

## Гэдэсний халдварт өвчнөөс сэргийлцгээе!

Гэдэсний халдварт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх зорилгоор дараахи зөвлөмжийг өгч байна.

- Бага насны хүүхдийг олон нийтийн газраар аль болох дагуулж явахгүй байх.
- Гараа бохирдсон тухай бүрд сайтар савандаж угаах.



- Өрөө тасалгааг чийгшүүлэх, агааржуулах, өдөр бүр чийгтэй цэвэрлэгээ хийх
- Хүнсний бүтээгдэхүүнийг баталгаатай газраас, хугацаа хадгалалтыг шалгаж авах.
- Ундаа, жүүс, айраг зэрэг шингэн бүтээгдэхүүнийг ам дамжуулан уухыг цээрлэх.
- Гар дээрээс ил задгай хоол хүнснийг авч идэхгүй байх.
- Витaminaар баялаг аньс, нэрс, чацаргана, нохойн хошуу,

нимбэгийг хоол хүнсэндээ 7 хоногт 3-4 удаа хэрэглэх

- Жимс ногоог сайн угаасны дараа 2%-ийн содын уусмалаар ариутган хэрэглэх.



- Түүхий ус уухгүй баталгаатай ус хэрэглэх.
- Ундны ус болон хүнс хадгалах, зөөвөрлөх савыг сайтар угааж байх.
- Хүнсний бүтээгдэхүүний сав баглаа, боодол дээр үйлдвэрлэсэн он, сар, өдөр, нээхээс өмнө ба нээсний дараах хадгалах, дуусах хугацааг анхаарч шалгаж авах.
- Хүүхдийн хамар хоолойн цочмог болон архаг үрэвслийг эмчлүүлэх
- Хүүхдийн тоглоомыг угааж ариутгах
- Хүүхдийн хувцас, хэрэглэлийг

шинээр худалдан авсан даруйд угааж индүүдэж өмсгөх.

- Сургууль цэцэрлэгт явдаг хүүхэд өвдсөн бол тухайн сургууль, цэцэрлэгт нь явуулахгүй эмчид хандаж эмнэлэгт буюу гэрт нь тусгаарлан эмчлүүлэх
- Шавьж, мэрэгч болон бусад амьтнаас хоол хүнсийг хамгаалах.
- Гадаад орчноо өтгөн, шингэн ялгадас, хогоор бохирдуулахгүй байх, бие засах газар бохирын цооногт ариутгал хийж хэвших.