

ДОСТОР МЕИС

МОНГОЛ ЭМ ИМПЭКС КОНЦЕРН

Хэрэглэгчдэд
зориулсан
сэтгүүл

2017 он
Дугаар № 04

ЯРИЛЦЛАГА

ЭЛЭГНИЙ С ВИРУСИЙГ
ЭМЧИЛДЭГ БОЛЧИХЛОО.
ХАРИН В ВИРУС...

А.ТҮМЭН-ӨЛЗИЙ

МИНИЙ МЭРГЭЖИЛ ЭРҮҮЛ
МЭНДЭД ХАМГИЙН САЙН

АСУУЛТ, ХАРИУЛТ

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН
ДААТГАЛЫН МЭДЭЭЛЭЛ

ЗӨВЛӨГӨӨ

ЭЛГЭНД ТУСТАЙ
ХООЛ, ХҮНС

PIС BRAND
ХҮҮХДЭД
ЗОРИУЛСАН
УТЛАГЫН АППАРАТ

**ЭМЧИЙН
ЗӨВЛӨГӨӨ**
АНТИБИОТИК
ХАНИАДНЫ
ВИРУСТ ОГТ
НӨЛӨӨЛДӨГҮЙ

СОНЖОО:
ТА ДЗ АМИН
ДЭМИЙН
ДУТАГДАЛТАЙ
ЮУ?



ТАНИЛЦУУЛГА

"Монгол Эм Импэкс Концерн" ХХК нь анх 1923 онд "Нэгдүгээр эмийн сан" нэртэйгээр тулгын чулуугаа тавьж, үйл ажиллагаагаа эхэлснээс хойш Монгол улсын эмнэлэг, эрүүл мэндийн байгууллага, хүн ардыг зайлшгүй шаардлагатай чанарын баталгаатай эм, эмнэлгийн хэрэгслээр хангах нэр төртэй, нэн хариуцлагатай үүргээ 94 жилийн турш тасралтгүй, хариуцлагатайгаар гүйцэтгэж ирсэн үндэсний хэмжээний ууган эм хангамжийн компани юм.

Төрийн өмчийн мэдэлд байсан тус концерн нь 2007 оноос эхлэн бүхэлдээ хувийн өмчид шилжсэнээр бид нэн тэргүүнд компанийн үйл ажиллагааг олон улсын жишигт хүргэх, зах зээлд эзэлсэн байр сууриа бэхжүүлэх тогтвортой өсөлтийн стратегийг ханган ажиллаж байна. Хувьчлагдсанаас хойш Фарммаркет эмийн сангийн сүлжээгээрээ хэрэглэгчдэд ойртож, тэдний хэрэгцээ шаардлагад суурилсан, орчин үеийн шинэлэг үйлчилгээгээ хүргэн, тохь тухтай орчинд өргөн сонголттой, чанарын баталгаатай эм, эмийн бүтээгдэхүүнээр үйлчилж байгаа нь иргэдийн талархлыг ихэд хүлээж байна.

Бид 94жилийн турш салбартаа тогтвортой үйл ажиллагаа явуулж өдгөө Монгол Улсын өнцөг булан бүрт хүрч ажиллах өргөн салбар сүлжээг бий болгож чадсан үндэсний томоохон компаниудын нэг болжээ. Дэлхийн эрүүл мэндийн шинжлэх ухаанд гарсан ололт амжилт, технологийн дэвшил шингэсэн эм, эмийн бүтээгдэхүүнийг Монголдоо амжилттай нэвтрүүлэн хүн ардаа эрүүл мэндийг хүргэн ажилладагтаа бид туйлын бахархалтай хүрдэг.

Монгол Эм Импэкс Концерн нь дэлхийн эмийн зах зээлд тэргүүлэгч 80 гаруй пүүс компанийн албан ёсны дистрибьютерийн болон импортын гэрээгээр чанарын баталгаатай, өндөр идэвхитэй эрүүл мэндийн бүтээгдэхүүнийг импортлон, холбогдох яам, хяналтын байгууллагын шинжилгээ, дүгнэлт, зөвшөөрлийн үндсэн дээр хэрэглэгчиддээ хүргэн ажилладаг.

ҮЙЛ АЖИЛЛАГАА

Монгол Эм Импэкс Концерн нь байгуулагдсан цагаасаа эхлэн өнөөг хүртэл эм, эмнэлгийн хэрэгсэл, тоног төхөөрөмжийн импорт, эм эмийн бүтээгдэхүүний бөөний болон жижиглэнгийн худалдаа, хадгалалт, тээвэрлэлт, ханган нийлүүлэлтийн үйл ажиллагааг явуулж байна. Мөн орчин үеийн үйлчилгээний соёлыг нэвтрүүлж Улаанбаатар хотын болон хөдөө орон нутаг дахь 21 аймагт байрлах эмийн сан болон өөртөө үйлчлэх фарммаркетын салбаруудаараа дамжуулан хүн ардынхаа эрүүл мэндийг сахин хамгаалах, амьдралын чанарыг дээшлүүлэхэд өөрийн хувь нэмрээ оруулан ажиллаж байна.

ТҮҮХ

1923 ОН - Жанжин Д.Сүхбаатарын тушаалаар

"Нэгдүгээр Эмийн Сан" нэртэйгээр анхны эм хангамжийн байгууллага үүсгэн байгуулагдсан бөгөөд энэ нь өнөөгийн Монгол Эм Импэкс Концерны тулгын чулууг тавьсан юм.

2007 ОН –

Хувийн өмчид бүрэн шилжиж Монгол Эм Импэкс Концерн үйлчилгээ,

компаний үйл ажиллагааг олон улсын жишигт хүргэх, зах зээлд эзэлсэн байр сууриа бэхжүүлэх, тогтвортой өсөлтийг ханган ажиллах болов.

2016 ОН – Нийгмийн хариуцлагынхаа хүрээнд

элэгний С вирусийн эмчилгээний шинэ ололт, амжилтыг Монголдоо нэвтрүүлэхээр ажиллаж эхлэв. Энэхүү ажлын хүрээнд элэгний өвчлөлийг бууруулахад чиглэсэн олон чухал ажлуудыг хэрэгжүүлж байгаа бөгөөд үүний нэг нь АНУ-ын Mylan Компанитай хамтран элэгний С вирусийг эмчлэх LEDVIR эмийг Монголд нэвтрүүлсэн юм. Ингэснээр элэгний С вирусийн өвчнөөр шаналж байгаа өвчтөнүүд харьцангуй хямд үнээр аюулт өвчнөө эмчлэх боломж бүрдэж байгаа төдийгүй өвчтөнд очих эмийн хүртээмж нэмэгдэж буй чухал алхам болсон юм.

Эрүүл аз жаргалтай амьдралд хамтдаа

ТОГТВОРТОЙ, НАЙДВАРТАЙ ҮЙЛ АЖИЛЛАГАА

ХҮН АРДЫН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙГ САХИН ХАМГААЛАХ ӨНДӨР ХАРИУЦЛАГА БҮХИЙ ЧАДВАРЛАГ, МЭРГЭЖЛИЙН БАГ ХАМТ ОЛОН

МОНГОЛ УЛСЫН ӨНЦӨГ БУЛАН БҮРТ ХҮРЧ АЖИЛЛАХ ҮЙЛ АЖИЛЛАГААНЫ ӨРГӨН ЦАР ХҮРЭЭ

ДЭЛХИЙН БУСАД УЛС ОРНЫ САЛБАРТАА ТЭРГҮҮЛЭГЧ КОМПАНИУДАЙ ТҮНШЛЭХ БАЙНГЫН ХАМТЫН АЖИЛЛАГАА

ЭЛЭГНИЙ С ВИРҮСИЙГ ЭМЧИЛДЭГ БОЛЧИХЛОО. ХАРИН В ВИРҮС...



Монгол улс элэгний өвлөл, тэр дундаа В, С, Д вирусийн халдвар, түүнээс үүдэлтэй хавдар, нас баралтын үзүүлэлтээрээ дэлхийд тэргүүлж байна. Энэ асуудалд засгийн газраас анхаарч "Элэг бүтэн Монгол" хөтөлбөрийг хэрэгжүүлж байгаа бөгөөд төрийн болон хувийн хэвшлийн байгууллагууд энэ талын мэдээ мэдээлэл, шинэ эмчилгээг Монголдоо нэвтрүүлж байна. Бид элэгний өвчлөл, В, С, Д вирусийн эмчилгээний шинэ чиг хандлагын талаар АУ-ны магистр, элэгний төвийн их эмч Д.Бэхболдтой ярилцсан юм.

