



## ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОГЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ

### КОРОНАВИРУСНИ (2019-nCoV) ЮҚТИРИШДАН ЎЗИНГИЗ ВА БОШҚАЛАРНИ АСРАНГ САЛОМАТ БҮЛИНГ

#### *Янги коронавирус (2019- nCoV) ҳақида қисқача маълумот*

Янги коронавирус Хитойда 2019 йил декабрда аниқланиб, шу пайтдан бошлаб дунё мамлакатлари бўйлаб тарқалмоқда. Коронавируслар нафас олиш хужайраларини шикастлади.

Инкубацион даври 2 кундан 14 кунгacha давом этади.

Хозирги кунда вирус тарқалиши асосан одамдан одамга, кўпинча яқин алоқа оқибатида ўтиши эвазига таъминланмоқда.

#### *Коронавирус аломатлари*

Иситма, йўтал, ҳолсизлик ва нафас қисиши.

#### *Хавф гурухига кимлар киради?*

Янги коронавирусни барча ёшдаги одамлар юқтириши мумкин. Ёши катта, сурункали касалликка йўлиқкан, иммунитети заифлашган одамлар касалликни бошдан кечириши қийинроқ кечади.

#### *Коронавирусга қарнии вакцина борми?*

Хозирги кунда инфекцияни олдини олиш учун вакцина, шунингдек, 2019-nCoV вирусга қарши маҳсус даволаш мавжуд эмас. Клиникалар томонидан тестдан ўтказилиб, ўзига хос даволаш усуллари бугун ўрганилмоқда. Соғлиқни сақлаш вазирлиги Бутунжаон соғлиқни сақлаш ташкилоти ва дунё давлатларининг мутахассислари билан биргаликда вирусга қарши янги вакцина ва даволаш методларини яратиш устида фаол ишлашмоқда.

## *Юқтириб олиш хавфини қандай камайтиради?*

- Құлларни тез-тез ва яхшилаб совун билан өқар сувда ювиш, спиртли дезинфекцияловчи воситалардан фойдаланиш, овқат қилиш давомида ҳамда ундан олдин ва кейин, шунингдек, овқатланишдан олдин, ҳожатхонадан ёки ҳайвон билан алоқадан кейин құлларни ювиш.
- Юзингизни қўлингиз билан кўп ушламанг.
- Имкон қадар театр, кинотеатр, аэропорт, вокзал бозор ва катта дўконлар каби кўп одам йигиладиган жойларга боришни камайтириш. Бозорга борганда ҳайвонлар билан бевосита алоқа қилишдан чекининг.
- Йўталганда, бурун қоққанда ва аксирганда оғиз билан бурунга букилган тирсак, енг ёки салфеткани тутинг. Ундан кейин салфеткани дарҳол ахлатга ташланг ва қўлингизни ювишини унутманг.
- Шамоллаш ёки грипп алматларига эга одамлар билан яқин алоқа қилишдан чекининг. Яқин алоқа деганда бемор билан икки метр доирасида, у билан бир хонада ёки узоқ вақт мобайнида касал юқтирган беморга қарашиб зонасида индивидуал ҳимоя воситаларисиз (халат, қўлқоп, никоб) бўлиш тушунилади. Шунингдек, яқин алоқа бемор бўлган хонага қатнаш, касал юқтирган одамдан ажралиб чиқкан суюқлик, масалан, балгам, билан алоқани ўз ичига олади.
- Касалликнинг ilk алматлари кузатилганда, уйда қолинг ва дарҳол шифокорга мурожаат қилинг.

## *Озиқ-овқат хавфсизлиги учун зарур чора-тадбирлар*

- Хом гўшт ва пиширилган маҳсулотлар учун алоҳида пичоқ ва чопиш тахталарини ишлатинг;
- Пиширилган маҳсулотлар билан муомала қилишдан олдин хом маҳсулотларни, айниқса гўшт ва сут маҳсулотларини, ушлагандан кейин қўлларни астойдил ювинг;
- Гўшт маҳсулотларини овқатга ишлатиш шарти шуки, улар яхшилаб қайнатилган/қовурилган, яъни пухта пиширилган бўлиши керак;
- Касал ҳайвон ёки касаллик оқибатида ўлган ҳайвон гўштини асло овқатга ишлатманг;
- Келиб чиқиши ҳайвонотга мансуб маҳсулотлар хом ёки чала қайнатилганларини истеъмол қилишдан чекининг. Кесишма заарланишга йўл қўймаслик учун хом гўшт, сут билан эҳтиёткор муомала қилиш лозим. Сутни яхшилаб қайнатинг.

*Инфекциядан ҳимоя воситаси сифатида оғиз ва бурун учун мүлжалланган тиббий ниқобни тақиб юриши шартми?*

Ҳа. Сизда респиратор инфекция аломатлари күзатылса – йүтәл, нафас олишда қийналиш

Ҳа. Респиратор инфекция аломатларига эга беморга қараёттан бўлсангиз

Ҳа. Соғлиқни сақлаш тизими ходими бўлиб, респиратор инфекция аломатларига эга беморларни бориб кўрсангиз

Йўқ. Респиратор инфекция аломатларига эга бўлмаган қолган ҳамма.