

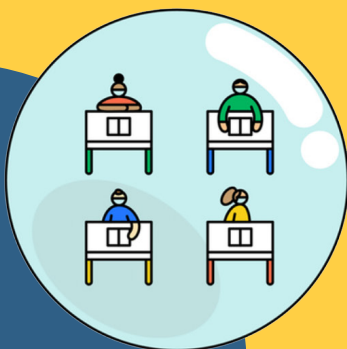


БОЛОВСРОЛ,  
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ  
ЯАМ



# КОВИД-19 ХАЛДВАРААС УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХ, ХАРИУ АРГА ХЭМЖЭЭ АВАХ, ХИЧЭЭЛ СУРГАЛТЫН БЭЛЭН БАЙДЛЫГ ХАНГАХ НЬ

Цэцэрлэг, Ерөнхий боловсролын сургуулийн удирдлага, багш нар болон  
эцэг эх, асран хамгаалагчдад зориулсан ЗӨВЛӨМЖ



Цэцэрлэг, сургууль КОВИД-19 халдвараас урьдчилан сэргийлэх, хариу арга хэмжээ авах, сургалтын үйл ажиллагааг танхимаар зохион байгуулах бэлэн байдлыг хангахад дэмжлэг үзүүлэх гарын авлага

# АГУУЛГА

|  |              |
|--|--------------|
| <b>1. ЕРӨНХИЙ МЭДЭЭЛЭЛ</b>   | <b>4</b>     |
| 1.1. КОВИД-19-Н ТАЛААРХ МЭДЭЭЛЭЛ   | 5            |
| <b>2. ХИЧЭЭЛ СУРГАЛТЫН ҮЙЛ АЖИЛЛАГААГ ТАНХИМААР ЭХЛҮҮЛЭХ БЭЛЭН БАЙДЛЫГ ХАНГАХ НЬ</b>   | <b>6</b>     |
| <b>3. ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ЗҮГЭЭС ХИЧЭЭЛ СУРГАЛТЫН ҮЕД АВЧ ХЭРЭГЖҮҮЛЭХ АРГА ХЭМЖЭЭ</b>   | <b>7-18</b>  |
| 3.1. Цэцэрлэг, сургуулийн орчинд мөрдөх үндсэн зарчмууд  | 8            |
| 3.2. Цэцэрлэг, сургуулийн удирдлага, багш нарын зүгээс авч хэрэгжүүлэх ажлууд  | 12           |
| Үдийн цайны үйлчилгээг зохион байгуулахад анхаарах зүйлс   | 18           |
| Дотуур байртай сургуулиуд Ковид-19 халдвараас сэргийлэх арга хэмжээ  | 19           |
| 3.3 Цэцэрлэг, сургуулийн захиргаанаас хэрэгжүүлэх арга хэмжээний жишиг жагсаалт  | 20           |
| Хяналтын хуудсыг ашиглах зөвлөмж   | 22           |
| 3.4 Цэцэрлэг, сургуулийн орчны цэвэрлэгээ  | 23           |
| Цэвэрлэгээ   | 23           |
| Халдваргүйтгэл   | 24           |
| Ковид-19 халдварын үед цэцэрлэг сургуулийн ариун цэврийн байгууламжид анхаарах зүйлс   | 28           |
| <b>4. ЭЦЭГ ЭХ, АСРАН ХАМГААЛАГЧ НАРТ ЗОРИУЛСАН ЗӨВЛӨМЖ</b>   | <b>31-29</b> |
| Хүүхдийнхээ эрүүл мэндийг хамгаалах нь   | 32           |
| Хүүхдийнхээ сэтгэл санааг дэмжих нь  | 32           |
| Эцэг эхчүүд, асран хамгаалагчдад өгөх зөвлөгөө   | 34           |
| <b>5. ХАВСРАЛТ</b>   | <b>35-40</b> |
| Хичээл эхлүүлэх бэлэн байдлыг хангасныг үнэлэх хяналтын хуудас   | 35           |
| Хичээл сургалтын үед халдварт өвчнөөс сэргийлэх, бэлэн байдлыг хангах, хариу арга хэмжээг авч буй ажлыг үнэлэх хяналтын хуудас | 36           |
| Монгол Улсад 2021 онд хэрэглэх ариутгал халдваргүйтгэлийн бодисын жагсаалт   | 37           |
| Амны хаалт хийх заавар   | 39           |

Дэлхий нийтийг хамарсан Коронавируст халдварын (КОВИД-19) цар тахлыг хохирол багатай даван туулах, урьдчилан төлөвлөж бэлэн байдлыг хангах, хариу арга хэмжээ авах, нөхөн сэргээх цогц үйл ажиллагааны чадавхыг бүрдүүлэх зорилгоор Боловсрол шинжлэх ухааны сайдын 2020 оны 3 дугаар сарын 20-ны өдрийн А/140 дүгээр тушаалаар “Цэцэрлэг, ерөнхий боловсролын сургуулийн орчинд халдварт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх, бэлэн байдлыг хангах арга хэмжээний төлөвлөгөө, удирдамж”-ийг баталсан.

Энэхүү төлөвлөгөө, удирдамжийг цэцэрлэг, сургууль бүр даган мөрдөж, хариу арга хэмжээ, бэлэн байдлын төлөвлөгөөгөө боловсруулан мөрдөж ажиллах ёстой.

КОВИД-19 халдварын улмаас Монгол орон даяар цэцэрлэг, сургуулийн үйл ажиллагааг түр зогсоох арга хэмжээг авсан. 2021 оны 3 сарын 1-ээс орон нутгийн цэцэрлэг, сургуулийн үйл ажиллагааг танхимаар дахин эхлэх болсонтой холбоотойгоор цар тахлын үед хичээл сургалтын үйл ажиллагааг төлөвлөх, зохион байгуулахад мөрдөх “Цэцэрлэг, ерөнхий боловсролын сургуулийн хичээл сургалтын үйл ажиллагааг танхимаар зохион байгуулах түр журам”-ыг БШУ-ны сайдын А/58 дугаар тушаалаар баталсан.

Энэ түр журам нь цэцэрлэг, сургууль онцгой нөхцөл байдалд хичээллэх үеийн сургалтын зохицуулалт, хүний нөөц, анги танхимын бэлэн байдлыг хангах,

цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх, эрүүл ахуй, халдвар хамгааллын дэглэм баримтлах зэрэг асуудлыг хамарч байна.

Цэцэрлэг, сургуулийн удирдлага, багш нарт зориулан КОВИД-19 халдвараас урьдчилан сэргийлэх, хариу арга хэмжээ авах, хичээл эхлүүлэх бэлэн байдлыг хангахад нь дэмжлэг үзүүлэх зорилгоор энэхүү гарын авлагыг боловсрууллаа.

Гарын авлагад: КОВИД-19 халдварын үед цэцэрлэг, сургуулийн үйл ажиллагааг танхимаар дахин нээхдээ авч хэрэгжүүлэх үйл ажиллагаа, сургалтын орчныг эрсдэлгүй болгож аюулгүй байдлыг хангах бэлтгэл ажил, хичээллэх явцад баримтлах дүрэм журам, халдвар тархахаас хэрхэн сэргийлэх талаар цэцэрлэг сургуулийн зүгээс авах арга хэмжээг тодорхой оруулсан. Мөн эцэг эх, асран хамгаалагчдын анхаарах зүйлсийг тусгасан.

Хавсралт хэсэгт цэцэрлэг, сургуулиуд халдварт өвчнөөс сэргийлэх чиглэлээр авч хэрэгжүүлж буй үйл ажиллагаагаа хянаж үзэх хяналтын хуудсуудыг оруулсан. Цэцэрлэг, сургуулиуд танхимын сургалтын бэлэн байдлыг хангаж байх үедээ, хичээл эхлүүлсний дараа энэхүү хяналтын хуудасны дагуу ажлаа дүгнэн үзэж, цаашид анхаарах зүйлсээ олж харан сайжруулах ёстой юм.

*“Хүүхдийн эрүүл мэнд, сайн сайхны төлөө хамтдаа хичээцгээе!”*

# 1.1. КОВИД-19-Н ТАЛААРХ МЭДЭЭЛЭЛ

## КОВИД-19 гэж юу вэ?

Амьтнаас хүнд халдварласан 7 дахь төрлийн шинэ коронавирусууд үүсгэгдсэн амьсгалын замын халдварт өвчин юм.

**КОВИД – 19** өвчний нэрийг тайлбарлавал:

**КО** – коронавирус

**ВИ** – вирус

**Д** – өвчин

**19**- вирус анх бүртгэгдсэн он буюу 2019 он гэсэн утгуудыг илэрхийлдэг.

## Ямар шинж тэмдэг илэрдэг вэ?

Гол шинж тэмдгүүд нь халуурах, хуурай ханиалгах, толгой өвдөх, амьсгал давчдах, хоолой өвдөх, дотор муухайрах (ядрах; хүнд эсвэл ядарсан мэдрэмж) юм. Энэ нь нийтлэг ханиад томуутай төстэй боловч шинж тэмдгүүд удаан үргэлжлэх хандлагатай байдаг. Зарим халдвар авсан хүмүүст огт шинж тэмдэг илрэхгүй, бие нь тавгүйрхэхгүй байх тохиолдол байна.



## Ямар замаар тархдаг вэ?

Энэ нь хүнээс-хүнд халдварлан тархаж байна. Энэхүү вирус нь агаар дуслын замаар болон бие махбодын шууд хавьтал буюу ойр харьцанаас ихэвчлэн тархаж байна.

Ханиалгах, найтаах, хамрын нус гоожих гэх мэт биеийн шингэнтэй шууд холбогдоход, халдвар авсан байж болзошгүй өвчтэй хүн ханиалгах, найтаах, нус гоожих зэргээр гарсан биеийн шингэнтэй шууд хүрэлцсэн тохиолдолд мөн тархаж байна. Дэлхий даяар бүртгэгдсэн тохиолдол нь ихэвчлэн гэр бүлийн гишүүд, хамтран ажиллагсад эсвэл шинж тэмдэг илэрсэн бусад хүмүүстэй ойрхон харьцах замаар халдвар авсан байна.

## Эрсдэлт бүлэг нь юу вэ?

Ялангуяа өндөр настай хүмүүс болон цусны даралт өндөр, зүрх судасны өвчин, чихрийн шижин гэх мэт хууч өвчтэй хүмүүс илүү хүндээр өвдөх магадлалтай байна. Бүх насны хүмүүс өвчилж байгаа бөгөөд хүүхдүүдийн дунд ч тохиолдол бүртгэгдсээр байна.

## Хэрхэн урьдчилан сэргийлэх вэ?

Өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх болон өвчний тархалтаас урьдчилан сэргийлэхийн тулд хэд хэдэн арга хэмжээг хамтатган авах нь чухал.

- Олон нийтийн газраар явахгүй байх;
- Амны хаалт(амны хаалт) зүүх;
- Гарыг бохирдсон тохиолдол бүрд зөв дарааллын дагуу (20 секунд) угааж хэвших;
- Ханиалгах эсвэл найтаах үед хамар, амаа алчуур салфетка бусад зүйлээр таглах, гарын шуу, тохойгоор халхалж ханиалгаж хэвших;
- Анги танхим болон хүн хүрэлцдэг гадаргууг тогтмол цэвэрлэх.

## Хаанаас мэдээлэл авах вэ?

КОВИД-19 өвчний талаар сүүлийн үеийн мэдээллийг зөвхөн баталгаат эх сурвалжаас тухай бүр авч зөвлөмжийг дагаж мөрдөнө.