Монгол улсад элэгний өвчлөл, түүнээс шалтгаалах хорт хавдар, нас баралтаар дэлхийд тэргүүлж байна. Монголд элэгний өвчлөл өндөр байгаагийн гол шалтгаан юу вэ?

Монгол улсад элэгний өвчлөл болон элэгний хавдар их байгаагийн шалтгаан нь Хепатитын В, С болон Д вирусийн халдварын тархалт өндөр байгаатай холбоотойгоос гадна элэгний хавдарын 80 орчим хувь нь уг вирусийн халдварын шалтгаантай юм. Монгол улс элэгний хавдарын нас баралтаар 100 мянган хүн амд 70.3 хүн нас барж байгаа нь дэлхийн дундажаас 7 дахин өндөр байгаа юм. Дэлхийн эрүүл мэндийн байгууллагын албан тоо баримтаар Монгол Улс 100 000 (зуун мянга) хүн тутам дахь элэгний хорт хавдрын нас баралтаар дэлхийд тэргүүн байранд орж байгаа төдийгүй энэ үзүүлэлт нь дэлхийн дундажаас 8 дахин их байна. Хавдар судлалын үндэсний төвийн 2013 оны статистик мэдээллээр Монгол улсад 100 000 эрэгтэй тутмаас 121.3, 100 000 эмэгтэй тутмаас 87.9 хүн элэгний анхдагч өмөн буюу орх хавдраар өвчилж байна. Манай улсад эрэгтэйчүүдийн дундах элэгний хорт хавдрын өвчлөл дэлхийн дундаж түвшнээс 8 дахин, эмэгтэйчүүдийн дундах элэгний хорт хавдрын өвчлөл 16 дахин их байгаа нь хепатитын В, С, Д вирусийн халдварын тархалт Монгол Улсад нэн өндөр байгаатай

шууд холбоотой. Монгол Улсад жилд дунджаар 16-17 мянган хүн өвчин эмгэг, осол гэмтэл зэрэг бүхий л шалтгаанаар нас бардаг бөгөөд элэгний эмгэг манай улсын жилийн нийт нас баралтын 15%-ийг дангаараа бүрдүүлж байна. Хамгийн өндөр нас баралттай гэж үздэг зүрх судасны өвчний нас баралтыг голлон бүрдүүлдэг тархины цус харвалтын нас баралт 2013 онд 1756 байсан бөгөөд энэ нь элэгний эмгэгийн нас баралтаас даруй 30%-иар бага байгаа юм.

Элэгний С вирусийн эмчилгээнд үсрэлт гарч 98-99 хувийн үр дүнтэйгээр эмчлэх эмийг эрдэмтэд гаргаж авлаа. Монгол улсад ч энэ эмчилгээ хэдийн нэвтэрч олон хүн аюулт өвчнөөсөө ангижирч байна. Шинээр нэвтэрсэн эмчилгээний үр дүнгийн талаар уншигчдад танилцуулаач.

Хепатит С вирусийн эсрэг генийн түвшинд нөлөөлөх эмийг дэлхийн эрдэмтэд зохиосноор хүн төрөлхтөн вирусийн эсрэг тэмцэх чадвартай болсон юм. Энэ гайхалтай эмийг Монгол улсад 2016 оны эхээр оруулж ирсэнээр хепатит С вирусийн халдвараар шаналж байгаа олон иргэдийн элгийг вирусээс салгах боломж бүрдсэн. Үүнтэй зэрэгцэн манай оронд Софосбувир Лепипасвир нийлмэл шахмал ерөнхий нэршлийн эмүүд хямдралтай орж ирсэнээр эмийг худалдан авч хэрэглэх өвчтөний тоо өссөн. Бид эмчилгээнд хамрагдсан хүмүүсийнхээ дунд



эдгэрэлийн судалгааг хамтран хийхэд 99.3% нь эдгэрч тогтонги хариу урвал өгсөн гайхалтай үр дүн гарсан юм. 2016 оны 12 сарын байдлаар ойролцоогоор 9000 гаруй өвчтөн уг эмийг хэрэглэсэн байгаа байгаа бөгөөд төдий тооны хүн элэгний архаг үрэвсэл, хатуурал, хорт хавдар үүсэх эрсдлээс салж байна. Энэ бол үнэхээр гайхамшиг.

С вирусийн халдвараа бүрэн эмчлээд шинжилгээгээр тоологдохгүй болсон ч маркер тодорхойлох шинжилгээгээр илрээд байна, бүрэн эмчлэгдсэнгүй гэж ойлгох өвчтөн цөөнгүй байдаг. Энэ тал дээр та эмч хүний хувьд тодорхой ойлголтыг уншигчдад өгөхгүй юу?

Хепатитын С вирусийн эм уугаад вирус бүрэн устаж цусны ийлдсэнд тодорхойлогдохгүй вирусийн тогтвортой хариу илэрч байгаа нь уг вирусийн үржил зогсоонг харуулж байна. Гэвч ийлдсэнд С вирусийн маркер зэрэг илэрдэг. Энэ хариу нь тухайн хүний насан туршид илрэх бөгөөд таныг хэзээ нэгэн цагт С вирусийн халдвараар өвчилсөн гэдгийг илтгэж байгаа юм. Хэрвээ эмчилгээ дууссанаас хойш 3 болон 6 дахь сардаа ХСВ-РНХ тоологдохгүй байх нь та энэ вирусийн халдвараас бүрэн салж байгааг илтгэж байгаа юм. Дахин сэдэрхгүй, өвчлүүлэхгүй гэсэн үг шүү дээ.

Элэгний С вирусийг бүрэн эмчилдэг болчихлоо. Гэтэл элэгний өвчлөлийн багагүй хэсгийг В вирусийн халдвартай өвчтөн эзэлдэг. Энэ өвчлөл нь С вирусийн халдвараас юугаараа ялгаатай, ямар хор уршигтай байдаг вэ?

Хепатитын В вирусийн халдварын тархалт манай оронд мөн өндөр байдаг бөгөөд нийт насанд хүрсэн хүмүүсийн 10.6%-г эзлэж байгаа. Үүнээс залуу насныхны дунд тархалт өндөртэй байгаа нь бид бүхний сэтгэлийг маш их эмээглүүлж байна. Уг вирусийн архаг халдварыг бүрэн эмчлэх эдгээх эм гараагүй байна. Гэхдээ вирусийн үржлийг дарангуйлах эм гарч ирсэнээрээ хатуурал болон хавдарт хүрэх эрсдлийг тодорхой хувиар бууруулж байгаа. Харин манай оронд В вирус нь Д вирүстэй хавсарч тохиолдох нь элбэг байна. В вирүстэй хүмүүсийн 67.5%-ийг Д вирусийн халдвар хамт авсан байна. В, Д вирусийн хавсарсан халдварт хэрэглэх эм одоохондоо Пег-Интерферон байгаа бөгөөд уг эмийн үр дүн 20% мөн гаж нөлөө ихтэйн дээр хүндэрсэн тохиолдолд хэрэглэхгүй, үнэ өртөгийн хувьд өндөр байна. Ер нь В, Д вирусийн хавсарсан халдвар залуу насандаа авах тусам элэгний цирроз үүсэх нь их байдаг.

“ ЭЛЭГНИЙ В ВИРУСИЙГ ЭМЧЛЭХ ЭМНИЙГ ГАРГАЖ АВАХААР ЭРДЭМТЭД АЖИЛЛАЖ БАЙНА ”

Элэгний В вирусийн халдварын эмчилгээнд ямар ахиц дэвшил гарч байгаа вэ? Дэлхийн анагаахын шинжлэх ухаанд энэ өвчнийг ойрын жилүүдэд эмчилдэг болох боломж бий юу?

Тун удахгүй В болон Д вирусийг устгах гайхалтай эмүүд гарах байх, судалгаа шинжилгээний ажлууд олон оронд хийгдэж, туршилтууд амжилттай явж байна. Гэхдээ ойрын 5 жилийн дотор эмчилгээнд нэвтрүүлэхээр эрдэмтэд маань ажиллаж байна.

