

Хариу арга хэмжээний удирдамж

(Эрүүл мэндийн салбар – Нийтийн)

Хайхрамжтай
байх шат



- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусч болзошгүй тул хангалттай ус ууж, өдрийн цагаар гадуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусч болзошгүй тул гадуур гарахдаа нимгэн хувцас өмсөж, зоонтог, малгай, ус биедээ авч яваарай.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул хоолыг бүрэн болгож иднэ үү. Мөн 10 градусаас бага температурт хадгална уу.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул нэг удаа болгосон хоолыг дараа нь идэхдээ дахин буцалгаж иднэ үү.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул хоол үнд бэлдэхдээ сайтар гараа угааж, анхааралтай хандана уу.

Анхааралтай
байх шат



- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин амархан тусч болзошгүй тул хүнд дасгал хөдөлгөөн хийж, мөн гадуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин амархан тусч болзошгүй тул ус, давс сайтар хэрэглэж, гадаа гарахдаа 30 минут тутамд амарна уу.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин амархан тусч болзошгүй тул гадуур гарахдаа нимгэн хувцас өмсөж, зоонтог, малгай, ус биедээ авч яваарай.
- Хоолны хордлого авч болзошгүй тул гал тогооны хэрэгслийг угааж цэвэрлэж, ариутган бактериас сэргийлнэ үү.
- Хоолны хордлого авч болзошгүй тул хүнсний бүтээгдэхүүний хүчинтэй хугацааг шалгаж, хадгалах аргыг шалгана уу.

Сэрэмжтэй
байх шат



- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал өндөр тул өдөр 12 цагаас 5 цагийн хооронд гадуур гарахаас зайлс хийж амарна уу.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал өндөр тул ус, давс сайтар хэрэглэж, гадуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал өндөр тул толгой эргэх, дотор муухайрах, толгой өвдөх зэрэг шинж тэмдэг тогтмол илрэх тохиолдолд 119-т хандана уу.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал өндөр тул хөнгөн хооллож, ус их ууна уу.
- Хоолны хордлого авч болзошгүй тул сэжигтэй шинж тэмдэг(цустай баах, өндөр халуурах гэх мэт) илэрвэл эмнэлэгт хандана уу.

Аюултай
шат



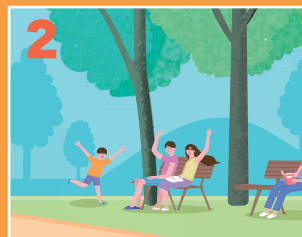
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал маш өндөр тул өдөр 12 цагаас 5 цагийн хооронд гадуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал маш өндөр тул толгой эргэх, дотор муухайрах, толгой өвдөх зэрэг шинж тэмдэг тогтмол илрэх тохиолдолд 119-т хандана уу.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолддог өвчин тусах магадлал маш өндөр тул нарны хордлогын(бөөлжих, өндөр халуурах гэх мэт) шинж тэмдэг илэрвэл 119-т хандана уу.

Ангилал бүрийн дэлгэрэнгүй хариу арга хэмжээний удирдамжийг БНСУ-ын Цаг уурын албаны цаг уурын вэбсайт (www.weather.go.kr) болон цаг агаарын мэдээ(app)-с авна уу.

Хэт халууны үед өөрийгөө хамгаалах 4 арга



Их хэмжээний ус уух



Сэрүүн сүүдэрт байх.



Тогтмол амрах.



Цаг уурын мэдээгээр мэдээлэл авах.

Төрөл бүрийн аргаар хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурилсан урьдчилсан мэдээ хүргэх

БНСУ-ын цаг уурын алба, засгийн газар, радио телевизийн газрууд олон төрлийн аргаар Хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурилсан урьдчилсан мэдээ хүргэж байна.



Маргаашийн

Халалт

Ямар
өнгөтэй
байх вэ?

Хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурилсан урьдчилсан мэдээ

Эрүүл мэндийн салбараас анхаарал болгоомжтой байх үеийн шатнаас дээш халах төлөвтэй байвал өмнөх өдрийн өглөө 11 цаг 30 минутад мэдээлэл хүргэнэ.



Korea Meteorological
Administration



Korea Meteorological
Administration