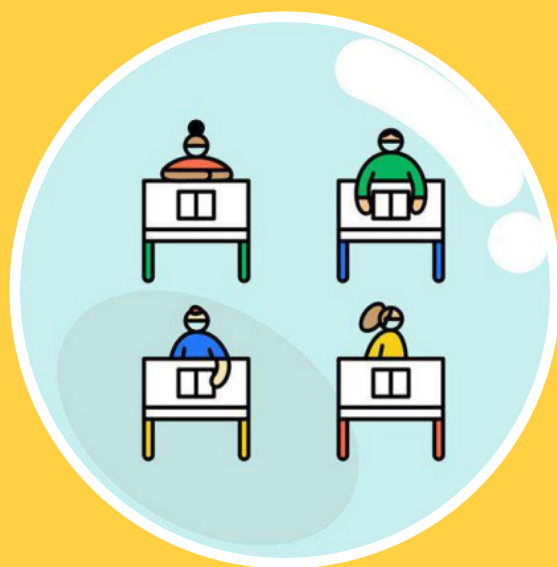
1. Эрүүл мэндийн яам (ЭМЯ):  
<https://covid19.mohs.mn/>
2. Нийгмийн эрүүл мэндийн үндэсний төв (НЭМҮТ):  
<https://www.facebook.com/NCPHMongolia>
3. Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын Хүүхдийн Сан  
<https://www.unicef.org/mongolia>
4. Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллага:  
<https://www.who.int/mongolia>

# 2

## ХИЧЭЭЛ СУРГАЛТЫН ҮЙЛ АЖИЛЛАГААГ ТАНХИМААР ЭХЛҮҮЛЭХ БЭЛЭН БАЙДЛЫГ ХАНГАХ НЬ

КОВИД-19 халдварын үед хичээл сургалтын үйл ажиллагааг танхимаар дахин эхлүүлэх шийдвэр гарсны дагуу цэцэрлэг, сургууль бэлтгэлээ маш сайн хангах шаардлагатай. Цэцэрлэг, сургуулийн захиргаанаас хичээл сургалтын үйл ажиллагааг дахин эхлэхээс өмнө дараах бэлтгэлүүдийг хийнэ. Үүнд:

- Гар угаагуурын нөхцөлөө (байнгын ус, савангаар хангагдсан эсэх) шалгаж, сайжруулах (шаардлагатай гэж үзвэл нэмэлтээр гар угаагуур суурилуулах)
- Ариун цэврийн байгууламжийн хэвийн ажиллагааг шалгах, засах, цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх.
- Сургуулийн бүх байршилд хүн хооронд 1.5 м зай барихаар зохицуулалт хийх.
- Халдварын шинж тэмдэг илэрсэн үед анхны тусламж үзүүлэх тусгаарлах өрөө бэлтгэх.
- Биеийн халуун үзэх термометр, хамгаалалтын амны хаалт, гар ариутгагч бэлтгэх.
- Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийн бодис бүтээгдэхүүн бэлтгэх, нөөцтэй болох.
- Цэвэрлэгээний хувцас, хэрэгсэл бэлтгэх (бээлий, амны хаалт, малгай, хормогч, гутал... гэх мэт)
- Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх талаар нийт ажилчиддаа сургалт хийж, зааварчилгаа өгөх.
- Нийт хүүхэд, сурагчдад зориулан КОВИД-19 халдвараас сэргийлэх талаарх мэдээлэл, зурагт хуудсуудыг анги танхим, коридор, гар угаагуур, мэдээллийн самбарт байршуулах
- Эцэг эх, асран хамгаалагчид цэцэрлэг, сургуульд хүүхдээ хүргэх, буцаан авахад мөрдөх журмыг боловсруулах



# БҮЛЭГ 3

ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН  
ЗҮГЭЭС ХИЧЭЭЛ СУРГАЛТЫН  
ҮЕД АВЧ ХЭРЭГЖҮҮЛЭХ АРГА  
ХЭМЖЭЭ

# 3.1

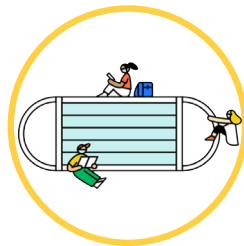
## ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ОРЧИНД МӨРДӨХ ҮНДСЭН ЗАРЧМУУД

### ҮНДСЭН ЗАРЧМУУД

Цэцэрлэг, сургуулийн орчин нь олон хүүхэд нэг дор цуглардаг тул эрсдэл өндөртэй бүс юм. КОВИД-19 халдвар тархахаас сэргийлэх гол зарчмуудыг мөрдлөг болгосноор цэцэрлэг, сургуулийн орчинд халдвар тархах хүрээг хамгийн бага түвшинд хязгаарлах боломжтой юм.

Дараах зарчмуудыг баримтална:

- Амны хаалт зүүх
- Хүн хооронд зай барих, бөөгнөрөл үүсгэхгүй байх
- Гарын эрүүл ахуйг сахих
- Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийг тогтмол хийх
- Байнгын агаар сэлгэлт хийх
- Ус, ариун цэвэр, эрүүл ахуйн байгууламжийг бүрэн ажиллагаатай, тасалдахгүй байдлыг хангах



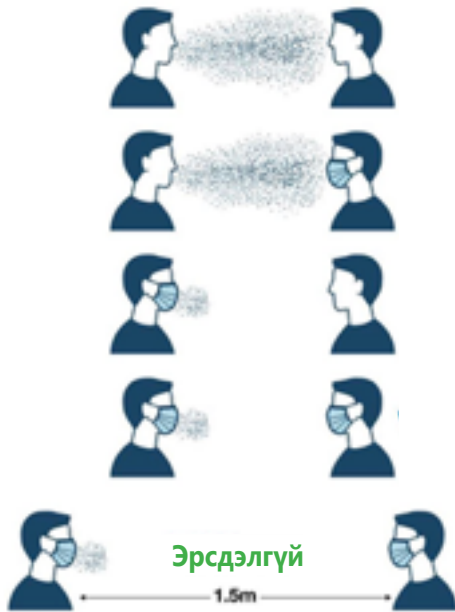
### АМНЫ ХААЛТ ЗҮҮХ

**КОВИД-19 халдварын нэг онцлох шинж нь халдвар авсан хүн түүнийгээ мэдэхгүйгээр бусдад халдвар тараах магадлалтай байдаг учир хүн бүр амны хаалтыг зүүж хэвших нь чухал.**

- Сургуулийн захиргаанаас нийт сурагчдад амны хаалт зүүснээр өөрийгөө болон бусдыг эрсдлээс хамгаалж чадна гэдгийг тогтмол сурталчилах
- Цэцэрлэгийн насны хүүхэд буюу тав ба түүнээс доош насны хүүхдүүд анги танхимд амны хаалт зүүхгүй
- 6-11 настай хүүхдүүд даавуун амны хаалт, 12 ба түүнээс дээш насны хүүхдүүд насанд хүрэгчдийн хэрэглэдэг амны хаалт зүүх
- Амны хаалтыг 2 цаг тутамд солих, гэрээсээ солих амны хаалтаа бэлтгэж ирэх тухай санамж, зөвлөмжийг өгч байх
- Амны хаалт зүүхийн ач холбогдлыг таниулах



## Амны хаалт халдвараас хэрхэн хамгаалдаг вэ?



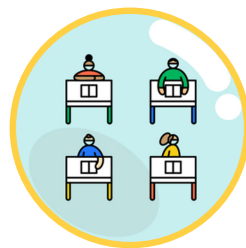
Хоёулаа амны хаалт зүүгээгүй бол халдвар тархах **өндөр** эрсдэлтэй.

Халдвар авсан хүн амны хаалт зүүгээгүй бол халдвар тархах **дунд зэргийн** эрсдэлтэй.

Эрүүл хүн нь амны хаалт зүүгээгүй бол халдвар тархах **бага** эрсдэлтэй.

Хоёулаа амны хаалт зүүсэн бол халдвар тархах **маш бага** эрсдэлтэй.

Хоёулаа амны хаалт зүүгээд, 1,5м зай барьсан бол халдвар тархах **эрсдэлгүй** гэж үзнэ.



## ЗАЙ БАРИХ

**Хүн хооронд зай барихыг дараах байдлаар зохицуулалт хийнэ.**

- Ангиудын тарах, цуглах, завсарлах цагуудыг ялгаатай байлгах
- Олон хүн цуглуулдаг урлаг, спортын болон бусад арга хэмжээг хийхгүй байх
- Ширээ хоорондын зайг 1-1,5 метр байхаар засах
- Анги танхим сэлгэж орохгүй байх
- Анги танхим, коридор, үүдний хэсэг болон цэцэрлэг, сургуулийн гаднах орчинд зай барих тэмдэглэгээ байршуулах, шаардлагатай зохицуулалтыг хийх
- Ариун цэврийн өрөө, гар угаагуурт дараалал үүсгэхгүй байхаар зохицуулалт хийж, анги бүр ариун цэврийн өрөөг ашиглах хуваарь гаргаж мөрдөх



## ГАРЫН АРИУН ЦЭВЭР

**Цэцэрлэг, сургуулийн орчинд гарын ариун цэврийг сахих, гар угаах нөхцлийг бүрдүүлэх чиглэлээр дараах үйл ажиллагааг хэрэгжүүлнэ:**

- Гар угаагуурын хэвийн үйл ажиллагааг хангах, хүртээмжийг нэмэгдүүлэх
- Гарын савангийн хангамжийг таслахгүй байх
- Гараа хэзээ, хэрхэн угаахыг зааж, сануулсан зурагт хуудсууд, мэдээллийг байршуулах
- Гарыг 20 секундын турш савандаж угаахын ач холбогдлыг таниулах
- Анги танхим, коридор бүрт гар ариутгагчийг байршуулах



## ЦЭВЭРЛЭГЭЭ, ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ

Цэцэрлэг, сургуулийн захиргаанаас цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийн бодис бүтээгдэхүүний нөөцийг бэлтгэн үйлчилгээний ажилтныг шаардлагатай хувцас, хэрэгсэл (бээлий, амны хаалт, малгай гэх мэт)-ээр хангана. Мөн цэцэрлэг, сургуулийн эмч нар үйлчилгээний нийт ажилчиддаа халдварт өвчний үед цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хэрхэн хийх талаар сургалт хийж, зөвлөмж зааварчилгаа өгөх шаардлагатай.

Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийг:

- Өглөө сурагчдыг ирэхээс өмнө
- Сурагчид анги танхимд байхгүй, завсарлагаа хооронд
- Хичээлийн ээлж хооронд хийнэ.

Анги танхим дотор хүний гар хамгийн их хүрдэг ширээ, сандал, компьютерын гар, хулгана, сургалтын хэрэглэгдэхүүн гэх мэт хатуу гадаргууг 2 цаг тутамд цэвэрлэн халдваргүйтгэнэ.

Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл, халдваргүйжүүлэлтийн талаарх дэлгэрэнгүй мэдээлэл, зөвлөгөөг "ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ОРЧНЫ ЦЭВЭРЛЭГЭЭ, ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ" хэсгээс (хуудас 19-24) дэлгэрүүлж судална уу.

## Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх давтамж

| Хаана                             | Хэзээ  | Хэн хийх вэ?                       |
|-----------------------------------|--|------------------------------------|
| Хичээлийн анги танхим             | Завсарлагаа хооронд  | Үйлчилгээний ажилтан, ээлжийн багш |
| Өрөөний хаалга, шатны бариул      | 2 цаг тутамд   | Үйлчилгээний ажилтан               |
| Коридор                           | Өдөрт 3 удаагийн давтамжтай  | Үйлчилгээний ажилтан               |
| Цэцэрлэг, сургуулийн үүдний хэсэг | Сургуульд- хичээлийн ээлж бүрийн өмнө  | Үйлчилгээний ажилтан               |
| Цэцэрлэг сургуулийн гадна талбай  | Өглөө оройд цэвэрлэгээ хийнэ, халдваргүйтгэлийг 7 хоногт 1 удаа                        | Үйлчилгээний ажилтан               |
| Гадна хуулганы бариул             | Цэцэрлэгт – хүүхэд авахын өмнө болон авсны дараа<br>Сургуульд – хичээлийн ээлж хооронд | Үйлчилгээний ажилтан               |

### Хог хаягдал

- Цэцэрлэг, сургуулийн хогийн савнууд бүгд таглаатай байна
- Амны хаалт хаях тусдаа хогийн савтай байна
- Хогийг зайлуулахдаа үргэлж амны хаалт, бээлий, нүдний шил зүүнэ
- Хогийг ил, задгай хаяхгүй байх



## БАЙНГЫН АГААР СЭЛГЭЛТ

**Агаар дуслын замаар халдвар тархах эрсдлийг бууруулахын тулд анги танхимын агааржуулалтыг сайжруулан, агаар сэлгэлт хийж байх шаардлагатай.**

Агааржуулалтыг сайжруулах аргууд:

- Анги танхимд байгалийн агааржуулалтыг ашиглаж, тогтмол агаар сэлгэлт хийх. (цонх онгойлгох, агааржуулалтын хоолойг цэвэрлэн урсгалыг чөлөөлөх, засаж сайжруулах арга хэмжээ авна)
- Хичээл сургалт явагдаж байх үед цонх, хаалгыг бүрэн хаахгүй байх нь чухал. Ингэснээр агааржуулалт бага түвшинд ч гэсэн явагдаж байдаг.
- Анги танхимд 2 цаг тутамд 10-15 минут агаар сэлгэлт хийх.
- Анги танхим хүнгүй үед эсвэл хичээл хооронд цонх хаалгыг аль болох сайн дэлгэж агааржуулалт хийх.
- Анги танхим агааржуулалт сайтай нөхцөлд таазны эсвэл ширээний сэнсийг ашиглаж болно, гэхдээ сэнсийг агааржуулалт муутай газарт ашиглахыг хориглоно.
- Өндөр үр ашигтай шүүлтүүрийн систем, хэт ягаан туяанд суурилсан төхөөрөмжүүдийг ашиглахад хамгийн тохиромжтой. Гэхдээ хүчин чадал нь ашиглагдаж байгаа талбайн хэмжээтэй тохирч байх ёстойг анхаараарай.

### 1. Өвчний шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд авах арга хэмжээний журамтай байх

- Цэцэрлэг сургуулийн удирдлага, эмч нь харьяа эрүүл мэндийн төвтэй хамтран урьдчилан төлөвлөлт хийж, яаралтай үед холбоо барих эмнэлэг, өрхийн эрүүл мэндийн төв, эмчийн утасны дугаар гэх мэт мэдээллийг тодорхой оруулна. Өвчний шинж тэмдэг илэрсэн сурагч, багш, ажилчныг тусгай өрөөнд тусгаарлаж, эцэг эх асран хамгаалагчид нь мэдээлж, эрүүл мэндийн байгууллагад шилжүүлэх эсвэл гэрт нь хүргэх, тусгаарлагдаж буй хүнтэй харьцахдаа баримтлах талаар журамтай байна.