Элэгний В вирусийн халдвар эхээс нярайд дамжих эрсдэл маш өндөр байдаг. Энэ эрсдлээс сэргийлэх ямар боломж байдаг вэ?

Халдвартай эхийн вирусийн ачаалал өндөр, HbeAg өөрөг байгаа тохиолдолд 70% нь дамждаг. Харин HbeAg сөрөг эхчүүдийн 50% нь вирус дамждаг гэсэн судалгаа Азийн зарим оронд хийгдсэн байдаг. Хэрвээ төрсөн хүүхдэд В вирус халдварласан тохиолдолд 90% нь архагшдаг. Харин уг халдвараас сэргийлэхийн тулд төрсөн хүүхдүүдэд В вирусийн вакцин хийдэг. Энэ нь уг халдварын дамжилтыг 70-80% хувь хамгаалж чаддаг бол В вирусийн иммуноглобулин (Нераbig) хийснээр 98-100% хамгаалагдаж болно. Иймд В вирусийн халдвартай эхчүүд жирэмсний хяналтаа хийлгэхдээ элэгний болон гастроэнтерологийн эмчид давхар хянуулж байх нь зүйтэй. Мөн төрсөн хүүхдэд В вирусийн иммуноглобулиныг 12 цагын дотор хийлгэх нь чухал сэргийлэлт болно.

Монголд зонхилон тохиолдох элэгний В, С, Д вирусийн халдварын өвчлөлийг бууруулах, сэргийлэхэд дан ганц эмч, мэргэжилтнүүд бус иргэдийн өөрсдийнх нь оролцоо тун чухал шүү дээ. Элэгний вирусийн халдвартай эсэхээ мэдэх, сэргийлэхийн тулд иргэд хамгийн түрүүнд ямар алхамыг хийх шаардлагатай вэ?

Манай орны иргэд хепатитын В, С, D вирусийн халдварын талаарх мэдээлэл ард иргэдэд тодорхой хэмжээнд хүрч байгаа нь сайшаалтай юм. Жилдээ нэг удаа вирусийн маркерийн шинжилгээ өгснөөр халдвартай эсэхээ мэдэх, хэрвэ халдваргүй гарсан тохиолдолд В вирусийн халдвараас сэргийлэх вакцин хийлгэх, халдвартай гарсан тохиолдолд эмчийн хяналтанд орж эмчилгээгээ хийлгэж, хувийн эрүүл мэндийн боловсролоо дээшлүүлж байх нь нэн чухал юм.

М.ГАНБААТАР



МОНГОЛ ЭМ ИМПЭКС
КОНЦЕРН

LEDVIR™

ЭЛЭГНИЙ С ВИРУСИЙН ЭСРЭГ
ЭРСДЭЛГҮЙ ЭМЧИЛГЭЭ

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН
ЛАВЛАХ **1800-1923**

АСУУЛТ ХАРИУЛТ

Ажил хөдөлмөр эрхэлдэг хүн бүхэн тодорхой хууль, гэрээний үндсэн дээр цалин, орлогоосоо сар бүр нийгмийн даатгалд шимтгэл төлдөг. Энэ мөнгө нь эрүүл мэнд, нийгмийн даатгалын санд төвлөрч тухайн иргэний эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээ, тэтгэвэр тэтгэмж зэрэг нийгмийн үйлчилгээнүүдэд зарцуулагддаг юм. Энэ талаар иргэд ерөнхий ойлголттой байдаг ч дэлгэрэнгүй мэдээлэл, боломжуудыг төдийлөн мэддэггүй. Бид сэтгүүлийнхээ АСУУЛТ, ХАРИУЛТ буландаа эрүүл мэндийн даатгалын талаарх мэдээллийг онцоллоо. Хэрэв танд эрүүл мэндийн бүтээгдэхүүн, үйлчилгээтэй холбоотой ямар нэг асуулт гарвал Эрүүл мэндийн лавлах 1800-1923 болон Монгол Эм Импэкс Концерны фэйсбүүк хуудсанд хандаарай.

А Эмийн үнийн хөнгөлөлтийн талаар тодруулж өгнө үү. Хаанаас авдаг вэ, аль нэг дурын эмийн сангаас авч болох уу?

Даатгуулагч эрх бүхий эмчийн бичсэн жороор эрүүл мэндийн даатгалын сангаас үнийн хөнгөлөлт үзүүлэх зайлшгүй шаардлагатай эмийн жагсаалтад заасан 20 бүлгийн 183 ерөнхий нэршлийн 817 худалдааны нэрийн эмийг Нийгмийн даатгалын байгууллагатай гэрээ бүхий эмийн сангаас 40-80 хувийн буюу 500 – 65 000, С вирусийн эмийг 210,000 төгрөгийн хөнгөлөлттэй үнээр авах эрхтэй.

А Эмийн үнийн хөнгөлөлтийг ямар эмчийн жороор авах вэ?

* Аймаг, дүүргийн өрхийн эрүүл мэндийн төвийн эмч болон сумын эмнэлгийн эмч, багийн бага эмч

* Аймаг дүүргийн эрүүл мэндийн төв, Нэгдсэн эмнэлэг, Бүсийн оношилгоо, эмчилгээний төвийн амбулаторийн сэтгэцийн, хавдрын, чих хамар, хоолойн, нүдний чиглэлээр нарийн мэргэжил эзэмшсэн, мөн элэгний вирусийн эм бичих эрх бүхий нарийн мэргэжлийн эмч.

А Даатгалтай байх, даатгалгүй байх 2-ын ялгааг тайлбарлаж өгөөч?

Хэрвээ та эрүүл мэндийн даатгалд даатгуулсан бол эмнэлэгт хэвтэж эмчлүүлсэн тухайлан тогтоосон тарифын 10-15 хувийг өөрөө төлж, 85.0-90.0 хувийг эрүүл мэндийн даатгалын сангаас төлүүлнэ. Та даатгалгүй бол зардлыг өөрөөсөө бүрэн төлнө. Түүнчлэн эрүүл мэндийн даатгалын бусад бүх үйлчлээний төлбөрийг та өөрөө хариуцна.

А Гадаадад эмчлүүлсэн иргэнд эрүүл мэндийн даатгал хамаарах уу?

Эрүүл мэндийн даатгал нь зөвхөн Монгол Улсын нутаг дэвсгэрт үйл ажиллагаа явуулж байгаа даатгалын гэрээ бүхий эрүүл мэндийн байгууллагаар үйлчлүүлсэн тохиолдолд тусламж, үйлчилгээний төлбөрийг эрүүл мэндийн даатгалын сангаас хариуцан төлдөг.

А Шинэ төрсөн хүүхдэд эрүүл мэндийн даатгалын гэрчилгээ хэрхэн авах вэ?

16 хүртэлх насны хүүхдэд эрүүл мэндийн даатгалын үйлчилгээг төрсний гэрчилгээгээр нь үзүүлдэг. Иймээс 16 хүртэлх насны хүүхэд эрүүл мэндийн даатгалын гэрчилгээ авах шаардлагагүй.

А Даатгуулагч эрүүл мэндийн даатгалд даатгуулснаар хичнээн төгрөгийн тусламж, үйлчилгээ авах эрхтэй вэ?

Та эрүүл мэндийн даатгалд даатгуулснаар жилд 2,000,000 төгрөг хүртэлх тусламж, үйлчилгээний зардлыг эрүүл мэндийн даатгалын сангаас төлүүлэх эрхтэй.

Эх сурвалж: www.ndaatgal.mn

ОЛНЫ ТАНИЛ ЭРХМҮҮД БА ЭРҮҮЛ МЭНД

Гоо сайхан байх нь эрүүл мэндтэй салшгүй холбоотой. Тэр дундаа олны танил, урлаг соёлын эрхмүүд эрүүл мэнд, гадаад төрхөндөө үргэлж анхаарах шаардлагатай болдог.

Доктор МЭИК сэтгүүлийн хамт олон тэдний сайхан харагдах нууцаас та бүхэндээ Чөлөөт цаг булангаараа хуваалцах юм. Энэ удаад олон сайхан дуугаараа Монголын ард түмэндээ танигдсан дуучин А.Түмэн-Өлзийтэй цөөн хором ярилцаж эрүүл мэнддээ хэрхэн анхаардгийг нь сонирхсон юм.

Эрүүл, өвчингүй байхад юу хамгийн чухал гэж боддог вэ?

