

Эрхэм хүндэт Арлингтоны Төрийн Өмчит Сургуулиуд (APS)-н гэр бүлийнхэн болон ажилтнууд аа,

2022 оны 11-р сар

Өвлийн өвчлөлийн улирал ирлээ. Томуу, амьсгалын замын синцитиал вирус (RSV), COVID зэрэг нь энэ улиралд анхаарах ёстой зарим өвчнүүд юм. Хүүхэд тань өвчилсөн өөрсдийнхөө болон бусдын эрх ашгийн төлөө сургуулийнхаа эмнэлэгт мэдэгдэж, хүүхдээ гэртээ байлгана уу. Сургуулийн эрүүл мэндийн тасгаас өвчлөлийн явцыг илрүүлэх, тархалтаас урьдчилан сэргийлэх зорилгоор дараах зөвлөмжийг уншиж танилцахыг хүсч байна. Үүнд:

**ТОО БАРИМТ:** Томуу (томуу тест өвчин нь) нь төрөл бүрийн томуугийн вирусээр үүсдэг халдварт өвчин юм. Уг өвчин нь хөнгөн, хүнд хэлбэрийн өвчлөл үүсгэдэг. Өндөр настнууд, бага насны хүүхдүүд болон [эрүүл мэндийн тодорхой асуудалтай](#) тухайлбал жирэмсэн, багтраа, уушиг болон зүрхний асуудалтай, дархлаа нь суларсан хүмүүс томуугийн ноцтой хүндрэлд өртөх өндөр эрсдэлтэй. Ханиад томуунаас урьдчилан сэргийлэх хамгийн сайн арга бол жил бүр **дархлаажуултад хамрагдах** явдал юм.

**ХЭРХЭН ТАРХДАГ ТАЛААР:** Ханиалгах, найтаах, өвчтэй хүнтэй хэт ойрын зайнаас харьцах үед томуу болон түүнтэй төстэй вирусээр халдварладаг. Вирусын халдвартай эд зүйлсд хүрэлцсэний дараа ам, нүд, хамартаа хүрэх үед халдвар авах магадлал бага хэдий ч хоолны хэрэгсэл, аяга тавгаа сольж хэрэглэх нь ханиад томуу тараах эрсдэлтэй.

**ШИНЖ ТЭМДЭГ:** Томуугийн хамгийн түгээмэл шинж тэмдэг нь халуурах, жихүүдэс хүрэх, ханиалгах, хоолой өвдөх зэрэг юм. Мөн ядрах, булчингуудаар өвдөх, толгой өвдөх, хамраас ус гоожих / битүүрэх зэрэг шинж тэмдэг илэрч болно. Зарим хүмүүс, ялангуяа хүүхдүүд бөөлжиж, суулгаж болох ба эдгээр шинж тэмдгүүд нь COVID-19-тэй хүмүүст ч илэрч болно.

**УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХ ЭМ:** Хэрвээ та болон таны хүүхэд дээр дурьдсан өндөр эрсдэлтэй ангилалд багтсан **бөгөөд** томуу туссан хүнтэй харьцсан тохиолдолд өвчин илрэхээс өмнө вирусын эсрэг эм хэрэглэх нь зохистой эсэхийг эмчтэйгээ зөвлөнө үү.