### 2. Мэдээлэл хуваалцах

- Цэцэрлэг, сургууль дээр хийгдэж буй урьдчилан сэргийлэх болон хяналт тавих арга хэмжээний талаарх мэдээллийг эцэг эх, асран хамгаалагч, сурагчдад байнга хүргэдэг байх
- Гэрт нь хэн нэгэн халдварт өвчнөөр өвчилсөн гэж оношлогдсон тохиолдолд энэ талаар цэцэрлэг, сургууль болон эмнэлгийн байгууллагад мэдэгдэж, хүүхдээ цэцэрлэг, сургуульд явуулахгүй байхыг эцэг эх, асран хамгаалагчдад анхааруулах
- Мэдээлэл хуваалцах бүхий л боломжит арга хэлбэрүүдийг ашиглах, зарлалын самбар, төв гарц, ариун цэврийн өрөө, коридор болон бусад газарт зурагт хуудас, холбогдох материалыг байрлуулах

### 3. Шаардлагатай тохиолдолд цэцэрлэг, сургуулийн дүрэм, хөдөлмөрийн дотоод журамд өөрчлөлт оруулах

- Сурагч, багш, ажилтан өөрөө өвчилсөн буюу өвчтэй хүн асрахаар гэртээ байхыг дэмжиж чөлөө өгөх уян хатан бодлого баримтлах
- Ажил, хичээл огт таслаагүй үед олгодог шагнал, урамшууллын тогтолцоог энэ үед мөрдөхийг түр зогсоох
- Чухал ажил үүрэг болон албан тушаалыг тодорхойлж, шаардлагатай тохиолдолд

эдгээр үүргийг орон гүйцэтгэх хүмүүсийг сургах

- Хичээлийн жилийн төлөвлөгөөнд орж болзошгүй өөрчлөлтийг цэцэрлэг, сургуулийн дүрэмд тусгаж, ялангуяа сургуулийн хичээллэх хуваарь, амралт, шалгалттай холбоотой өөрчлөлтийг холбогдох удирдамж, зааврыг үндэслэн дахин төлөвлөх

### 4. Ирцийг хянах

- Анги, бүлгийн багш нийт хүүхдийн эцэг эх, асран хамгаалагчидтай цэцэрлэг, сургуулийн үйл ажиллагаа эхлэхээс өмнө холбоо тогтоож, танхимын сургалтад хамрагдах эсэхийг нягталж, хамрагдах хэлбэрийг боловсролын салбарын мэдээллийн системд бүртгэнэ.
- Сурагч, багш, ажилтны ирцийг бүртгэж, түүнд хяналт шинжилгээ хийх, ердийн үеийн ирцтэй харьцуулалт хийж хэвших, амьсгалын замын өвчнөөс үүдэн хүүхэд, багш, ажилтны ирцэд өөрчлөлт гарсан тохиолдолд удирдах шатны болон орон нутгийн эрүүл мэндийн байгууллагад мэдэгдэнэ.

### 5. Сурагчдыг өвчний улмаас хичээлээс завсардуулахгүй байх бүхий л арга хэмжээг авах

- Цахим, онлайн сургалт, теле хичээл зэрэг зайн сургалтын хэлбэрийг ашиглах
- Гэртээ унших, судалж суралцах дасгал, даалгаврыг онлайнаар болон гар утсаар өгөх
- Сургалтын агуулга бүхий нэвтрүүлгийг үндэсний болон орон нутгийн радио, подкаст, телевизээр дамжуулах
- Үндэсний цөөнх болон хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхдэд зориулсан агуулга бүхий хичээл, сургалтын хуваарийг боломжтой сувгаар, олон давтамжтайгаар хүргэх
- Суралцагчидтай өдөр бүр эсвэл долоо хоног бүр холбогдох багшийг томилох, ажлын хуваарь гаргаж мөрдөх
- Бага насны хүүхэд, суралцагчаас гадна эцэг эх, асран хамгаалагч, насанд хүрэгчдэд

зайн сургалт, теле хичээлийг заавал үзэж, хүүхэдтэйгээ хамтран хичээллэх шаардлагатайг ойлгуулах, хэрхэн хамтран ажиллах талаар зөвлөх

### **6. Сэтгэцийн эрүүл мэнд ба сэтгэлзүйн дэмжлэг үзүүлэх**

- Хөл хорионд байгаа сурагчдад тэдний асуусан зүйл болон сэтгэл санааг нь зовоож буй асуудлын талаар ярилцаж байхыг эцэг эх, асран хамгаалагчдад анхааруулах
- Хүүхдийн хувьд асуудалд өөр, өөр байдлаар хандах нь хэвийн зүйл бөгөөд аливаа асуулт эсвэл санааг нь зовоож байгаа асуудал байвал багштайгаа утсаар болон онлайнээр ярилцахыг дэмжих
- Мэдээллийг хүүхдийн насны онцлогт тохирсон байдлаар илэн далангүй хүргэх
- Найз, нөхөд, үе, тэнгийнхэн хэрхэн дэмжих болон ялгаварлан гадуурхах, доромжлох, дээрэлхэлтээс хэрхэн урьдчилан сэргийлэх талаар сурагчдад ойлгуулах
- Сэтгэлийн зовуурь, шаналгаатай шинж тэмдэг илэрсэн бага насны хүүхэд, суралцагч, багш, ажилтныг таних, тэдэнд дэмжлэг үзүүлэх чиглэлээр сургуулийн эмч, нийгмийн ажилтан, удирдлага хамтран ажиллах
- Цэцэрлэг, сургуулийн үйл ажиллагаа зогссон үед гэртээ өвчтэй хүн асрах үүрэг хүлээх, аливаа хүчирхийлэл, мөлжлөгт өртөх зэрэг эрсдэл хүүхдэд, ялангуяа охидод гарч болзошгүйг анхаарах

### **7. Хөгжлийн бэрхшээлтэй сурагчдын онцлогийг харгалзан үзэх**

- Хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхдэд зориулсан эрүүл мэндийн үйлчилгээ, хоол хүнсний хөтөлбөр, эмчилгээ заслын үйлчилгээ зэрэг цэцэрлэг, сургууль дээр үзүүлдэг үйлчилгээг гэрт нь үргэлжлүүлэн хэрэгжүүлэхийн тулд нийгмийн халамж үйлчилгээний байгууллагатай хамтран ажиллах
- Хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхдийн онцлог хэрэгцээ болон нийгмийн эмзэг бүлгийн иргэд халдварт өвчин, түүний хоёрдогч нөлөөлөлд илүү их өртөмтгий байдаг гэдгийг анхаарах

### **8. Сурагчдын насны онцлогт тохирсон эрүүл ахуйн боловсрол олгох, зөв дадал хэвшил төлөвшүүлэх**

- Сургуулийн захиргаанаас суралцагчдад эрүүл мэндийн зөв дадал хэвшилд суралцахад нь дэмжлэг үзүүлэх ёстой.
- Халдварт өвчнөөс сэргийлэх болон тархаахгүй байхад ямар арга хэмжээнүүдийг авч болох талаарх мэдээллийг насны онцлогт тохируулан дараах байдлаар хүргэнэ.



## ЦЭЦЭРЛЭГИЙН НАСНЫХАНД

### Гараа савандаж угаах

Хүүхдүүдэд коронавирүс болон бусад өвчнөөс хамгаалах хамгийн сайн арга бол "гараа савандан 20 секундын турш угаах" гэдгийг ойлгуулна. Сургалтыг илүү хөгжилтэй, үр дүнтэй болгохын тулд видео үзүүлж, доорх дууг зааж өгөн, хамтдаа дуулаарай. Мөн хүүхдүүдийн гараа хэрхэн угааж байгааг хянаж, цаг тухайд нь урамшуулж байгаарай.

Ая Ч.Алтансүх

Үг З.Болдбаатар

### "Гараа угаана даа"

Өглөө босоод гараа угаана даа  
Өнгийн савангаар хөөсрүүлж үрнэ дээ  
Цэцэрлэгт очоод гараа угаана даа  
Цэвэрхэн гартай цайгаа ууна даа

Дахилт :

Халтар гар муухай шүү  
Хавийн хүүхдүүд шоолно доо  
Бохир гар заваан шүү  
Бушуу түргэн угаая даа  
Цэвэр хөөрхөн гартай сэргэлэн багачууд хөөрхөн дөө  
Үргэлж гараа угаадаг үеийн найзууд сайхан даа.

Багшийн зааснаар гараа угаана даа  
Бие засаад гараа угаана даа  
Тоглоом тоглоод гараа угаана даа  
Тойрч ширээндээ хоолоо иднэ дээ

Дахилт :

Халтар гар муухай шүү  
Хавийн хүүхдүүд шоолно доо  
Бохир гар заваан шүү  
Бушуу түргэн угаая даа  
Цэвэр хөөрхөн гартай сэргэлэн багачууд хөөрхөн дөө  
Үргэлж гараа угаадаг үеийн найзууд сайхан даа.

### Хоолойгоо зайлах хэвшилд сургах

Хүүхдэд хоолойгоо давс, содатай усаар зайлнаар өвчнөөс сэргийлэхэд тустай гэдгийг ойлгуулна. Хоолойгоо зайлсны дараа 10-15 минут болоод халуун бүлээн цай, хоолоо иднэ гэдгийг заагаарай. Энэхүү хэвшлийг дадал болгохын тулд цэцэрлэгт өглөө бүр давстай ус бэлтгэн, хүүхэд тус бүрийн аяганд хийж өгч, хоолойг зайлуулж сургана.

Багш нарын зүгээс эцэг эх асран хамгаалагчдад хоолой зайлах нь халдварт өвчин, томуугаас сэргийлэх хамгийн энгийн арга гэдгийг ойлгуулж, давсны болон соданы уусмал хэрхэн бэлтгэхийг доорх байдлаар зөвлөөрэй.

Давсны уусмалыг бэлтгэхдээ 250 мг бүлээн усанд 1/2 цайны халбага давс хийнэ. Амтыг нь гоё болгохын тулд бага зэрэг лимоны шүүс, зөгийн бал нэмж болно.

Соданы уусмалыг 100 мл бүлээн усанд 2 гр сода хийн бэлтгэнэ. Өглөө оройд буюу өдөрт 2 удаа хоолойгоо зайлах нь илүү үр дүнтэй.

## БАГА АНГИЙН СУРАГЧДАД:

- Хүүхдийн санаа зовсон зүйлийн талаар сонсох, тэдний асуултад насанд нь тохирсон байдлаар хариулах, тэднийг хэт их мэдээллээр дарахгүй байх
- Сэтгэл хөдлөлөө илэрхийлэхийг дэмжих, сэтгэл хөдлөл нь өөр, өөр байдалтай байж болох ба энэ нь хэвийн зүйл гэдгийг тайлбарлаж ярилцах
- Өөрсдийгөө болон бусдыг эрүүл байлгахын тулд олон зүйл хийж чадна гэдгийг онцлох
- Найзуудаасаа хол зогсох, олон хүнтэй газар очихгүй байх, шаардлагагүй тохиолдолд хүмүүсийн биед хүрэхгүй байх нь өвчин тусах эрсдлээс сэргийлнэ гэдгийг ойлгуулах
- Өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх болон хянах талаарх үндсэн ойлголтыг мэдэж авахад нь туслах; халдвар хэрхэн тархаж болохыг жишээгээр үзүүлэх. Тухайлбал, ус цацагч саванд өнгөтэй ус хийгээд, хуудас цагаан цаас руу шүрших, усны дуслууд хэр хол явж байгааг ажиглах
- Суралцагчдын гар дээр гялалздаг бодис бага хэмжээгээр түрхээд, гараа зөвхөн усаар угаахыг хүсэх
- Гялалздаг бодис хэр их үлдсэнийг асуугаад, дараа нь гараа саван, ус ашиглан 20 секунд угаахыг сануулах
- Суралцагчдаар эрүүл ахуйн зөв зан үйлтэй холбоотой богино сэдэв уншуулах, түүнд дүгнэлт хийж өндөр эрсдэлтэй зан үйлийг тодорхойлуулж, эдгээрийг засах эерэг зан үйлийн талаар ярилцах. Жишээлбэл: "Сурагч Б. ханиадтай ч сургууль дээрээ иржээ. Тэр ханиаж найтаахдаа амаа гараараа таглав. Дараа нь найзтайгаа гар барин мэндчилээд, гараа алчуураар арчсаны дараа ангидаа орж ирэв. Сурагч Б. Эрсдэлтэй ямар зүйл хийсэн бэ? Үүний оронд юу хийх хэрэгтэй байсан бэ? " гэх зэрэг асуулт тавих