Эрүүл байхад зөв хооллолт, дасгал хөдөлгөөн хамгийн чухал гэж боддог. Эрүүл мэнд гэдэг хувь хүний хамгийн том баялаг шүү дээ. Тийм болохоор идэвхитэй хөдөлгөөн, хоол хүнсэндээ их анхаардаг.

Зээгтэй хүний хувьд гэр бүлийнхээ эрүүл мэндийг хэрхэн хамгаалдаг вэ?

Би гэр бүлээ тогтмол эмчийн үзлэг оношилгоонд хамруулдаг. Ер нь өвчин туссаны дараа эмчлэх биш урьдчилан сэргийлэх нь илүү чухал шүү дээ. Мөн дээр хэлсэнчлэн дасгал хөдөлгөөн, хоол хүнсийг эрүүл байхад чухал ач холбогдолтой гэж үздэг.

Өөрийн эрүүл мэндийн талаарх мэдлэгийг хэр хангалттай гэж үздэг вэ?

Одоо үед шинжлэх ухаан, интернэт, олон нийтийн цахим сүлжээ хурдацтай хөгжиж байна. Хэрэгтэй, шаардлагатай мэдээллээ гол төлөв интернэтээс авдаг.

Эрүүл, аливаа өвчин эмгэггүй байх нь гоо сайхантай шууд холбоотой шүү дээ. Гоо сайхандаа эрүүл мэндийн талаас хэрхэн анхаардаг вэ?

Гоо сайхан гэдэг эрүүл байхаас хамгийн их шалтгаалах зүйл. Би гадаад гоо сайхан гэхээсээ илүү хүний дотоод гоо сайхан хамгийн чухал гэж ойлгодог. Бие эрхтний хувьд эрүүл хүн мэдээж гаднаасаа гэрэлтэж гоё сайхан харагдах ч гэлээ дотоод гоо сайхан, өөрөөр хэлбэл өөрийн санаа бодол, зан харилцаа нь зөв, сайхан биш бол хүн гэрэлтэж харагддаггүй шүү дээ. Миний хувьд урлагийн хүмүүс маш завгүй ажилладаг болохоор амралт, зөв хооллолт нь стрессгүй, эрүүл амьдрахад маш чухал гэж боддог.

Таны ажил мэргэжил эрүүл мэндэд тань ямар нэг эерэг эсвэл сөрөг нөлөө үзүүлдэг үү?

Миний мэргэжил эрүүл мэндэд хамгийн сайн нөлөө үзүүлдэг. Яагаад гэхээр дуучин хүн амьсгалаа зөв зохицуулж сурсан байдаг. Зөв амьсгалах нь зурхний үйл ажиллагаанд маш сайнаар нөлөөлдөг. Зурх сайн байна гэдэг биеийн бусад эрхтэнд төдий чинээ сайн нөлөө үзүүлнэ шүү дээ. Хүн дуулж байхдаа аз жаргалтай, сэтгэл хангалуун байдаг нь ч эрүүл мэндэд сайнаар нөлөөлнө. Хамгийн гол нь би энэ мэргэжилдээ маш их хайртай, дуртай учраас миний эрүүл мэндэд огт муугаар нөлөөлдөггүй гэж боддог. Монголчууд маань ямар нэг өвчингүй эрүүл байхын тулд өөртөө цаг ямагт анхаарал тавьж өвчнөө эмчлүүлэх гэж биш өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх гэж эмнэлэг зорьдог байгаасай гэж хүсч байна.

М.ГАНБААТАР

ДУУЧИН
А.ТҮМЭН-ӨЛЗИЙ

МИНИЙ
МЭРГЭЖИЛ
ЭРҮҮЛ
МЭНДЭД
ХАМГИЙН
САЙН

ЭЛГЭНД ТУСТАЙ ХООЛ, ХҮНС

Элэг бол бидний биед эргэлдэж буй бүх хорт бодисыг шүүж, биеийг эрүүлжүүлж байдаг чухал эрхтэн юм. Эрүүл бус хооллолт, амьдралын буруу хэв маяг, элдэв үрэвсэлт өвчнүүд зэрэг олон хүчин зүйлс элэгний хэвийн үйл ажиллагааг алдагдуулж өвчлүүлэх аюултай байдаг. Иймээс бид энэ дугаартаа хоол хүнсээр дамжуулан хэрхэн элгээ хамгаалах, үйл ажиллагааг нь дэмжих талаар товч зөвлөгөөг хүргэхээр бэлтгэлээ.

ЭЛГЭНД ТОХИРОМЖГҮЙ ХООЛ ХҮНС

Мах, өөх тос

Өөх ихтэй мах, адууны мах, нөөшилсөн мах, хиам, зайдас, утсан давсалсан мах, дотор мах нь элгэн ирэх ачааллыг нэмэгдүүлдэг байна.

Гурил будаа, үр тариа

Давс ихтэй нарийн боов, талх, тос ихтэй нарийн боов, шар будаа, кремтэй бүтээгдэхүүн буюу бялуу, кекс зэрэг нь элгэнд тохиромжгүй хүнсний бүтээгдэхүүний тоонд багтдаг.

Хүнсний ногоо

Манжин, дарсан ногоо (дарсан өргөст хэмх, алаг салат г.м) нь элэгний хэвийн үйл ажиллагаанд сөргөөр нөлөөлж цочроодог. Исгэлэн жимс ч бас зохимжгүй хүнсний бүтээгдэхүүний тоонд багтана.

Сүү, сүүн бүтээгдэхүүн

Тос ихтэй исгэлэн ээдэм, давстай хурц бяслаг, өрөм, хайлмаг, тослог ихтэй сүү, цагаан идээ нь элэгний өвчлөлийн үед тохиромжгүй.

ЭЛГЭНД ТОХИРОМЖТОЙ ХООЛ ХҮНС

Мах, өөх тос

Өөхгүй үхрийн мах, хальсгүй мах, тахианы мах, загасны мах, өндөгний цагаан шар, буурцагны мах, дүфү зэрэг нь элгэнд ачаалал бага өгч шаардлагатай шим тэжээлээр хангадаг байна.

Гурил будаа, үр тариа

Улаан буудайн гурил, цагаан будаа, хөц будаа, гурвалжин будаа, хивэг, хүүхдийн будаа зэрэг нь зохицуулах үйлчилгээтэй учир дотор эрхтэн, элэгний хэвийн үйл ажиллагааг дэмжинэ.

Ү.БАТЗАЯА



ЛАКТИНЕТ-РИХТЕР®

0,075 мг дезогестрел

*Хөхүүл эхэд зориулсан
жирэмслэлтээс хамгаалах
дааврын бэлдмэл*

ДАВУУ ТАЛ

- Эстроген даавар агуулаагүй
- Хөхний сүүний хэмжээ болон чанарт нөлөөлөхгүй
- Жирэмслэлтээс найдвартай хамгаална

ХЭРЭГЛЭХ ЗААЛТ

Жирэмслэлтээс хамгаалах бэлдмэл

ХЭРЭГЛЭХ АРГА

Төрсний дараа 42 хоногоос сарын тэмдэг ирсэн, ирээгүйг хамаарахгүйгээр 1 ширхэг шахмалаар өдөр болгон тогтмол цагт ууж хэрэглэнэ.

ХОРИГЛОХ ЗААЛТ

- Бэлдмэлийн найрлаганд орсон үйлчлэгч бодис болон туслах бодист харшилтай
- Венийн судасны тромбэмболитой байсан, эсвэл байгаа
- Элэгний хүнд хэлбэрийн эмгэгээр өвчилсөн эсвэл өвдөж байгаа тохиолдол
- Дааврын хамааралт хорт хавдартай гэж оношлогдсон эсвэл таамаглаж байгаа тохиолдолд
- Шалтгаан тодорхойгүй умайн цус алдалт
- Жирэмсэн үед

АНХААРУУЛГА

- Эмийг уух үед бага зэргийн сарын тэмдэг төст зүйл гарч болзошгүй. Энэ үед бэлдмэлийг үргэлжлүүлэн хэрэглэнэ.
- Уух үед сарын тэмдэг ирэхгүй бөгөөд эмийг зогсоход сарын тэмдэг хурдан сэргэж ирдэг.



