрч байгаа зовиур шаналгаа, эмгэг шинжүүд арилсан, багассан хэвээрээ эсэхийг үнэлж дүгнэнэ.</li> <li>- Үйлчлүүлэгчийн сэтгэл ханамжийн байдлаар үнэлнэ.</li> </ul>
15	Сувилагчийн хяналт	<p>Сувилагч эмчлүүлэгчийн биеийн байдал, зовиур, ухаан санаа, өвчний шинж тэмдэг нэмэгдэх, эсвэл багасаж байгаа эсэх, амин үзүүлэлтүүдийг хянах, уусан болон ялгарсан шингэнд хяналт тавих, шингэний баланс гаргах, бөөлжилт, суулгалт, хооллолт, хийгдсэн эмчилгээ зэргийг сувилгааны түүх эрчимт эмчилгээний хуудсанд тэмдэглэн эмчид тогтмол мэдээлж, багаар ажиллах, харилцааны ур чадварыг эзэмшсэн байна.</p>
16	Дахин үнэлгээ хийх	<p>Дээрх үйл ажиллагааны төгсгөлд үйлчлүүлэгчийн биеийн байдалд сувилахуйн үнэлгээг дахин хийж, сувилахуйн төлөвлөгөөний дагуу үйл ажиллагааг үргэлжлүүлэх эсвэл сувилахуйн төлөвлөгөөг шинэчлэн боловсруулах шаардлагатай болохыг тогтооно.</p>
17	Үйлчлүүлэгч түүний ар гэрийнхэнд өгөх	<p>Ажил хөдөлмөр эрхлэх нөхцөл, амралтын цагаа хэрхэн зохицуулах, агаар, усаар чийрэгжүүлэх хоол, хүнсээ зохицуулах талаар, мэдлэг</p>



	зөвлөгөө:	олгох, зөвлөгөө өгнө
18	Нэмэлтээр заавал унших материал	<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Журам батлах тухай-халдварын сэргийлэлт, хяналт” Эрүүл мэндийн сайдын 2014 оны 187 дугаар тушаал,</li> <li>- “Халдварт өвчний тохиолдлыг тандах журам батлах тухай” Эрүүл мэндийн сайдын 2018 оны 527 дугаар тушаал,</li> <li>- Томуу, томуу төст өвчний эмнэлзүйн удирдамж. (ЭМЯ, ЭХЭМҮТ, ШУГТЭ, АШУУИС, 2019)</li> </ul>