### ДУНД АНГИЙН СУРАГЧДАД:

- Сурагчдыг гэр бүлийнхэндээ халдварт өвчнөөс сэргийлэх эрүүл зан үйлийг биечлэн сурталчилж чадна гэдгийг нь ойлгуулах
- Бусдыг эвгүй байдалд оруулахгүйгээр шаардлага тавих, санал бодлоо илэрхийлэх, асуудал дэвшүүлэх аргад суралцах үйлийг дэмжих
- Тэдэнд сэтгэл хөдлөл нь өөр, өөр байдалтай байж болох ба хөл хорио, эрсдэлтэй нөхцөл байдлын үед эдгээр нь хэвийн зүйл гэдэг талаар тайлбарлаж ярилцах, сэтгэл хөдлөлөө илэрхийлж байхыг дэмжих
- Суралцагчдын баг, бүлэг байгуулж, нийгмийн эрүүл мэндийн тухай мэдээлэлтэй байнга танилцах, сургуулийн зарлал, мэдээллийн самбар болон зурагт хуудсаар дамжуулан бусдад түгээх, зөв үлгэр дуурайл үзүүлэхийг дэмжих
- Халдвар авсан хэн нэгнийг ялгаварлан гадуурхахгүй байх, шоолж эвгүй байдалд оруулахгүй байх талаар мэдээлэл өгөх

### АХЛАХ АНГИЙН СУРАГЧДАД:

- Суралцагчид өөрсдийгөө болон бусдыг эрүүл байлгахын тулд их зүйл хийж чадна гэдгийг ойлгуулах, хамтдаа зарим үйл хийхийг дэмжих
- Олон хүнтэй газар очихгүй байх, шаардлагатай тохиолдолд хүмүүсийн биед хүрэхгүй байх, найзуудаасаа хол зогсох нь өвчин тусах эрсдэлээс сэргийлнэ гэдгийг бусдад ойлгуулах, хэрэгжүүлэхийг уриалах, шаардлага тавих
- Ханиаж найтаахдаа ам, хамраа гарын шууны дотор талаар таглах, гараа угаах зэрэг эрүүл ахуйн зөв зан үйл дээр онцлон анхаарал хандуулж хэрэгжүүлэх, бусдад ойлгуулах, хэрэгжүүлэхийг уриалах, шаардлага тавих
- Өөрийн оршин буй газар нутгийн цар тахлын нөхцөл байдлын талаар мэдэж, эрүүл мэндийн байгууллагаас өгч буй мэдээллийг дагаж мөрдөх
- Цар тахлын улмаас эрүүл мэндэд тулгарч болзошгүй эрсдэлийг ойлгож, стресс түгшүүргүйгээр эрүүл ахуйн дэглэм сахих дадлыг бий болгох
- Тэдэнд сэтгэл хөдлөл нь өөр, өөр байдалтай байж болох, хөл хорио, эрсдэлтэй нөхцөл байдлын үед тэдгээр нь хэвийн зүйл гэдгийг тайлбарлаж ярилцах, сэтгэл хөдлөлөө илэрхийлэх, тухайн үеийн нөхцөл байдлын талаар хэлэлцүүлэг өрнүүлэх, шийдэл, хувилбарыг ярилцах
- Бусдыг эвгүй байдалд оруулахгүйгээр шаардлага тавих, санаа бодлоо илэрхийлэх, асуудал дэвшүүлэх зан үйлийг хэвшил болгох



## 9. ТУСГААРЛАХ ӨРӨӨ БЭЛТГЭХ:

- Цэцэрлэг, сургууль бүр өвчний шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд авах арга хэмжээний журамтай байх бөгөөд КОВИД-19 халдварын ямар нэгэн шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд түр байрлуулж, анхны тусламж үзүүлэх зорилготой “түр тусгаарлах өрөө”-г бэлтгэнэ. Мөн түр тусгаарлах ажлыг зохион байгуулах ажилтныг томилж, ажиллах заавар өгнө.
- Улсын онцгой комиссын даргын 2021 оны 02 сарын 22-ны 18-р тушаалд заасны дагуу: Нэгдүгээр давхарт гарах хаалганд хамгийн ойр хэсэгт байгалийн агааржуулалттай “түр тусгаарлах өрөө”-г гаргана. Энэ өрөөнд

анхны тусламжийн иж бүрдэл, хамгаалах хувцас хэрэглэл, асуумж хуудас, халдваргүйтгэх уусмалтай шүршигч сав, гархалдваргүйжүүлэгч, цэвэр ус, нэг удаагийн аяга, цаасан алчуур, ариун цэврийн цаас, хогийн сав байрлуулна.



### АВАХ АРГА ХЭМЖЭЭ:

Коронавируст халдварын үед илрэх доорх шинж тэмдгээс 3 болон түүнээс дээш шинж тэмдэг илэрвэл сэжигтэй тохиолдол гэж үзнэ.



- Сэжигтэй тохиолдол, батлагдсан тохиолдлын ойрын хавьтал илэрвэл түр тусгаарлах өрөөнд тусгаарлаж эрүүл мэндийн байгууллагад яаралтай мэдэгдэнэ.
- Сэжигтэй тохиолдлыг түр тусгаарлах явцад хувь хүний нууцыг хадгалах, хүний нэр төр, алдар хүндийг гутаан доромжлохгүй, ялгаварлан гадуурхахгүй, сэтгэл зүйн дарамт хохирол учруулахгүй байх ёстой.
- Сэжигтэй тохиолдол өрөөнөөс гарахгүй, хоорондоо харилцахгүй тайван байж, зааварчилгааг дагах үүрэгтэй.
- Хэрэв сэжигтэй тохиолдол нь Ковид-19-ын халдвар авсан болох нь батлагдвал үйл ажиллагааг түр зогсоож халдварын эсрэг хариу арга хэмжээг авч хэрэгжүүлнэ.
- Мэргэжлийн байгууллагаар голомтын эцсийн халдваргүйжүүлэлт хийлгэнэ.

## ҮДИЙН ЦАЙНЫ ҮЙЛЧИЛГЭЭГ ЗОХИОН БАЙГУУЛАХАД АНХААРАХ ЗҮЙЛС

КОВИД-19 халдварын үед сургуульд үдийн цайны үйлчилгээг зохион байгуулахдаа хоол, ундыг бэлтгэхээс эхлэн хүүхэд хооллож дуусах хүртэл эрүүл ахуй, халдвар хамгааллын дэглэмийг сахих ёстой. Үдийн цайг ангид өгөхдөө доорх зөвлөмжийг мөрдлөг болгоорой.

- Үдийн цайг хүргэж ирсэн ажилтан ангид нэвтрэхгүй /A58 дугаар тушаалд заасны дагуу/ учир ангийн багш нь хормогч, бээлий, нүүрний болон амны хаалттай байж үдийн цайг тараана.
- Үдийн цайг ангиудад зөөхдөө хоол, ундыг битүүмжилсэн байна.
- Сурагчид цайлахаас өмнө амны хаалтаа авч нэг удаагийн амны хаалтыг зөв эвхэж хогийн саванд хаях ба даавуун амны хаалтыг бэлтгэж ирсэн уутандаа далд хийнэ.
- Сурагчид цайлахаас өмнө гэрээсээ авч ирсэн эсвэл ангид байршуулсан гар ариутгагчаар гараа ариутгана.
- Сурагчид цайлж дуусаад аяга, тавгаа өөрсдийн бэлтгэж ирсэн уут, савандаа хийнэ.
- Сурагчид өөрсдийн аяга, таваг, халбага, сэрээг гэрээсээ бэлтгэж ирэх ба авч ирээгүй тохиолдолд хэрэглэхэд зориулсан аяга, таваг, халбага, сэрээг бэлэн байлгах хэрэгтэй.
- Цайлж дууссаны дараа цэвэр амны хаалт зүүх ёстой тул хүүхдүүдийг солих амны хаалт бэлтгэж ирэхийг анхааруулна.
- Эцэг, эхчүүдэд хүүхдүүдээ хичээлд явуулахаас өмнө цай, хоолыг нь заавал идүүлсэн байхыг зөвлөх хэрэгтэй.
- Сурагчид гэрээсээ ус ундаа, хүнсний бүтээгдэхүүн бэлтгэж ирсэн тохиолдолд бусадтай хуваалцахгүй байхыг анхааруулна.



## ДОТУУР БАЙРТАЙ СУРГУУЛИУД КОВИД-19 ХАЛДВАРААС СЭРГИЙЛЭХ ЧИГЛЭЛЭЭР ДАРААХ АРГА ХЭМЖЭЭГ АВЧ ХЭРЭГЖҮҮЛНЭ.

- Хичээл сургалтын үйл ажиллагаа танхимаар эхлэхээс өмнө дотуур байрны гадаад, дотоод орчинд цэвэрлэгээ, ариутгал, халдваргүйжүүлэлт хийнэ.( Гарын авлагын “ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ОРЧНЫ ЦЭВЭРЛЭГЭЭ,ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ” хэсгийн зөвлөмжийг дагаж мөрдөнө.)
- Эцэг эхчүүдэд дотуур байранд амьдардаг хүүхдэдээ гар угаах саван, угаалга цэвэрлэгээний бүтээгдэхүүн, амны хаалт зэргийг хангалттай бэлтгэж өгөх ёстойг сануулж, бэлдүүлэх.
- КОВИД-19 халдвараас сэргийлэхийн тулд амны хаалт зүүх, гараа савандаж угаах, хүн хоорондын зай барих тухай санамж зөвлөмжийг коридор, уншлагын танхим, мэдээллийн самбар зэрэг хүүхдийн нүдэнд ил харагдахуйц газар байршуулж, тэдгээрийг дотуур байрын орчинд мөрдүүлнэ.
- Дотуур байрын нийтийн эзэмшлийн зам талбайд зай барих тэмдэг, тэмдэглэгээг заавал хийнэ.
- Гар угаагуурыг байнга устай, савантай байлгаж хүүхдүүд гараа хүссэн үедээ угаах боломжийг бүрдүүлнэ. Гар угаагуур хүртээмжгүй бол тоог нэмэгдүүлнэ. Гараа савандаж угаахыг сануулсан зурагт хуудсуудыг байршуулна.
- Дотуур байранд сурагчдыг амны хаалттай нэвтрүүлнэ. Мөн сурагчдын гарыг халдваргүйжүүлж, биеийн халууныг хэмжин тэмдэглэл хөтөлнө.
- Дотуур байранд амьдардаг хүүхдийн хоолойг сод эсхүл давсны уусмалаар өглөө, оройд зайлах боломжоор хангана.
- Дотуур байранд амьдарч байгаа хүүхдийн хоолны үйлчилгээг хооллох танхимд зохион байгуулах бөгөөд хүн хоорондын зайг баримтална. Цай хоолоор үйлчлэх ажилтан нэг удаагийн бээлий, амны болон нүүрний хаалт тогтмол хэрэглэнэ.
- Ундны цэвэр ус уух нөхцөлийг бүрдүүлэх бөгөөд хүүхдүүд өөрсдийн аяга, усны савтай байна.
- Сургуулийн захиргаанаас цэвэрлэгээний бүтээгдэхүүн, халдваргүйтгэлийн бодисын нөөцийг бэлтгэж өгөх бөгөөд дотуур байрын үйлчилгээний ажилтныг шаардлагатай хувцас, хэрэгсэл (бээлий, амны хаалт, малгай гэх мэт)-ээр хангана.
- Сургуулийн эмч дотуур байрын үйлчилгээний ажилчдад халдварт өвчний үед цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх талаар сургалт, зааварчилгаа өгнө.
- Үйлчилгээний ажилтан нь дотуур байрын нийтийн эзэмшлийн газарт (шал, хаалга, хаалга шатны бариул, гэрлийн унтраалга, ширээ сандал, цонхны тавцан зэрэг) цэвэрлэгээ, халдваргүйжүүлэлтийг заавар зөвлөмж, хуваарийн дагуу тогтмол хийх бөгөөд дотуур байрын багш хяналт тавина.

- Гар угаагуур болон ариун цэврийн өрөөг 2 цаг тутамд цэвэрлэж, зөвлөмжийн дагуу халдваргүйжүүлнэ.
- Өрөө, тасалгаанаас гарсан хог хаягдлын амыг боож, зориулалтын цэгт хаяна.
- Дотуур байрын багш нь сурагчдад өөрийн амьдардаг өрөө, тасалгаанд цэвэрлэгээ, агаар сэлгэлт хийх, эрүүл ахуйн дэглэм баримтлах талаар зөвлөгөө өгч, хяналт тавина. Мөн хүүхдүүдийн эрүүл мэндийг ажиглаж, шаардлагатай тохиолдолд сургуулийн эмчид мэдэгдэж, зөвлөмж чиглэл авна.