ГЕДЕОН РИХТЕР





ЭЛЭГНИЙ С ВИРУСИЙН ТУХАЙ ТООН МЭДЭЭЛЭЛ

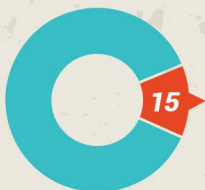
ТАНЫ МЭДЭХ ЁСТОЙ ТОО БАРИМТ

ЭЛЭГ

Элэг нь бидний биед байдаг хамгийн том эрхтэн бөгөөд дунджаар 1200 – 1400 гр жинтэй, хөндлөнгөөрөө 20 см, уртаараа 15-17 см, зузаан нь 12 см байдаг. Элэг нь хүний биед маш олон чухал үйл ажиллагааг гүйцэтгэдэг. Тухайлбал, элэг бидний идсэн хоол ундыг биед хэрэгтэй энерги болон тэжээл болгож бэлтгэдэг. Мөн цусан дахь хорт бодисыг гадагшлуулж биеийг хоргүйжүүлдэг.

Элгэнд орж буй цусны 75% нь үүдэн венээр, 25% нь элэгний артериар хангагддаг.

С вирусээр үүдсэн элэгний үрэвслийг С вируст гепатит буюу хүмүүсийн ярьж заншсанаар элэгний С вирус гэнэ. С вирус нь элгийг үрэвсүүлж хэвийн үйл ажиллагааг нь алдагдуулдаг. Цочмог халдвар авсан хүмүүсийн 25% нь 6 сарын дотор эдгэрдэг бол 75% нь архаг хэлбэрт шилждэг. Архаг С вирусийг бүрэн эмчлэхгүй бол цаашдаа элэгний хатуурал, хавдар болон элэгний дутагдалд хүргэх аюултай.



15 хувь

Монгол улс дахь жилийн нийт нас баралтын 15 хувийг элэгний өвчлөлөөс шалтгаалах нас баралт эзэлж байна.



160-185 сая хүн

Дэлхий дахинд элэгний С вирусээр 160-185 сая хүн халдварлагдсан байдаг.



200'000+ хүн

Тооцооллоор Монгол улсад 200'000 гаруй хүн элэгний С вирусийн халдвартай. Үүнээс оношлогдсон нь 60'000 тохиолдол байдаг.



**Элэгний С вирусгүй
Монгол Улс**

Засгийн газраас хэрэгжүүлж буй “Элэг бүтэн Монгол” хөтөлбөрийн хүрээнд 2020 онд элэгний С вирусээс ангижирсан анхны улс болох зорилгыг тавин ажиллаж байгаа бөгөөд ингэснээр элэгний хавдар, хатуурлын нас баралтыг 50 хувь бууруулах боломжтой юм.

ЭЛЭГНИЙ С ВИРУСИЙН ЭСРЭГ
ЭРСДЭЛГҮЙ ЭМЧИЛГЭЭ **LEDVIR™**



NOBEL

ХАНИАД ТОМУУГ ЭМЧЛЭХ ҮР ДҮНТЭЙ БЭЛДМЭЛ

Тайлол хот бэлдмэлийг ханиад шуухинаа, томуу болон амьсгалын дээд замын бусад халдварт эмгэгийн дараах шинж тэмдгийн эмчилгээнд хэрэглэнэ.



- ✦ Халуурах
- ✦ Найталгах
- ✦ Бие сулрах
- ✦ Нус гоожих
- ✦ Хамар битүүрэх
- ✦ Хоолой загатнах
- ✦ Нүд хэт мэдрэхших
- ✦ Өвдөлтийн ерөнхий байдал



ХООЛОЙН ӨВЧНИЙ ОНОВЧТОЙ ШИЙДЭЛ



ӨНӨ

ХАНИАЛГАХ



ХООЛОЙ СӨӨХ



ХООЛОЙ ХОРСОХ



ХООЛОЙН ӨВДӨЛТ



ХООЛОЙ ХӨНДҮҮРЛЭХ



Нас	Хэрэглэх арга	Хоногийн дээд тун
6-12	1 шахмалаар 4-5 цагийн зайтай	6 шахмал
12-с дээш	1 шахмалаар 2-3 цагийн зайтай	8 шахмал

- ✓ ӨВЧИН НАМДАНА
- ✓ ҮРЭВСЭЛ ДАРНА
- ✓ БАКТЕРИЙН ЭСРЭГ

Утас: 99600755, 88061011, 99066136



Хүүхдэд зориулсан утлагын аппарат

Зөвхөн хүйтэн сэрүүний улирал гэлтгүй урин дулааны цагт ч бага насны хүүхдүүдийн дунд Улаанбаатар хотын агаарын бохирдол, тоосжилтоос үүдэлтэй амьсгалын замын өвчлөл, ханиад томуу элбэг тохиолддог. Бидний амьсгалж байгаа агаарт элдэв хорт нэгдлүүд агуулагдаж байгаа нь хүүхдийн уушги, хоолой зэрэг амьсгалын замын эрхтэн системүүд өвчлөх үндсэн шалтгаан болж байна. Харин энэ эрсдлээс энхрий бацхан үрсээ хамгаалах боломжийг эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээний бүтээгдэхүүнээрээ алдартай Итали улсын PIC брэнд олгодог. Бид сэтгүүлийнхээ энэ удаагийн дугаарт PIC брэндийн хүүхдэд зориулсан утлагын аппаратыг онцолж байна.

Улаанбаатар хотын болон орон нутгийн 21 аймагт Импэкс Концерны салбаруудаас худалдан авах

Та энэхүү бүтээгдэхүүнийг байрлах Монгол Эм боломжтой.

АМ ХАМРЫГ БИТҮҮ
УТАХ

ЗӨВХӨН
ХАМРЫГ УТАХ

ЗӨВХӨН ХООЛОЙГ УТАХ
ГЭСЭН 3 ТӨРЛИЙН
ХОШУУТАЙ

БИТҮҮ УТАХ ХОШУУ НЬ
СИЛИКОН УЧИР БҮХ
НАСНЫХАНД
ТОХИРОМЖТОЙ

ХЭРЭГЛЭХЭД
ХЯЛБАР

ХҮҮХДЭД ЗОРИУЛСАН
ХӨГЖИЛТЭЙ
ДҮРСТЭЙ

PIC брэндийн утлагын хоолой өвдөх, харшлын үед хэрэглэхэд тохиромжтой. Энэхүү амьсгалын замын өвчнөөс урьдчилан бүтээгдэхүүн юм. Утлагын аппаратыг хэрэглэхдээ хайрцагнаас нь задалж заавар дээрх зурагны дарааллын дагуу угсарна. Утлагын аппаратыг бүрэн угсарсны дараа хөх өнгийн шүлтүүр дотор цэвэр ус, сода хийж таглаад тогонд залгана. Үүний дараа аппаратын хошуу хэсгийг хүүхдийн аманд тулгаж барина. Энэ нь хамар хоолойг зэрэг утах арга юм. Мөн 2 гуурснаас сонголт хийж хүүхдийн аман дотор өнгөцхөн хийж зуулгаад зөвхөн хоолойг утаж болно. Утлагын аппаратыг хэрэглэж дуусаад урсгал усанд сайтар цэвэрлэж усны үхэрийн /утлагын аппарат/ нурууны хэсэгт 3 гуурсыг хийнэ. Үлдсэн туслах жижиг хэрэгслүүдийг усны үхэрийн /утлагын аппарат/ хамар дотор хийнэ.

аппарат нь хүүхэд ханиалгах, гаралтай астма-багтраа тусах аппарат нь гэрийн нөхцөлд аливаа сэргийлэхэд чухал хэрэгцээтэй аппарат нь хүүхэд ханиалгах, гаралтай астма-багтраа тусах аппарат нь гэрийн нөхцөлд аливаа сэргийлэхэд чухал хэрэгцээтэй

Б.ХОНГОРЗУЛ

Ц.БАТЦЭНГЭЛ: АНТИБИОТИК ХАНИАДНЫ ВИРУСТ ОГТ НӨЛӨӨЛДӨГГҮЙ

Хүйтэн сэрүүний улиралд ханиад томуугийн өвчлөл ихэсдэг. Энэ жил амьсгалын замын өвчлөл, түүнээс үүдэлтэй, уушгины хатгалгаа бага насны хүүхдүүд ч гэлтгүй насанд хүрэгчдийн дунд маш өндөр байна. Томуугийн халдвараар өвчилсөн тохиолдолд элдэв антибиотик дур мэдэн хэрэглэлгүй витамин, эрдэс бодисоор баялаг хоол тэжээл хэрэглэх замаар дархлаагаа сайжруулах, мэргэжлийн эмчийн заавар зөвлөгөөний дагуу эмчилгээ хийлгэх шаардлагатай юм. Энэ талаар бид УНТЭ-ийн Уушгины эмгэг судлалын клиникийн их эмч, АУ-ы магистр, клиникийн профессор, тэргүүлэх зэргийн эмч Ц.Батцэнгэлтэй ярилцлаа.