#### **ӨВЧНИЙ ШИНЖ ТЭМДЭГ ИЛЭРСЭН ТОХИОЛДОЛД:**

1. Та өөрөө гэртээ байж эсвэл хүүхдээ гэртээ байлгаж, сургуулийн эмнэлэгт мэдэгдэнэ үү.
2. Халдвар авсан байх боломж бүхий сурагч нь COVID-19-ийн шинжилгээ хийлгэж, эмнэлгийн байгууллагаар баталгаажуулах буюу эрүүл мэндийн байгууллагын [https://apsva.iad1.qualtrics.com/jfe/form/SV\\_6loaODG7Pfzhn7g](https://apsva.iad1.qualtrics.com/jfe/form/SV_6loaODG7Pfzhn7g). -д бүртгүүлнэ үү. **Коронавирусын шинжилгээ (COVID-19) сөрөг гарсан хэдий ч 24 цагийн турш халуурахгүй болтол нь /эмгүйгээр/ сургуульд явуулах шаардлагагүй.**
3. Хэрвээ таны хүүхдэд Коронавирусын халдвар (COVID)- илэрсэн тохиолдолд халдварын эсрэг хариу арга хэмжээ авах эрүүл мэндийн байгууллагаас хүүхэд тань хэзээ хичээлдээ явж болох талаар мэдэгдэх болно.
4. Эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээ үзүүлдэг байгууллагатай холбоо барьж зөвлөгөө/үнэлгээ авахдаа энэхүү захидлын хуулбарыг үзүүлнэ үү. Өвчний хүндрэлийг бууруулах, вирусын эсрэг эм хэрэглэхийн ашиг тусын талаар эмчээс асууж лавлана уу. Шинж тэмдэг илэрсний дараа шаардлагатай эмийг аль болох түргэн ууж эхлэх нь маш чухал (48 цагийн дотор хамгийн үр дүнтэй байдаг)

**САНАМЖ:** Ханиалгаж, найтаахдаа амаа дарах; гараа тогтмол, сайтар угаах нь томуу болон амьсгалын замын бусад өвчний халдвараас урьдчилан сэргийлэхэд чухал ач холбогдолтой.

**Та КОВИД болон ханиад томуугийн эсрэг вакцин хийлгэхэд одоо ч оройтоогүй байна!**

Томуугийн вакцин нь:

Халдварт Өвчний Хяналт болон Урьчилан Сэргийлэх Төв (CDC)-өөс зургаан сартай болон түүнээс дээш насны хүн бүр томуугийн вакцинд жил бүр хамрагдахыг зөвлөдөг.

- Гэрийнхээ ойролцоо байгаа томуугийн вакцины цэгийг хайж олохдоо <https://www.vaccines.gov/find-vaccines/> хаягаар орж зип кодоо бичээд вакцины сонголтоо хийнэ үү.
- Арлингтон мужийн Нийгмийн эрүүл мэндийн хэлтсээс долоо хоног бүр вакцины цэгүүд ажиллуулж байгаа ба цаг хэрхэн авах, байршил, үнийн талаарх дэлгэрэнгүй мэдээллийг [эндээс](#) авна уу.

COVID-н эсрэг вакцин нь:

- Таны ойролцоо байгаа COVID-ийн вакциныг олохын тулд <https://www.vaccines.gov/find-vaccines/> хаягаар орж зип кодоо бичин вакцины сонголтоо хийнэ үү.

**RSV-н талаар:** CDC-ийн мэдээлж байгаагаар улс даяар RSV илрүүлэлт нэмэгдэж байна. Амьсгалын замын синцитиал вирус буюу RSV нь амьсгалын замын нийтлэг вирус бөгөөд ихэвчлэн хөнгөн, ханиадтай төстэй шинж тэмдэг үүсгэдэг. Ихэнх хүмүүс долоо хоногоос хоёр долоо хоногийн дотор эдгэрдэг хэдий ч RSV нь ялангуяа нярай болон өндөр настай хүмүүст ноцтой тусаж болно. Хүүхдээ RSV туссан байж магадгүй хэмээн үзэх эсвэл ямар өвчин туссан талаар мэдэхгүй байгаа бол эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээ үзүүлэгч байгууллагатай холбогдон заавар зөвлөгөө/ дүгнэлт авна уу.

**НЭМЭЛТ МЭДЭЭЛЭЛ:** Халдварт Өвчний Хяналт, Урьдчилан Сэргийлэх Төвөөс томуу, COVID, RSV-ийн талаарх ерөнхий мэдээллийг: <http://www.cdc.gov/flu/>; <https://www.cdc.gov/rsv/index.html>; <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> эндээс авах боломжтой.

Хүндэтгэсэн,  
Сургуулийн Эрүүл мэндийн албаны дарга  
Сара Н.Белл,