***Дотуур байрын багш хүүхдүүдэд өрөө тасалгаандаа цэвэрлэгээ, агаар сэлгэлт хийх талаар доорх зөвлөмжийг өгнө.***

- Өрөө тасалгаанд өдөр бүр саван, угаалгын нунтаг хэрэглэн чийгтэй цэвэрлэгээ хийх
- Ширээ, сандал, шүүгээ зэрэг өрөөнд буй хүний гар хүрэх гадаргууг 2 цаг тутамд чийгтэй алчуураар арчих, халдваргүйжүүлэх
- Цэвэрлэгээнд хэрэглэсэн шүүр, алчуур, бусад хэрэгслийг сайтар угааж, цэвэр усаар зайлж хатаах
- Өрөө тасалгаанд 2 цаг тутамд 10-15 минут агаар сэлгэлт хийх

# 3.3

## ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ЗАХИРГААНААС ХЭРЭГЖҮҮЛЭХ АРГА ХЭМЖЭЭНИЙ ЖИШИГ ЖАГСААЛТ

- Эцэг эхчүүдийг хүүхдээ хүргэх, авах үед зай барихыг сануулсан хуудас байршуулах
- Хүүхдүүдийг гэрт нь хариулахыг сануулах, бөөгнөрч цуглахгүй байхыг анхааруулсан эргүүлийг ажиллуулах
- Ангиудын тарах, цуглах, ялгаатай цаг бүхий хуваарь гаргах
- Коридорт зайтай зөрөх урсгалыг тогтоож тууз наана. Зай барихыг зөвлөсөн зөвлөмж, зурагт хуудсуудыг байршуулах
- Ангийн ширээг 2 салаатай байхаар засаж тохижуулах
- Сургуульд нэвтрэхэд халууныг нь хэмжих ба үүнийг эмч, нийгмийн ажилтнууд ээлжээр хийж гүйцэтгэх
- КОВИД-19 халдварын шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд цэцэрлэг, сургуульд нэвтрэхгүй байх уриатай зурагт хуудас, зөвлөмжийг цэцэрлэг, сургуулийн үүд болон хашааны үүдэнд байршуулах
- Нэг өрөөг түр тусгаарлах өрөөний зориулалтаар тусгайлан тохижуулах
- Бэлэн байдлын хувцас хэрэглэлтэй байх
- Багш ажилчдад халдварт өвчнөөс сэргийлэх, онцгой үед баримтлах журмын талаар сургалт, мэдээлэл өгч байх
- Агаар цэвэршүүлэгч төхөөрөмж анги бүрд байршуулах
- Байнгын агаар сэлгэлттэй байх (Хөдөөгийн зарим сургуулиуд анги танхимыг дулаан байлгах үүднээс цонхнуудыг бүрэн наасан байдаг нь агаар сэлгэлт хийх боломжгүй болгодог. Иймээс анги танхим бүрийг агаар сэлгэх боломжтой байхад онцгойлон анхаарна уу.)
- Гараа угаахыг сануулсан зурагт хуудсуудыг байршуулах
- Гар угаагуур, ариун цэврийн өрөөнд байнга савантай байх
- Гар угаах угаалтуур болон ариун цэврийн өрөөг 2 цаг тутамд цэвэрлэж, зөвлөмжийн дагуу халдваргүйжүүлэх
- Хаалганы бариул, ширээний тавцан, сандлын түшлэг, унтраалга, шатны бариул зэрэг гар хамгийн их хүрэлцдэг хэсгүүдийг 2 цаг тутам халдваргүйжүүлэх
- Хичээл эхлэхээс өмнө болон дараа хоёр ээлжийн хооронд чийгтэй цэвэрлэгээг 1-2 удаа хийх

## ХЯНАЛТЫН ХУУДСЫГ АШИГЛАХ ЗӨВЛӨМЖ

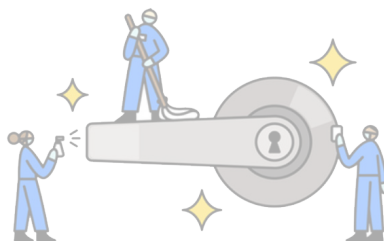
Хавсралт 1,2-т цэцэрлэг, сургуулиуд КОВИД-19 халдвараас урьдчилан сэргийлэх, хариу арга хэмжээ авах, сургалтын үйл ажиллагааг танхимаар зохион байгуулах бэлэн байдлыг хангах чиглэлээр авч хэрэгжүүлж буй үйл ажиллагаагаа хянах “Дотоод хяналтын хуудас”-ыг оруулсан.

Дотоод хяналтыг хийснээр дутуу орхигдсон зүйлсээ олж харан дахин төлөвлөх, алдаатай зүйлсийг илрүүлж, сайжруулах боломжийг өгдөг. Ингэснээр цэцэрлэг сургуулийнхаа аюулгүй байдлыг хангаж, эрсдэлийг бууруулан, цаашилбал нийт сурагчид багш ажилчдын эрүүл мэндийг хамгаалах, тэднийг аливаа эрсдэлд өртөхөөс урьдчилан сэргийлэх боломж олгох юм.

Хавсралт 1-д оруулсан хяналтын хуудасны дагуу хичээл эхлэхээс 7 хоногийн өмнө үнэлж үзээд, дутуу хийгдсэн зүйлс байвал дахин сайжруулна.

Хавсралт 2-т оруулсан хяналтын хуудасны дагуу цэцэрлэг, сургуулийн танхимын сургалт эхэлснээс 7 хоногийн дараа үнэлж, халдварт өвчнөөс сэргийлэх чиглэлд авч хэрэгжүүлж буй арга хэмжээгээ дүгнэн үзнэ. Цаашид энэхүү хяналтын хуудасны дагуу дотоод хяналтыг сар бүр хийж, ажлаа дүгнэнэ.

Та бүхэн эдгээр хяналтын хуудсуудыг өөрсдийн онцлогт тохируулан өөрчлөх боломжтой.



# 3.4

## ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН ОРЧНЫ ЦЭВЭРЛЭГЭЭ, ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ

| ЦЭВЭРЛЭГЭЭ, ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ, АРИУТГАЛЫН ЯЛГАА   |   |
|--|---|
|  <p><b>ЦЭВЭРЛЭГЭЭ</b></p> <p>Бохирлогдсон зүйлийг усаар угаах, угаалгын бодис хэрэглэн угаах, зарим тохиолдолд вакуум угаагч, өндөр даралттай усаар шүршиж угаах механик үйлдэл</p> | <p><b>БАКТЕРИЙН ТООГ БАГАСГАХ ХҮЧИН ЗҮЙЛС</b></p> <p>10-100</p>  |
|  <p><b>ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ</b></p> <p>Эмгэг үүсгэгч бичил биетний тоог зөвшөөрөгдөх хэмжээ хүртэл бууруулахыг хэлнэ</p>  | <p>1.000-100.000</p>   |
|  <p><b>АРИУТГАЛ</b></p> <p>Бүх бактериудыг устгаж идэвхгүйжүүлэх /бүрхүүлтэй бактери, хөгц, нөөгөнцөр/</p>  |   |
| <p>  <b>ХАЛДВАРТ ӨВЧНӨӨС УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХЭД ХҮН БҮРИЙН ҮҮРЭГ, ОРЛОЦОО ЧУХАЛ !!!</b></p>     |   |

### ЦЭВЭРЛЭГЭЭ:

Бохир зүйлийг усаар угаах, угаалгын бодис хэрэглэн угаах, зарим тохиолдолд вакуум угаагч, өндөр даралттай усаар шүршиж угаах механик үйлдлийг цэвэрлэгээ гэнэ.

### Хэрэглэгдэх зүйлс:

Малтуур, шүүр, тоос сорогч, сойз, алчуур, хувин, шалны мод, бээлий, угаалгын нунтаг, саван гэх мэт.

### Давамж:

- Ариун цэврийн өрөөний угаалтуур суултуур, шат, хаалга, бариул, унтраалга, багаж тоног төхөөрөмж, техник хэрэгслийн гадаргуу, сандал, ширээ, компьютерын гар хулгана гэх мэт хүний гар байнга хүрдэг эд зүйлсийг 2 цаг тутам цэвэрлэж халдваргүйтгэнэ.
- Хог хаягдлын тухай хуулийн дагуу байгууллагын гадна орчны 50метр талбайн хог хаягдал, цас мөсийг тогтмол цэвэрлэнэ.

- Багаж тоног төхөөрөмж, техник хэрэгслийг ажилтан хооронд шилжүүлэхэд цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийг хийж хүлээлцэнэ.

### Үр дүн:

Халдваргүйтгэх гадаргууд урьдчилан цэвэрлэгээ хийх нь халдваргүйтгэлийн үр нөлөөг сайжруулахад ихээхэн ач холбогдолтой. Олонх халдваргүйтгэлийн бэлдмэл нь зөвхөн урьдчилсан цэвэрлэгээ хийсэн нөхцөлд идэвхтэй үйлчилнэ.

Учир нь тоос шороо, шавар, органик бодис нь бичил биетэнд хамгаалалт болж халдваргүйтгэх бодисын үйлчлэлийг бууруулдаг.



## КОВИД-19 ХАЛДВАРЫН ҮЕИЙН ЦЭВЭРЛЭГЭЭ:

- Цэвэрлэгээг цэврээс бохир луу, дээрээс доошоо, гаднаас дотогш чиглэсэн урсгалаар хийх;
- Цэвэрлэгээг хийхдээ халдвар үүсгэгчийг тараах, хамрах талбайг ихэсгэх, хүмүүс халдвар авахаас сэргийлэн болгоомжтой хийнэ;
- “Түр тусгаарлах өрөө”-нд тусгаарлагдсан сэжигтэй тохиолдлын амны хаалт бээлий гэх мэт хувийн хамгаалах хувцас, хэрэглэсэн зүйлсийг хогны ууттай хогийн саванд хаясны дараа гараа заавал угааж, халдваргүйжүүлэх;
- Цэцэрлэг, дотуур байранд сэжигтэй

тохиолдол илэрч батлагдсан бол хэрэглэсэн цагаан хэрэглэл, зөөлөн эдлэлийг угаалгын бодистой 60-90°C хэмтэй халуун усаар угаалгын машинд угаасны дараа 0.05%-ийн хлорын уусмалд ойролцоогоор 30 минут байлгаад нарны гэрэлд сайн хатаах;

- Угаалгын машин байхгүй газарт халуун ус бүхий том саванд дэвтээж, усыг цацаж цалгилуулахгүйгээр саваагаар хутгаж угаах. Дараа нь усаа асгаад даавууг 0.05%-ийн хлорын уусмалд ойролцоогоор 30 минут байлгаад цэвэр усаар зайлаад нарны гэрэлд сайн хатаах;

## ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛ:

Хими, физикийн арга ашиглан эмгэг үүсгэгч бичил биетний тоог зөвшөөрөгдөх хэмжээ хүртэл бууруулахыг халдваргүйтгэх гэнэ. Коронавируст халдвар (КОВИД-19) цар тахлын үед урьдчилан сэргийлэх болон голомтын халдваргүйтгэл хийнэ. Урьдчилан сэргийлэх халдваргүйтгэлийг цар тахлын үед халдвар дамжих замыг таслан зогсоох зорилгоор байгууллага аж ахуйн нэгж зааврын дагуу тогтмол хийнэ.

### Халдваргүйтгэлийн бодис:

Коронавируст халдварыг үүсгэгч “SARS-CoV-2” бүрхүүлтэй вирусийг устгадаг, идэвхгүйжүүлдэг олон төрлийн халдваргүйжүүлэх бодисууд байдаг. Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллагаас улс орон бүр тухайн улс оронд хэрэглэхийг зөвшөөрсөн, олдоцтой бодисуудаа хэрэглэхийг зөвлөмж болгож байна.

Манай орны хувьд жил бүр Эрүүл мэнд, Байгаль орчин, Хөдөө аж ахуйн сайдын хамтарсан тушаалаар “Ариутгал халдваргүйтгэлд хэрэглэх бодисын жагсаалт”-ыг шинэчлэн баталдаг.





## НИЙТЛЭГ ХЭРЭГЛЭГДДЭГ ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛИЙН БОДИСЫГ НАЙРУУЛАХ, ХЭРЭГЛЭХ ЗААВАР

(ЭМСайдын 2021 оны 1-р сарын 27-ны А/29-р тушаал, дөрөвдүгээр хавсралт)

| Бодисын нэр                        | Ажлын уусмал | Бодисын хэмжээ | Уусмалын % | Хэрэглээ, зориулалт   |
|------------------------------------|--------------|----------------|------------|---|
| Клорсепт                           | 5л           | 1ш             | 0.02%      | Урьдчилан сэргийлэх зорилгоор өрөө тасалгааны хаалга, хаалганы бариул, хана, цонх, шал, ширээ, сандал, тавиур, шүүгээ гэх мэт хатуу гадаргууг   |
|                                    | 2л           | 1ш             | 0.05%      | Урьдчилан сэргийлэх зорилгоор ариун цэврийн өрөөний угаалтуур, суултуур, шүршүүр, хана, шал, бусад хатуу гадаргууг                              |
| Жавелион                           | 10л          | 1ш             | 0.015%     | Урьдчилан сэргийлэх зорилгоор өрөө тасалгааны хаалга, хаалганы бариул, хана, цонх, шал, ширээ, сандал, тавиур, шүүгээ гэх мэт хатуу гадаргууг   |
|                                    | 10л          | 2ш             | 0.03%      | Урьдчилан сэргийлэх зорилгоор ариун цэврийн өрөөний угаалтуур, суултуур, шүршүүр, хана, шал, бусад хатуу гадаргууг                              |
|                                    | 10л          | 4ш             | 0.06%      | Голомтын эцсийн халдваргүйтгэлд өрөө тасалгааны хаалга, хаалганы бариул, хана, цонх, шал, ширээ, сандал, тавиур, шүүгээ гэх мэт хатуу гадаргууг |
|                                    | 10л          | 7ш             | 0.1%       | Голомтын эцсийн халдваргүйтгэлд ариун цэврийн өрөөний угаалтуур, суултуур, шүршүүр, хана, шал, бусад хатуу гадаргууг                            |
| ДП-2Т                              | 7.5л         | 1ш             | 0.02%      | Урьдчилан сэргийлэх зорилгоор өрөө тасалгааны хаалга, хаалганы бариул, хана, цонх, шал, ширээ, сандал, тавиур, шүүгээ гэх мэт хатуу гадаргууг   |
|                                    | 7.5л         | 2ш             | 0.04%      | Голомтын эцсийн халдваргүйтгэлд өрөө тасалгааны хаалга, хаалганы бариул, хана, цонх, шал, ширээ, сандал, тавиур, шүүгээ гэх мэт хатуу гадаргууг |
| 40%-ийн гипохлорид кальци (хуурай) | 10л          | 50гр           | 0.2%       | Шингэн хаягдал, нүхэн жорлон, бохир усны цооногийг халдваргүйтгэнэ.   |
|                                    | 10л          | 125гр          | 0.5%       | Шингэн хаягдал, нүхэн жорлон, бохир усны цооногийг халдваргүйтгэнэ.   |
| Содын уусмал                       | 1л           | 20гр           | 2%         | Бүх төрлийн хүүхдийн тоглоом, аяга халбага, сав суулгыг халдваргүйтгэнэ   |
| Гипохлорид натри Белизна           | 1л           | 150мл          |            | Шал, хаалга, бариул гэх мэт хатуу гадаргууг   |
|                                    | 1л           | 600мл          | 1%         | Ариун цэврийн өрөөний угаалтуур, суултуур   |

## БАГАЖ ТӨХӨӨРӨМЖ

Зориулалтын мананцар үүсгэх генератор, автомакс, шүршигч сав зэргийг ашиглана.