Энэ жил ханиад томуу, амьсгалын замын өвчлөл маш их байна. Томуу томуу төст өвчний үүсгэгч, гол шалтгааны талаар уншигчдад мэдээлэл өгөөч.

Томуу, томуу төст өвчин буюу бидний нэрлэдгээр ханиад нь дэлхий нийтэд хамгийн өргөн тархсан амьсгалын замын цочмог халдварт өвчин юм. Жил бүр томуугийн вирусийн өөр хэвшинж тархдаж өвчлүүлдэгээрээ бусад халдвараас ялгаатай. Сэрүүн бүсийн улс орнуудад насанд хүрсэн 1 хүн жилд дундажаар 4-6 удаа өвчилдөг. Харин бага насны хүүхдүүд 6-8 удаа өвчилж байна. Томуу өвчнөөр жилдээ 3-5 сая орчим хүн маш хүнд хэлбэрээр өвдөж 250-500 мянган хүн нас бардаг гэсэн ДЭМБ –ын судалгаа байна.

Амьсгалын замын цочмог халдварт өвчин буюу томуу, томуу төст өвчин, ханиадны гол үүсгэгч нь вирус байдаг. Вирус бол зөвхөн амьд эсийн дотор өсөж үржих чадвартай өвчин үүсгэгч юм. Мөн томуу үүсгэгч А, В, С хүрээний вирус гэж байдгаас гадна амьсгалын замын цочмог халдвар, ханиад үүсгэгч 200 гаруй төрлийн вирус байдаг. Тийм учраас нийтэд нь томуу, томуу төст өвчин гэж нэрлэдэг л дээ. Энэ вирус нь -70 хүртэлх хэм буюу гадаад орчинд идэвхитэй амьдрах чадвартай ч халуун дулааны өндөр температурт, мөн ариутгалын бүх уусмалд амархан үхдэг.



Халдварлах чадвар маш өндөр бөгөөд 10 хүний 9 нь халдвар авдаг. Өөрөөр хэлбэл халдвар нэг хүнээс нөгөөд маш хурдан тархаж олон хүн зэрэг өвчилдөг гэсэн үг. Вирус нь амьсгалын зам руу нэвтрэн орж гуурсан хоолойн цочмог хурц үрэвсэл үүсгэн хүндэрсэн үед уушгины хатгаа болдог.

“ **Томуу өвчний үед антибиотик эмчилгээний заалт байхгүй** ”

Уушги өвчлөхөд өөр ямар хүчин зүйл нөлөөлдөг вэ?

Уушгинд утаанаас гадна мэргэжлийн нөхцлүүд нөлөөлж байна. Зөвшөөрөгдөх хэмжээнээс хэд дахин өндөр, маш их тоостой орчинд ажилласнаас амьсгалын эрхтэн

тогтолцоо тэр чигээрээ уушгины тоосжих хүнд өвчинд нэрвэгддэг. Тоосны ширхэг нарийн байх тусмаа уушгины гүн рүү нэвтэрч ороод эргэж гарах боломжгүйгээр тоосжих өвчин үүсгэдэг. Уушги тоосжих өвчин хүндэрснээсээ болоод уушгины хэвийн үйл ажиллагаа ноцтой хэмжээнд алдагдсан хүмүүс их ирж байна.

**Амьсгалын
замын
өвчлөлийн
60-70 хувь нь
агаарын
бохирлоос
үүдэлтэй**

#УТАА

Хүмүүс ханиад хүрсэн үедээ дур мэдэн хүчтэй антибиотикүүдийг хэрэглэхэд шүү дээ. Ер нь ханиад хүрсэн үед ямар эмчилгээ илүү үр дүнтэй байдаг вэ?

Эхний үе шат болох 24-48 цагийн дотор вирусийн халдварын эрсдэлтэй, архаг хууч өвчтэй, өндөр настай, дархлаа сул үед вирусийн эсрэг эм бэлдмэл хэрэглэх нь зүйтэй байдаг. Ихэнх вирусийн эсрэг эмүүд нэг эсээс нөгөө эсэд вирус дамжих замыг саатуулдаг учир вирусийн эсрэг эм бэлдмэл эхний 24-48 цаг дотор хэрэглэвэл үр дүн сайтай. Эмчийн зааваргүйгээр өөрөө дур мэдэн эмчилгээ хийх, ялангуяа бактерийн эсрэг антибиотик хэрэглэх нь маш буруу. Яагаад гэвэл антибиотик ханиадны вирус огт үйлчлэхгүй. Вирусийн халдвар хүний дархлааны тогтолцоог дарангуйлсан байхад антибиотик хэрэглэх нь хүний дархлааг улам сулруулдаг. Тиймээс томуу өвчний үед антибиотик эмчилгээний заалт байхгүй

гэдгийг анхаарах хэрэгтэй. Нарийн мэргэжлийн эмчид хандаж зөв оношилгоо хийлгэж, оновчтой эмчилгээ хийх нь зүйтэй. Дархлааны тогтолцоогоо бэхжүүлж хэвийн байлгахын тулд уургаар баялаг хоол хүнс хэрэглэх нь чухал. Ханиаднаас сэргийлэхийн тулд дулаан хувцаслах асуудал үнэхээр чухал. Даарснаас болж хэсэг газрын цусны судаснууд агшсанаас цусны эргэлт удааширч тухайн хэсгийн хамгаалалт алдагдан вирус, бактер хүний эс рүү нэвтрэн орох боломж бүрддэг.

Уушги хамгаалах, амьсгалын замын элдэв өвчлөлийн эмчилгээнд ямар бүтээгдэхүүн хэрэглэж байна вэ?

Австри улсад үйлдвэрлэсэн лаванда цэцгийн тосноос гаргаж авсан тавипек гэдэг бүтээгдэхүүний талаар танилцуулмаар байна л даа. Энэ эм нь нарийн гэдсэнд очиж задарч цусны урсгалд ордог учир ходоодыг цочроодоггүйгээс гадна гуурсан хоолойн салст бүрхэвчийн намираа хучуур эдийн үйл ажиллагааг сэргээж үрэвслийн эсрэг үйлдэл үзүүлдэг. Уушги нь өөрийгөө тоос тоосонцор, утаа зэрэг гадны элдэв бохирдлоос цэвэрлэх, хамгаалах үйлдэлтэй байдаг. Тавипек бүтээгдэхүүн энэ үйлдлийг нь сэргээж, дэмжиж өгдөгөөрөө онцлогтой. Мөн цусны цагаан, цулцангийн макрофагийг идэвхжүүлж бактер, мөөгөнцөр, сүрьеэгийн савханцрын идэвхлийг бууруулж, агаарын бохирдол, тоос тоосонцороос үүдэлтэй ханиалга, элдэв өвчлөлийг маш сайн намдааж, анагааж байгааг өвчтөнүүд хэлж байна. Ханиад өвчний эдгэрэлт түргэн, дахиж өвчлөх нь бага байна. Мөн гуурсан хоолойн архаг үрэвсэлтэй үед, тамхичдад хэрэглэхэд ханиалгалтыг ихэсгэхгүйгээр уушгины цэр салстыг гаргаж чөлөөлж байна. Ерөнхийдөө үр дүн их сайн байгаа.

М.ГАНБААТАР



**ЭРҮҮЛ УУШГИАР
ЧӨЛӨӨТЭЙ
АМЬСГАЛЦГАА**



ХҮҮХДИЙН ХАНИАД ТОМУУНЫ ҮЕИЙН ЯАРАЛТАЙ ТУСЛАМЖ



Тайлол колд бэлдмэлийг хүүхдийн ханиад томууны үеийн дараах шинж тэмдгийн эмчилгээнд хэрэглэнэ.

- * Халуурах
- * Ханиалгах
- * Найталгах
- * Бие сулрах
- * Нус гоожих
- * Хамар битүүрэх
- * Хоолой загатнах
- * Нүд хэт мэдрэхших
- * Өвдөлтийн ерөнхий байдал



1-2 халбагаар
Өдөрт 3-4 удаа
хэрэглэнэ



6 НАС ХҮРТЭЛ



ХАЛУУН БУУРУУЛАХ ӨВДӨЛТ НАМДААХ АЛТАН СТАНДАРТ

6 хүртэлх насны хүүхэд	Тун
0-3 сар хүртэлх нярай	Тал халбага
3 сар - 1 нас	0.5-1 цайны халбага (5 мл)
1 - 6 нас	1-2 цайны халбага (5 -10 мл)
Хоногт авах дээд тун 60 мг/кг биеийн жинд	
Эмчилгээ: Халуун бууруулах зорилгоор 3 хоног, өвдөлт намдаах зорилгоор 5 хоног хүртэлх хугацаагаар ууж, хэрэглэнэ. Хоногт 3-4 удаа 4-6 цагийн зайтай хоолны өмнө ууж хэрэглэнэ.	

ХЭРЭГЛЭХИЙН ӨМНӨ САЙТАР СЭГСРЭХ

УТАС: 99600755, 88061011, 99066136

ТА ДЗ АМИН ДЭМИЙН ДУТАГДАЛТАЙ ЮУ?

Монгол орны газар нутаг, улирлын онцлогоос шалтгаалж бид нарны гэрэл, хоол тэжээлээсээ ДЗ амин дэмийг хангалттай хэмжээнд авч чаддаггүй. Гол төлөв хүний арьсанд хэт ягаан туяаны тусламжтайгаар бүрэлддэг энэхүү амин дэм манай хүн амын 80 орчим хувьд дутагдаж байдаг байна. Иймээс нэмэлтээр ДЗ амин дэмийг ууж хэрэглэх замаар нөхөх зайлшгүй шаардлагатай юм. ДЗ амин дэм нь яс, мэдрэл болон булчин, дарлаа, зүрх судасны хэвийн үйл ажиллагаанд онцгой ач холбогдолтой бөгөөд ясны сийрэгжилт, зүрхний шигдээс, чихрийн шижин, цус харвалт зэрэг өвчнүүдийн эрсдэлээс урьдчилан сэргийлдэг байна. Та өөрийн сонгосон хариултын харгалзах оноог цуглуулж хариулт хэсгээс танд ДЗ амин дэм дутагдаж байгаа эсэхийг мэдээрэй.

1. Та жилд хэдэн удаа ханиад томуу тусдаг вэ?

- а. Жилд 1-2 удаа /1 оноо/
- б. Жилд 3-5 удаа /2 оноо/
- в. Жилд 5-с дээш удаа /3 оноо/

2. Ханиад туссанаас хойш хэр хугацаанд эдгэдэг вэ?

- а. Харьцангуй богино хугацаанд, 3-5 хоногийн дотор /1 оноо/
- б. 1-2 долоо хоног үргэлжилдэг /2 оноо/
- в. Түрүүч нь эдгээд удаагүй байтал дараагийн ханиад залгадаг /3 оноо/

3. Таны биеийн байдал хэр вэ?

- а. Би эрч хүчээр дүүрэн байдаг /1 оноо/
- б. Заримдаа ядарч сульдах мэдрэмж төрдөг /3 оноо/
- в. Би маш их ядарч туйлддаг учир юм хийхээс дургүй хүрдэг /5 оноо/

4. Та өдөрт цэвэр агаарт хэр хугацааг өнгөрүүлдэг вэ?

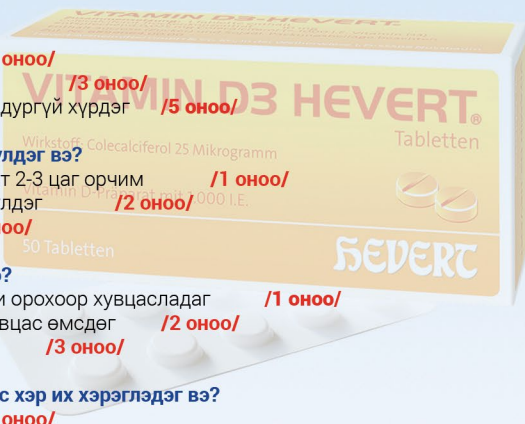
- а. Боломж л олдвол цэвэр агаарт байдаг, өдөрт 2-3 цаг орчим /1 оноо/
- б. Өдөрт ихээр бодоход 1 цагийг гадаа өнгөрүүлдэг /2 оноо/
- в. Би гадаа байх нь их ховор /4 оноо/

5. Та биеэ хэр зэрэг ил гаргаж хувцасладаг вэ?

- а. Халуун хүйтнээс хамаардаг. Аль болох салхи орохоор хувцасладаг /1 оноо/
- б. Зөвхөн чөлөөт цагаараа л биеэ ил гарсан хувцас өмсдөг /2 оноо/
- в. Би аль болох биеэ ил гаргахгүйг хичээдэг /3 оноо/

6. Та > 8 хамгаалалтын үзүүлэлттэй нарны тос хэр их хэрэглэдэг вэ?

- а. Зөвхөн ээлжийн амралтаараа /1 оноо/
- б. Наранд шарах бүртээ /3 оноо/
- в. Өдөр тутам хэрэглэдэг /5 оноо/



Сонжооны хариулт

6-8 оноо: Сайн байна! Та зөв амьдралын хэв маягтай учир Д амин дэмийн өдөр тутмын хэрэгцээгээ нарны гэрлийн тусламжтайгаар хангаж чаддаг.

9-14 оноо: Таны бие хангалттай хэмжээний Д амин дэм үйлдвэрлэж чаддаггүй байх магадлалтай. Та цусан дахь Д амин дэмийн хэмжээгээ тогтоолгоорой. Эмч болон эм зүйчээс амин дэмийн дутагдлаа хэрхэн нөхөх талаар зөвлөгөө аваарай.

15-23 оноо: Та цусан дахь Д амин дэмийн хэмжээгээ заавал шинжлүүлж дутагдаж буй амин дэмийг нэмэлтээр хэрэглэж нөхөх шаардлагатай.

ГЕРМАН УЛСАД ҮЙЛДВЭРЛЭВ

ВИТАМИН Д3-ХЕВЕРТ

НАРНЫ АМИН ДЭМЭЭР БИЕЭ ЦЭНЭГЛЭ!

- БАТ БӨХ ЯС
- ХҮЧТЭЙ ДАРХЛАА
- ЭРЧ ХҮЧ

ТАНЫ ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН
ТӨЛӨӨ ӨНДӨР ТУНГААР
БҮТЭЭВ

1000 ОУН



ЭРЧ ХҮЧИЙГ ВИТАМИН Д3 АМИН ДЭМЭЭС АВЪЯ

Витамин Д3 Хеверт амин дэм

ХЭРЭГЛЭХ ЗААЛТ: Д амин дэмийн дутагдалаас үүдэлтэй өвчнүүдийн шинж тэмдгийн үед болон эрүүл хүмүүс ясны сийрэгжилт, нярай болон дутуу төрсөн хүүхдүүд рахитаас урьдчилан сэргийлэх зориулалтаар хэрэглэнэ.

Д АМИН ДЭМИЙН ДУТАГДЛААС ҮҮДЭЛТЭЙ ЭРСДЛҮҮД:

- Ясны сийрэгжилт • Рахит • Халдварт өвчинд өртөмтгий болох
- Зүрхний шигдээс • Чихрийн шижин өвчин • Бронхит, багтраа
- Цус харвалт • Хорт хавдар



МОНГОЛ ЭМ ИМПЭКС
КОНЦЕРН

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН
ЛАВЛАХ **1800-1923**

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ЗҮРХАЙ

ХОНЬ

Энэ ордныхны өвчин гэнэт эхэлж, маш хурц хэлбэрээр өрнөдөг. Хэт хөөрсөн бөгөөд эрүүл мэнддээ дэндүү гамгүй хандсанаас гол төлөв өвчин тусдаг гэж үздэг. Хонины ордонд төрөгсөд нүдний өвчин, арьс мэдрэлийн эмгэг, толгойн өвчинд өртөмтгий. Удаан хугацаагаар хэвтэж эмчлүүлэх дургүй. Тиймээс ханиад, хатгаанаас урьдчилан сэргийлж, нүдээ хамаагүй чилээхгүй байхаас гадна шүдний эмчид цаг тухайд нь үзүүлж, сэтгэл хөдлөлөө хянан, хэрүүл маргаанаас зайлсхийж байхыг зөвлөж байна.