Мананцар үүсгэгч



Автомакс



Шүршигч сав

### Давтамж:

- Ариун цэврийн өрөөний угаагуур, суултуур, шат, хаалга, бариул, ширээ, сандал, компьютерийн гар, хулгана гэх мэт хүний гар байнга хүрдэг эд зүйлсийн гадаргууг 2 цаг тутамд цэвэрлэн халдваргүйтгэх.
- Багаж тоног төхөөрөмж, техник хэрэгслийг ажилтан хооронд шилжүүлэхэд цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийж хүлээлцэх

### Халдваргүйтгэл хийх арга:


- Халдваргүйтгэлийн бодис бэлдмэлд агуулагдах идэвхтэй хлорын хэмжээ өөр өөр байдаг тул бодисыг заавал үйлдвэрлэгчийн зааврын дагуу найруулж хэрэглэнэ. Жишээ нь бидний нийтлэг хэрэглэдэг "Жавелион" нэрийн химийн бодис нь ОХУ, Франц улсад үйлдвэрлэгдсэн байдаг ба адилхан нэрийн бодис боловч идэвхтэй хлорын хэмжээ нь ялгаатай байдаг байна. Иймд заавал бодисын сав баглаа боодол дээрх зааврыг баримтална.
- Халдваргүйтгэлийн бодисыг найруулахдаа амны хаалт, бээлий, нүүрний хаалт зүүж хуурай хлор агаарт дэгдэж амьсгалын замаар орохоос сэргийлэх хэрэгтэй.
- Халдваргүйтгэх объектод урьдчилан сайтар цэвэрлэгээ хийсний дараа халдваргүйтгэлийн уусмалыг зориулалтын автомакс эсвэл шүршигч сав ашиглан цацруулан шүршиж объектын гадаргыг норгох аргаар хийнэ.
- Халдваргүйтгэлийг анги танхимд хүүхэд байхгүй үед хийх бөгөөд, халдваргүйтгэл хийсний дараа цонх хаалгыг 5-10 минут онгойлгож агаар сэлгэлт хийнэ.
- Хоолны сав суулга, аяга халбага болон цэцэрлэгийн хүүхдийн тоглоом хэрэгслийг зөвхөн 2%-ийн хүнсний содын уусмалаар халдваргүйтгэнэ.

Халдваргүйтгэлийг

# АЮУЛГҮЙ, ҮР ДҮНТЭЙ хийх

## 6 АЛХАМ


**1**



**Зааврыг унших**

Бодис бүрд агуулагдах идэвхт хлорын хэмжээ ялгаатай байх тул хэрэглэх зааврыг дагаж мөрдөнө үү


**2**



**Х-ийн өмнө Ц гэдгийг сана**

Халдваргүйтгэл хийхийн өмнө Цэвэрлэгээ хийнэ гэдгийг санаарай. Урьдчилж цэвэрлэгээ хийснээр халдваргүйтгэлийн үр дүн сайжирна.


**3**



**Хугацааг мөрдөх**

Гадаргууд бодис цацсаны дараа бичил биетнийг устгах хүртэл тодорхой хугацаа шаардагдах учир тухайн хугацаанд бодис гадаргууг бүрхэж нойтон байх хэрэгтэй. Хугацааг бодисын заавраас харна уу.


**4**



**Хувийн хамгаалах хувцсаа өмсөх**

Халдваргүйтгэл хийхдээ амны хаалт, бээлий, ажлын хувцсаа өмсөнө үү.


**5**



**Гараа угаа**

Халдваргүйтгэлийн дараа бээлийгээ тайлаад гараа дор хаяж 20 секунд угаана уу.

**6**



**Бодисоо цоожилж хадгал**

Бодисоо сайтар таглаж хүүхэд хүрэхгүй, цоожтой газарт хадгална уу.

## АНХААРАХ ЗҮЙЛ:



Халдваргүйтгэлийн бодис нүдэнд орсон, арьсанд хүрсэн тохиолдолд цэвэр усаар сайтар угаана.

Халдваргүйтгэлийн бодисыг буруу найруулах, амны хаалт зүүхгүй байх, анги танхимд хүүхэд байхад халдваргүйтгэл хийх тохиолдолд хамар загатнах, найтаах, нүд хорсож улайх зэрэг шинж тэмдэг илрэх бөгөөд байнга давтагдвал харшил сэдрэх, шинээр харшилтай болох эрсдэлтэй.

## КОВИД-19 ХАЛДВАРЫН ҮЕД ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛИЙН АРИУН ЦЭВРИЙН БАЙГУУЛАМЖИНД АНХААРАХ ЗҮЙЛС:

### ТӨВЛӨРСӨН АРИУН ЦЭВРИЙН БАЙГУУЛАМЖТАЙ ЦЭЦЭРЛЭГ, СУРГУУЛЬ

- Өтгөн, ялгадсыг урсгах үед өтгөнтэй дусал агаарт болон агааржуулалтын системээр цацагдахаас урьдчилан сэргийлэх зорилгоор бүрэн битүүмжилсэн бохир зайлуулах шугам хоолой, эргэх урсгалын хаалт, жийргэвч зэрэг сантехникийн хэрэгслийн бүрэн бүтэн байдлыг хангах;
- Суултуурын усыг татахад ялгадсаар бохирлогдсон усны дусал агаарт цацагддаг тул суултуур бүр таглаатай байж, суултуурын тагийг тагласны дараа усыг татах;
- Гар угаалтуур, суултуур бүрэн ажиллагаатай байх ба бохирын хоолой саадгүй ажиллаж байх ёстой;
- Ариун цэврийн өрөөнд 2 цаг тутам агаар сэлгэлт хийж, механик агааржуулалтын системийг ажиллагаанд оруулах;
- КОВИД-19 халдварын үед ариун цэврийн өрөөнд 2 цаг тутам цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх бөгөөд халдваргүйтгэлийн бодисыг өмнөх бүлэгт дурдсан зааврын дагуу найруулж хэрэглэнэ;

### ТӨВЛӨРСӨН БУС АРИУН ЦЭВРИЙН БАЙГУУЛАМЖ:

#### Нүхэн жорлон, угаадасны нүхийг сайжруулах нь:

Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллагаас хүний 1гр ялгадсанд 1.000.000.000 бичил биетэн агуулагдаж байдаг гэсэн судалгаа хийжээ. Энэ нь маш олон төрлийн халдварт болон халдварт бус өвчин үүсгэгч эмгэг төрөгчдийг агуулж байдаг. Харин жорлон нь энэхүү өвчин тараагч бохирыг хүнд хүргэхгүйгээр тусгаарлаж байх үүрэгтэй.

Иймд цэцэрлэг, сургууль, дотуур байранд жорлонгийн нөхцөлийг MNS 5924:2015 стандартын дагуу сайжруулж, барьж ашиглах нь зүйтэй.

#### КОВИД-19 өвчний үед нүхэн жорлонг сайжруулах нь:

Шинээр нүхэн жорлон барьж ашиглахаас өмнө хуучин жорлонгоо эрүүл мэндэд сөрөг нөлөөгүй болгож сайжруулах шаардлагатай. Үүний тулд үндсэн 3 төрлийн сайжруулалтыг хийнэ.

#### 1. Нүхэн жорлонгийн битүүмжлэлийг сайжруулах

Хаяавч: Битүүмжлэлийг сайжруулах тулд нүхэн жорлонгийн эргэн тойрон бүхээг шалыг хооронд нь холбосон хаяавч хийж өгнө.

## Үр дүн:

Хаяавч хийснээр жорлонгийн нүхний эргэн тойрон нурахгүй, үерийн ус нүхэнд орохгүй улмаар бохир гадагш халихгүй болно. Мөн жорлонгийн эргэн тойрон онгорхой нүхгүй болж ялаа шавьж нүхнээс гарч хүний сурч амьдрах орчинд халдвар тараах эрсдэл буурна.



Хаяавчийн өндөр 5см, өргөн 10см байх бөгөөд цементэн зуурмагаар 15-20 градусын налуутай хийнэ.



Битүүлсэн шаланд бие засах нүх гаргана. (том хүнд 50см урт 25см өргөн, хүүхдэд 28см урт, 18см өргөн) Бие засах нүх нь бүхээгийн арын хананаас 20см-ээс багагүй зайд байрлана. Бие засах нүхний хажууд 5см өндөртэй хөлийн гишгүүр байрлана.

## Шал:

Жорлонгийн шалыг битүүлэх нь мөн чухал ач холбогдолтой. Шалыг битүүлснээр хүүхэд унах эрсдэлгүй болно. Мөн агааржуулалт горимын дагуу явагдах, цэвэрлэгээ халдваргүйтгэл хийх нөхцөл бүрдэнэ. Хуучин шалан дээр давхар банзлах, модон хавтан тавих зэргээр шалыг битүүлнэ.

Угааж цэвэрлэхэд хялбар болгох үүднээс шалыг будаж өнгөлөх хэрэгтэй.

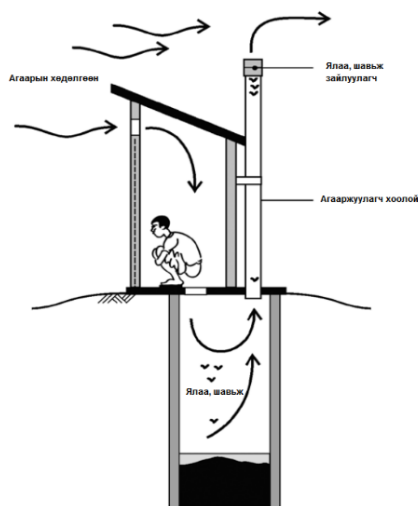
## 2. Нүхэн жорлонгийн агааржуулалтыг сайжруулах

Нүхэн жорлонд заавал байх ёстой зүйлсийн нэг нь агааржуулах хоолой юм. Агааржуулах хоолой бохир үнэрийг зайлуулж байхын тулд агаар орох, гарах урсгал чөлөөтэй байх ёстой. Үүний тулд дараах зүйлсийг заавал анхаарна.

- Жорлонгийн хаалга орон нутгийн зонхилох салхины зүг харсан байна.
- Жорлонгийн хаалганд агаар орох торон цонх байрлана
- Агааржуулалтын хоолойн доод тал нүхэнд 10см сууж өгнө. Харин дээд тал нь бүхээгийн дээврээс 20см-ээс багагүй өндөртэй байх ёстой.



Агааржуулалтгүй нүхэн жорлон



Агааржуулалттай нүхэн жорлон



- Агааржуулах хоолойн дээд талд ялааны тор суулгах бөгөөд бороо цас орохоос сэргийлж малгай суулгана.
- Агааржуулах хоолойд хамгийн тохиромжтой нь PVC хоолой бөгөөд хараар будах нь агааржуулалтыг илүү дэмжиж өгдөг.

### 3. Цэвэрлэгээ хийх нөхцөлийг бүрдүүлэх

Нүхэн жорлонг цэвэрлэгээ хийхэд хялбар болгохын тулд бүхээгийг дотор талаас нь угаах боломжтой зүйлээр доторлох хэрэгтэй. Үүний тулд лампир, хулдаас зэргээр бүрэх, битүү хавтангаар доторлож будах зэргээр сайжруулах нь зүйтэй.

- Бүхээгийг доторлосноор угааж цэвэрлэх боломжтой болохоос гадна агааржуулалт горимын дагуу явагдана.
- Цар тахлын нөхцөл байдалтай уялдуулан цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийн хуваарийг гаргаж тогтмол сайн хийх;
- Жорлонг цэвэрлэх, бохир хадгалах савыг суллах үед өтгөн цацагдахаас сэргийлэхэд онцгой анхаарал тавих;



Хөвсгөл аймгийн Ханх сумын сургуулийн дотуур байрны АЦБ

### ХӨТӨВЧ БОЛОН БИО ЖОРЛОН АШИГЛАДАГ ЦЭЦЭРЛЭГ, ДОТУУР БАЙРАНД:

- Бага ангийн хүүхдэд живх, хөтөвч, зөөврийн суултуур хэрэглэж болно;
- Хөтөвч, зөөврийн суултуурын ялгадсыг суллах үед өтгөнтэй дусал агаарт цацагдахаас сэргийлэхэд онцгой анхаарах;
- Хөтөвч, зөөврийн суултуурын ялгадсыг зайлуулсны дараа угаалгын нунтаг бүхий усаар угааж, 0.5% хлорын уусмалаар халдваргүйжүүлсний дараа цэвэр усаар зайлах.



# БҮЛЭГ 4

## ЭЦЭГ ЭХ, АСРАН ХАМГААЛАГЧ НАРТ ЗОРИУЛСАН ЗӨВЛӨМЖ

# 4.1

## ЭЦЭГ ЭХ, АСРАН ХАМГААЛАГЧ НАРТ ЗОРИУЛСАН ЗӨВЛӨМЖ

Эцэг эх, асран хамгаалагчид КОВИД-19 халдварын шинж тэмдэг, хэрхэн халдварладаг, халдвараас хэрхэн урьдчилан сэргийлэх болон хүүхдэдээ үзүүлэх дэмжлэг, өөрсдийн үүрэг оролцооны талаар ойлголт мэдлэгтэй байх ёстой.

### Хүүхдийнхээ эрүүл мэндийг хамгаалах нь

Ханиалгах, халуурах зэрэг КОВИД-19 халдварын шинж тэмдгүүд нь энгийн ханиад, эсвэл улирлын ханиадтай төстэй байж болохыг анхаарах хэрэгтэй. Хэрэв таны хүүхдэд болон гэрийн хэн нэгэнд халдварт өвчний шинж тэмдэг илэрвэл хүүхдээ цэцэрлэг, сургуульд явуулахгүй байж, цэцэрлэг, сургууль болон эмнэлгийн байгууллагад мэдэгдэх хэрэгтэй.

Аймаг, дүүргийн эрүүл мэндийн газар эсвэл 103 яаралтай тусламжийн утсаар холбогдож эрүүл мэндийн зөвлөгөө авсны дараа шаардлагатай гэж зөвлөсөн тохиолдолд хүүхдээ эмнэлэгт аваачна.

Хэрэв танай хүүхдэд халуурах, ханиалгах зэрэг шинж тэмдгүүд илрээгүй, албан ёсны хөл хорио, хичээлд явахгүй байх зөвлөмж мэдээлэл өгөөгүй тохиолдолд хичээлд нь үргэлжлүүлэн хамруулах хэрэгтэй.

### Хүүхдэдээ эрүүл ахуйн зөв дадал хэвшлийг бий болгох

Эцэг эх, асран хамгаалагчид хүүхдэдээ гараа савандаж угаах, зөв ханиаж найтаах болон амны хаалт хэрэглэснээр халдварт өвчнөөс сэргийлэх боломжтой гэдгийг ойлгуулан, зөв дадал хэвшлийг бий болгоход өөрсдөө үлгэр жишээ үзүүлнэ.



### Гараа угаахад нь хүүхдэд хэрхэн туслах вэ?

Хүүхдэд гар угаах ажлыг илүү хялбар, зугаатай болгоход туслах доорх хэдэн аргыг эцэг эх, асран хамгаалагчид ашиглаж, хүүхдэдээ дэмжлэг үзүүлээрэй. Үүнд:

**Амар хялбар болгох** Бага насны хүүхдүүд угаалтуурт бие даан хүрэхэд хялбар болгох үүднээс сандал тавина. Хүүхэд хүрч чадахуйц газарт саван байрлуулна. Угаалтуурын дэргэд цаг хугацаа тоологч тавьж, тэднийг 20 хүртэл тоолоход тусална.

**Хөгжилтэй болгох** Гараа угааж байхдаа хамтдаа дуу дуулна. Энэ нь 20 секундийн турш гараа үрж угаахад тусална.

**Үлгэр жишээ болох** Гэрт байгаа бүх хүмүүс бохирдсон тохиолдол бүрд гараа заавал угаадаг сайн жишиг тогтооно.

**Энгийн болгох** Хүүхдээ гэртээ, сургууль цэцэрлэг дээрээ ч гараа савандаж угаах боломжийг бүрдүүлж өгнө. Сургууль дээр гараа угаах саван байгаа эсэхэд санаа тавьж, анхаараарай. Дашрамд дуулгахад сургуульд сурдаг хүүхдэдээ та 1 жилд 1 саван өгч явуулснаар таны хүүхдийг бүтэн жилийн турш гараа савандаж угаах боломжийг бүрдүүлэх болно.

**Ойлгоход нь туслах** Тухайлбал, бичил биетүүд нүдэнд үзэгдэхгүй бөгөөд тухайн газартаа өсөж үржсээр байж болох тухай хүүхдүүдэд хэлж өгнө. Хүүхдүүд яагаад угаах шаардлагатайг ойлгосон бол гараа дуртайяа угаах болно.



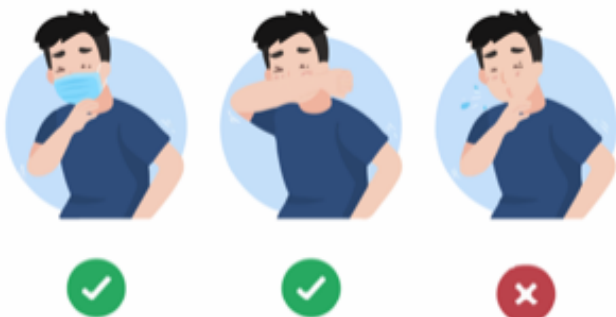
## Зөв ханиаж найтаах

**Алхам 1:** Ханиаж, найтаахдаа амаа гарын шууны дотор тал эсвэл тохойн дотор талаар халхлах

**Алхам 2:** Цаасан алчуураар ам, хамраа таглаад ханиаж, найтаасны дараа хэрэглэсэн цаасан алчуураа тагтай хогийн саванд хийх

**Алхам 3:** Нус, цэр, шүлсээ ил задгай хаяхгүй.

**Алхам 4:** Ханиаж, найтаасан, нусаа нийсэн, хамраа цэвэрлэсэн, ухсан, шүлс, нус, цэрэнд хүрсэн бол гараа заавал савандаж угаах.



## Амны хаалт зүүх

Хүүхдэдээ амны хаалт тогтмол зүүснээр өөрийгөө болон бусдыг халдвараас сэргийлэх боломжтойг сануулж, хичээлд явахад нь амны хаалт бэлтгэн өгнө. Цэцэрлэгийн буюу тав ба түүнээс доош насны хүүхдүүд анги танхимд амны хаалт зүүхгүй, 6-11 настай хүүхдүүд даавуун амны хаалт, 12 ба түүнээс дээш насны хүүхдүүд насанд хүрэгчдийн хэрэглэдэг амны хаалт зүүх нь зохимжтой. Нэг удаагийн амны хаалтаас харшилдаг болон амны хаалт худалдан авах боломжгүй тохиолдолд Хавсралт 4-т заасны дагуу даавуун амны хаалт оёж хэрэглүүлээрэй.

## Хүүхдийнхээ сэтгэл санааг нь дэмжих

Нийтийг хамарсан цар тахлын хямрал нь хүүхдийн сэтгэл зүйд сөргөөр нөлөөлж доорх байдлаар янз бүрээр илэрч болно.

**Сэтгэл санааны хувьд:** Уур уцаартай, айдас түгшүүртэй, гуниг гутралтай байх, ганцаараа байхаас айх

**Танин мэдэхүйн хувьд:** Анхаарал төвлөрөхгүй байх, мартамхай болох

**Зан үйлдлийн хувьд:** Их унтах эсвэл унтаж чадахгүй нойргүйдэх, хэт их идэх юм уу хэт бага идэх, хичээлээ хийхгүй байх, өрөөнөөсөө гарахгүй байх, юм ярихаас зайлсхийх, сулбайх, эрч хүчгүй болох аль нэг газар нь өвдөх тухайлбал: толгой, гэдэс, хоолой дээр юм тээглэх, хар дарж зүүдлэх, өмдөндөө шээх, хумсаа мэрэх, нүдээ цавчлах, хоолойгоо байнга засах зэргээр илэрнэ.

Тиймээс хүүхэдтэйгээ аль болох нээлттэй ярилцаж, өөрсдийгөө болон бусдыг халдвараас хамгаалахад юу хийж болох талаарх зөвлөмжүүдийг тайлбарлаж өгөх хэрэгтэй. Сэтгэлийн зовуурь, шаналгаатай шинж тэмдэг илэрсэн хүүхдэд зөвлөгөө авах хэрэгцээ гарвал багш, сургуулийн эмч, нийгмийн ажилтанд хандана.

**КОВИД-19 ХАЛДВАРЫН ҮЕД ЭЦЭГ ЭХ, АСРАН ХАМГААЛАГЧИД ТА БҮХЭН ХҮҮХДИЙНХЭЭ ЭРҮҮЛ МЭНДИЙГ ХАМГААЛЖ, ДООРХ ЗӨВЛӨМЖИЙГ ХЭРЭГЖҮҮЛНЭ ҮҮ.**

- Бага насны хүүхдийг олон нийтийн газраар дагуулж явахгүй.
- Олон нийтийн газар хүн хоорондын зай барихыг хүүхэддээ зааж зөвлөөрэй.
- 2-оос дээш насны хүүхдэд цэцэрлэгийн анги танхимаас бусад олон нийтийн газарт амны хаалт зүүж хэвшүүлнэ.
- Хүүхэд олноор цугласан тоглоомын талбайд хүүхдээ тоглуулахгүй.
- Хүүхдэд ханиаж найтаах үедээ амаа дарах, тохой руугаа найтаах, дараа нь гараа угаах гэх мэт аюулгүй аргыг зааж зөвлөөрэй.
- Гэртээ өдөр бүр чийгтэй цэвэрлэгээ хийж, 2 цаг тутамд агаар сэлгэлт хийнэ.
- Хүүхдийн хэрэглэдэг аяга таваг, халбага хэрэгслийг тусад нь байлгах, сольж хэрэглэхгүй.
- Хүүхдийн тоглоомыг сода, давстай халуун усаар угааж цэвэрлэнэ.
- Хүүхдэд 3 цаг тутамд чанартай, шим тэжээлтэй халуун хоол өгч, дархлааг нь дэмжинэ.
- Насанд нь тохирсон идэвхтэй хөдөлгөөн (бүжиг, дасгал) хийлгэж байх нь хүүхдийн бие болон сэтгэцийн эрүүл мэндэд тустай.
- Орой 21 цагаас хэтрүүлэхгүйгээр унтуулна.

# ХАВСРАЛТ 1

Хичээл эхлүүлэх бэлэн байдлыг хангасныг үнэлэх хяналтын хуудас

| Д/д | Хийгдэх ажлууд   | Тийм | Үгүй |
|-----|--|------|------|
| 1   | Гар угаах нөхцөлийг сайжруулж, бүрдүүлсэн үү? (байнгын ус, савантай)   |      |      |
| 2   | Ариун цэврийн байгууламжийн байнгын ажиллагааг хангасан уу? Засвар үйлчилгээ, халдваргүйтгэл хийсэн үү?  |      |      |
| 3   | Сургуулийн бүх байршилд хүн хооронд 1.5 м зай барихаар зохицуулалт хийсэн үү?  |      |      |
| 4   | Танай сургуульд зай барих боломжгүй хэсэг, байгууламж байгаа юу? Үүнийг ашиглахгүй байх зохицуулалт хийсэн үү?   |      |      |
| 5   | Халдварын шинж тэмдэг илэрсэн үед тусгаарлах өрөө бэлдсэн үү?  |      |      |
| 6   | Цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэлийн бодис бүтээгдэхүүний нөөцийг бүрдүүлсэн үү?  |      |      |
| 7   | Цэвэрлэгээний ажилтнуудад зориулсан хамгаалах хувцас, хэрэгсэл бэлтгэсэн үү?(бээлий, амны хаалт, малгай, хормогч, гутал... гэх мэт)                              |      |      |
| 8   | Ажилчдадаа цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийх талаар сургалт, зааварчилгаа өгсөн үү?  |      |      |
| 9   | Нийт сурагчдад Ковид-19 халдвараас сэргийлэх мэдээлэл өгөх мессеж боловсруулж, мэдээллийг анги танхим, коридор, гар угаагуур, мэдээллийн самбарт байршуулсан уу? |      |      |
| 10  | Эцэг эх асран хамгаалагчид цэцэрлэг, сургуульд хүүхдээ хүргэх, буцаан авахад мөрдөх журмыг боловсруулсан уу?   |      |      |
| 11  | Эцэг эх, асран хамгаалагчдад цэцэрлэг/сургуулийн үйл ажиллагаа эргэн нээгдэх талаар мэдээлэл өгсөн үү?   |      |      |