ҮХЭР

Тэвчээртэй, амьдрах чадвар сайтай болохоор тэр бүр өвдөөд байдаггүй. Харин нэг өвдөөл илаарших нь удаан, тухайн өвчин архагших ч нөлөөтэй. Үхрийн орд нь хүзүү хоолой, доод эрүү, улаан хоолой зэргийг хянаж байдаг болохоор хүзүү залгиур хоолой, чих мөн бэлгийн замын өвчлөлд өртөмтгий байх талтай. Түүнчлэн гэдэсний өвчин, багтраа, ангина зэрэг өвчнүүдээс урьдчилан сэргийлэх нь зүйтэй. Өвдсөн бол тэвчээртэй, дуулгавартай, байж чаддаг болохоор эмчийн зөвлөгөөг сайн биелүүлдэг.

ИХЭР

Эрүүл мэндээр тийм ч сайн биш атлаа өөрийн биед дэндүү хэнэггүй, хамаагүй ханддаг. Энэ орд нь мөр, гар, уушиг, мэдрэлийн эсийг хянадаг учир бронхит, мэдрэлийн ядаргаа, хатгаа, сүрьеэ, булчин болон үе мөчний хөдөлгөөний идэвх алдагдах, элэг мөн арьсны өвчинд өртөмтгий гэж үздэг. Эм уух, эмчлүүлэх дургүй болохоор эмчилгээний курсээ дуусгалгүй алга болох нь цөөнгүй.

МЭЛХИЙ

Энэ ордныхныг хамгийн бие султай хүмүүс гэж үздэг. Шалтгаан нь бие султайд биш харин хэт их биеэ чагнадагт нь байдаг гэдгийг онцолж байна. Хэрэв ямар нэг өвчин туслаа гэж бодвол өөрийгөө шаналгаж биеэ чагнасаар байгаад өвдөж мэдэх улс. Мэлхийн орд нь цээж гэдэс, тохойны үе, ходоод, уушгины доод талыг хянадаг. Ходоодны шархлаа, судасны хатуурал, тунгалагийн өвчин нь энэ ордныхны хамгийн өртөмтгий эмгэг гэж хэлж болно.

АРСЛААН

Биеийн эсэргүүцэл сайнаас гадна тун ч эрч хүчтэй хүмүүс. Өвчин нь хурц хэлбэрээр өрнөх талтай ч түргэн илаарших хандлагатай. Энэ орд нь зүрх нурууны дээд хэсэг, давсаг зэрэгт голлон нөлөөлдөг болохоор зүрх судасны өвчин, үе мөчний болон нурууны эмгэгт өртөмтгий.

ОХИН

Энэ ордныхныг хамгийн чийрэг хүмүүст тооцдог. Эрүүл мэнд, цэвэр цэмцгэр байдлыг эрхэмлэдэг ч заримдаа хэтрүүлчих гээд байдаг сул талтай. Охины орд нь хэвлийн хөндий, нарийн гэдэс, ходоод гэдсийг хянадаг тул хоол боловсруулах эрхтний эмгэг, түгжрэе, мухар олгой гэдсээр хатгуулах зэрэг өвчлөлд өртөмтгий. Хооллолтондоо онцгой анхаарал тавьж, гэдэс дотроо цэвэршүүлж байвал өвчин тусах магадлал багасна.

ЖИНЛҮҮР

Гаднаасаа тийм эрүүл харагддаггүй ч чийрэг хүмүүс байдаг. Энэ орд нь бөөр, бэлхүүсийн хэсгийг хариуцдаг. Жинлүүрийнхний хамгийн эмзэг хэсэг бол бөөр. Тиймээс давсагны чулуу, давсагны урвасал, бөөрний өвчлөлд өртөмтгий. Өвчин тусвал хүмүүсээс анхаарал халамж авах дуртай байдаг болохоор хэр хурдан илаарших нь асарч тойглож байгаа хүмүүсээс нь шалтгаална.

ХИЛЭНЦ

Хилэнцийн орд нь гэдэсний доод хэсэг, нөхөн үржихүйн эрхтнүүд, давсаг, шулуун гэдсэнд хамаарагдана. Шар, шамбарам зэрэг өвчлөлд өртөмтгий. Үе үе дэгдэг халдварт өвчинд мөн өртөмтгий байх хандлагатай. Тиймээс олныг хамарсан дээрх төрлийн өвчний үед гадагшаа тэр бүр гарахгүй байх нь зүйтэй.

НУМ

Бие сайтай нь гол төлөв өөрсдөөсөө болж өвчин эмгэгт ихээхэн ороогддог. Уг орд нь аарцаг, гуя, өгзөг, ахар сүүл, цус шүүдэг эрхтнүүдийг хянадаг болохоор мэдрэл, цусны эргэлтийн систем, гуя, үе мөчний өвчин, уушигны өвчин, элэгний өвчлөлд өртөмтгий. Эмчилж байгаа эмчдээ хэр итгэлийг төрүүлж байгаагаас илаарших явц хамаарна.

МАТАР

Хүүхэд ахуй насандаа өвчинд өртөмтгий ч нас ахихын хэрээр дархлааждаг. Эрч хүчээр тааруу ч өөрсдийн боловсруулсан зарчмыг дагасаар урт наслах нь олонтаа. Тиймээс энэ ордныхны дунд өндөр настнууд элбэг. Матрын орд тойг, яс, арьс, хоол боловсруулах системийг хянадаг. Яс хугарах, гэмтэх, үе мөчөөр өвдөх, сонгсол муудах, цөсний чулуу зэрэг эмгэгт өртөмтгий. Өвчин нь далд хэлбэрээр явсаар архагших нь цөөнгүй. Сэтгэл тавгуйтах сэтгэлээр унах нь эрүүл мэндэд нь хамгийн хортой.

ХУМХ

Бие хаа сайтай, амьдрах эрч хүчээр дүүрэн ч эрүүл мэндийн хувьд асуудалтай. Шагай, бугалга, шилбэний яс, нүд, холбоос, шөрмөсийг хянадаг ордонд төрсөн тул хөлийн шөрмөс татах, ядаргаа, хараа, сонсголын асуудал, нас ахихаар даралт ихсэх, судас хатуурах зэрэг эмгэгт өртөмтгий. Ядрах, сэтгэлийн тавгуйтлээс сэргийлж, хорт зуршлаасаа салах хэрэгтэй.

ЗАГАС

Ордных нь онцлогоос хамааран хамгийн сул, эрч хүч султай хүмүүс гэж үздэг. Эрүүл мэндтэй холбоотой асуудал нь нян, вирус гэхээсээ илүүтэйгээр сэтгэл санааг нь дагадаг. Загасны орд нь гэдэс, тавхай, ходоод тунгалагийн системийг хариуцдаг. Сульдах, хөл хавагнах, мөөгөнцрийн зэрэг өвчлөлд өртөмтгий гэж үздэг. Эмэнд хурдан дасал болдог учир ууж буй эмээ үе үе өөрчлөх нь зүйтэй.

С.ЧИНБАЯР

ХЕПАТИТ В ВИРУСТЭЙ ЭХЭЭС НЯРАЙД
ДАМЖИХ ХАЛДВАРЫН ЭРСДЛИЙГ
БУУРУУЛАХ ТАРИЛГА



HEPABIG

ХЕПАТИТ В ИММУНОГЛОБУЛИН
Hepabig - Эрүүл аз жаргалтай амьдралын эхний алхам



МОНГОЛ ЭМ ИМПЭКС
КОНЦЕРН



Урсосан

Урсодеоксихолын хүчил

Элэг хамгаалагч, цэсөн дэх холестеринь чулуу уусгагч бэлдмэл

www.ursosan.ru

Урсосан

- ✓ Элэгний эсийг хамгаална
- ✓ Цэсний чулууг уусгана
- ✓ Ам гашуун оргилтыг арилгана



Урсосан

250мг бүрхүүлтэй
шахмал №50



 PRO.MED.CS
Praha a.s.