## ХАВСРАЛТ 2

Хичээл сургалтын үед халдварт өвчнөөс сэргийлэх, бэлэн байдлыг хангах, хариу арга хэмжээг авч буй ажлыг үнэлэх хяналтын хуудас

| Д/д | Хийгдэх ажлууд  | Тийм | Үгүй |
|-----|---|------|------|
| 1   | Танай цэцэрлэг/сургууль өдөр бүр цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийдэг үү?  |      |      |
| 2   | Сургууль дээр хүн бүр амны хаалт хэрэглэж байгаа юу?<br>Амны хаалтны зөв хэрэглээний талаар мэдээлэл өгч байгаа юу?   |      |      |
| 3   | Цэцэрлэг/ сургууль руу нэвтэрч байгаа хүн бүрийн халууныг шалгадаг уу?  |      |      |
| 4   | Сургууль дээр гараа савандаж угаах нөхцөл бүрдсэн үү?   |      |      |
| 5   | Сургуулийн орчинд хүн хооронд 1,5 м зай барьж байгаа юу?  |      |      |
| 6   | Сургалтын өрөө, танхимуудад агааржуулалт хийдэг үү?   |      |      |
| 7   | Амны хаалт, гар ариутгагчийн нөөц байгаа юу?  |      |      |
| 8   | Ариун цэврийн өрөөнд тогтмол цэвэрлэгээ, халдваргүйтгэл хийж байгаа юу?   |      |      |
| 9   | Танай цэцэрлэг/сургуульд цэвэрлэгээ хийх саван, халдваргүйтгэлийн бодис, өдөр тутмын цэвэрлэгээ үйлчилгээ хийхэд зориулсан бээлий хамгаалах хувцас, хэрэгсэл байгаа юу? |      |      |
| 10  | Хүүхэд, багш, ажилчдад халдварын нөхцөл байдал, эрсдэл түүнээс хамгаалах талаар мэдээ мэдээллийг хүргэх тогтолцоог бий болгосон уу?                                     |      |      |
| 11  | Бүх хүүхэд, сурагчдад КОВИД-19 халдвараас хэрхэн урьдчилан сэргийлэх талаар сургалт явуулсан уу?  |      |      |
| 12  | Нийт сурагч, багш ажилтнуудын өдөр тутмын ирцийг хянаж, анализ хийдэг үү?   |      |      |
| 13  | Танай цэцэрлэг/сургууль Ковид-19 халдварын байдалтай уялдуулан чөлөө олгох журмаа шинэчилсэн үү?  |      |      |
| 14  | Танай сургууль КОВИД-19 халдвараар өвчилсөн хүнийг ялгаварлан гадуурхахгүй байх талаарх зөвлөмжийг нийт сурагчдадаа өгч байгаа юу?                                      |      |      |
| 15  | Танай цэцэрлэг сургуулиас хүүхдэд сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлэх чиглэлээр үйл ажиллагаа төлөвлөсөн үү?  |      |      |
| 16  | Хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхдийн онцлогт тохирсон ариун цэврийн өрөө, гар угаах байгууламж байгаа юу?  |      |      |

# ХАВСРАЛТ 3

Монгол улсад 2021 онд хэрэглэх ариутгал халдваргүйтгэлийн бодисын жагсаалтыг батлах тухай тушаал

Захиргааны хэм хэмжээний  
актын улсын мэдсэн сайд  
2021 оны 03 сарын 15-ны  
арвай 5/28 дугаарт бүртгэв.

## БАЙГАЛЬ ОРЧИН, АЯЛАЛ ЖУУЛЧЛАЛЫН САЙД, ХҮНС, ХӨДӨӨ АЖ АХУЙ, ХӨНГӨН ҮЙЛДВЭРИЙН САЙД, ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН САЙДЫН ХАМТАРСАН ТУШААЛ

2021 оны 02 дугаар  
сарын 25-ны өдөр

Дугаар А/БЛА-42, А/71 Улаанбаатар хот

### Жагсаалт батлах тухай


Химийн хорт болон аюултай бодисын тухай хуулийн 6 дугаар зүйлийн 6.1.3 дахь заалтыг үндэслэн ТУШААХ нь:

1. Монгол Улсад 2021 онд Хөдөө аж ахуйд ургамал хамгааллын зориулалтаар ашиглаж болох пестицидийн жагсаалт, тоо хэмжээг 1 дүгээр, Газар тариалангийн зориулалтаар ашиглаж болох химийн бордооны жагсаалт, тоо хэмжээг 2 дугаар, Мал эмнэлгийн ариутгал, халдваргүйтгэлийн зориулалтаар ашиглаж болох бодисын жагсаалт, тоо хэмжээг 3 дугаар, Ахуйн хортон шавьж, мэрэгч устгалын болон ариутгал, халдваргүйтгэлийн зориулалтаар ашиглаж болох бодисын жагсаалт, тоо хэмжээг 4 дүгээр хавсралтаар тус тус баталсугай.

2. Тушаалын хэрэгжилтэд хяналт тавьж ажиглахыг Байгаль орчин, аялал жуулчлалын яам, Хүнс, хөдөө аж ахуй, хөнгөн үйлдвэрийн яам, Эрүүл мэндийн яамны Төрийн нарийн бичгийн дарга нарт тус тус үүрэг болгосугай.

3. Энэхүү тушаал гарсантай холбогдуулан "Жагсаалт батлах тухай" Байгаль орчин, аялал жуулчлалын сайд, Хүнс, хөдөө аж ахуй, хөнгөн үйлдвэрийн сайд, Эрүүл мэндийн сайдын 2020 оны А/125, А-69, А/143 дугаар хамтарсан тушаалыг хүчингүйд тооцсугай.

БАЙГАЛЬ ОРЧИН, АЯЛАЛ  
ЖУУЛЧЛАЛЫН САЙД  
  
Н.УРТНАСАН

ХҮНС, ХӨДӨӨ АЖ АХУЙ,  
ХӨНГӨН ҮЙЛДВЭРИЙН САЙД  
  
З.МЭНДСАЙХАН

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН  
САЙД  
  
С.ЭНХБОЛД

МОНГОЛ УЛСАД 2021 ОНД ХЭРЭГЛЭХ АРИУТГАЛ ХАЛДВАРГҮЙТГЭЛИЙН БОДИСЫН ЖАГСААЛТ

| Д/д | Бодисын худалдааны нэр                               | Үйлчлэх бодисын нэр   | Хэлбэр хувь                                 | Үгүй   |
|-----|--|---|---|--|
| 1   | Кальцийн гипохлорид                                  | Кальцийн гипохлорид   | Нунтаг<br>60-70%                            | Байнгын болон эцсийн халдваргүйтгэл                  |
| 2   | Жавельон /Javelion                                   | Натрийн дихлоризоцианурат дигидрат  | Шахмал<br>72-80%                            | Байнгын болон эцсийн халдваргүйтгэл                  |
| 3   | ДП-2Т  | Натрийн дихлоризоцианурат   | Шахмал<br>28-32%                            | Байнгын болон эцсийн халдваргүйтгэл                  |
| 4   | Клорклийн/Klorckleen                                 | Натрийн дихлоризоцианурат<br>Хурган чихний хүчил, Натрийн карбонат, Тартразин | Шахмал<br>30-60%<br>10-30%<br>0-8%<br>0.04% | Байнгын болон эцсийн халдваргүйтгэл                  |
| 5   | Кей Синк Санитизер/<br>Kay Sink Sanitizer            | Натрийн дихлор триазинетройны дигидрат  | Нунтаг<br>20-24.9%                          | Гал тогооны хэрэгслийг халдваргүйтгэх                |
| 6   | Клорсепт/Klorsept-17                                 | Натрийн дихлоризоцианурат давс  | Таблетик<br>60%                             | Гадаргуу халдваргүйтгэх                              |
| 7   | Гипон  | Гипохлорын хүчил  | Шингэн<br>0.005%                            | Гар, гадаргуу халдваргүйтгэх                         |
| 8   | Сума Экүйп Сан<br>ЭйсиПак/Suma Equip<br>San EasyPack | Натрийн дихлоризоцианурат дигидрат  | Нунтаг<br>10-20%                            | Нийтийн хоолны газрын тоног төхөөрөмж халдваргүйтгэх |
| 9   | Титан Хлор Табс 500/<br>Titan Chlor Tabs 500         | Натрийн дихлоризоцианурат   | Шахмал<br>30-50%                            | Гадаргуу халдваргүйтгэх                              |
| 10  | Хлорын шахмал №1/<br>Chlorine tablets #1             | Натрийн дихлоризоцианурат   | Шахмал<br>86%                               | Гадаргуу халдваргүйтгэх                              |

# ХАВСРАЛТ 4

## Амны хаалт хийх заавар

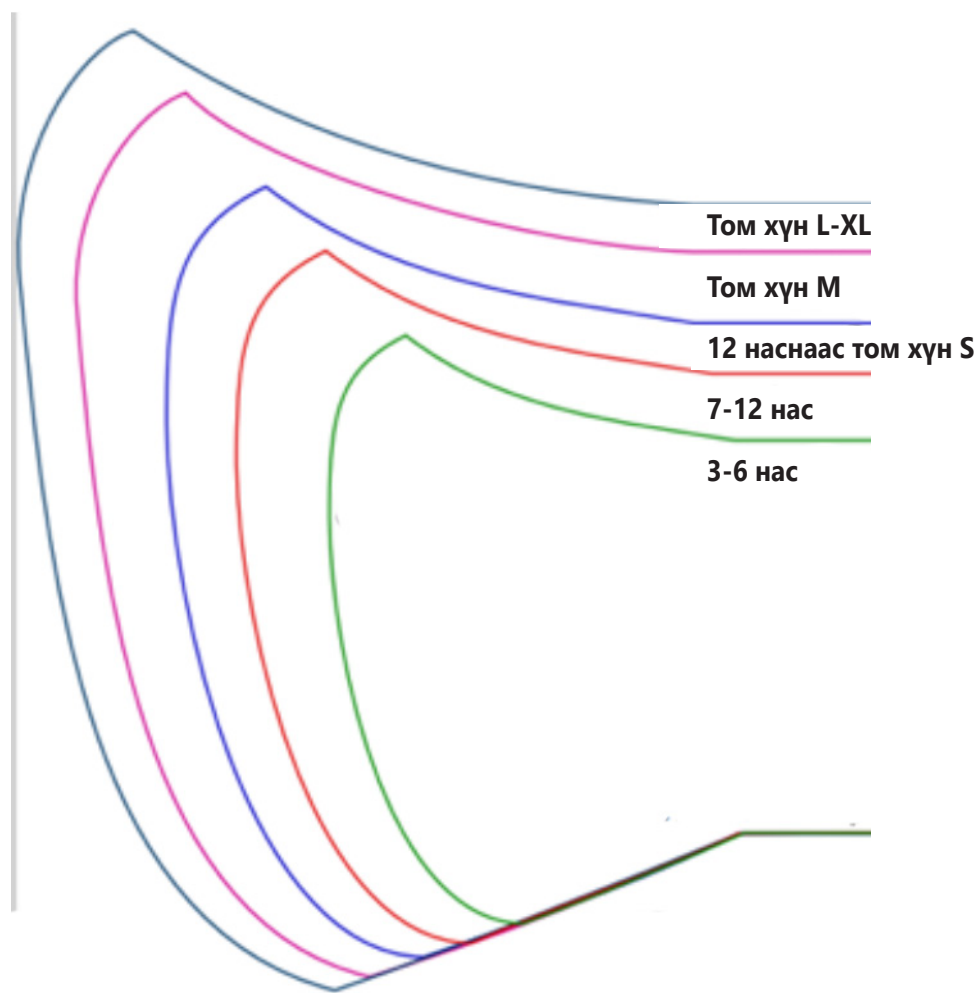
### Хэрэглэгдэх зүйлс:

- Будаг гардаггүй, нягт даавуу 1-2 өнгө
- Нарийн резин эсвэл сунадаг материал
- Утас

| Хэмжээ              | Амны хаалтын өргөн | Амны хаалтын өндөр |
|---------------------|--------------------|--------------------|
| хүүхэд (3-6 нас)    | 16см               | 10.5см             |
| хүүхэд (7-12нас)    | 19.5см             | 12.5см             |
| том хүн S размер    | 23см               | 14.5см             |
| том хүн M размер    | 27см               | 16.5см             |
| том хүн L-XL размер | 29.5см             | 18.5см             |







#### Алхам 1:

Хэрэглэх хүний хэмжээнээс хамаарч дээрх эсгүүрийн үлгэрийн дагуу амны хаалтаа эсгэнэ. Нэг төрлийн даавуунаас 2 ширхгийг эсгэнэ. Нэг өнгө нь амны хаалтын гадна тал, нөгөө өнгө нь дотор тал болно.

#### Алхам 2:

Ижил өнгийн 2 хэсгээ нийлүүлж оёсноор гадна дотор талууд бий болно. Гадна дотор талуудаа нийлүүлж оёно.

#### Алхам 3:

Амны хаалтын 2 хажуу талыг нугалж оёсноор резин хийх боломжтой болно. Нарийн резинийг өөрсдийн хэмжээнд тааруулан авч сүлбээр зүү ашиглан амны хаалтын хажуугийн нугалаасаар оруулж гаргана.

Резиний 2 үзүүрийг уяад нугалаасан дунд хийж өгснөөр ил харагдах хэсэгт уяа таарч чих нухахгүй болно.

*Та бүхэнд амны хаалтаа тогтмол зүүж эрүүл мэндээ хамгаалахыг уриалж байна.*