

## Хариу арга хэмжээний удирдамж

(Эрүүл мэндийн салбар - Нийтийн)

**Хайлтад  
байх шат**

**Анхааралтай  
байх шат**

**Сэргэжүүлэтийн  
байх шат**

**Аюултай  
шат**

- Дулааны улиралд илбэг тохиолдог өвчин тусч болзошгүй тул ханглалттай ус үүж, өдрийн цагаар гадуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолдог өвчин тусч болзошгүй тул гардуур гарахдаа нимгэн хувцас өмсөж, зоонтог, малгай, ус биедээ авч яварай.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул хоолыг бүрэн болгож иднэ үү. Мөн 10 градусаас бага температурт хадгалахаа уу.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул нэг чуда болгосон хоолыг дараа нь идэхээдээ дахин буцалгаж иднэ үү.
- Хоолны хордлого тусч болзошгүй тул хоол үнд бэлдэхдээ сайтар гарахаа угааж, анхааралтай хандана уу.

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

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

- Дулааны улиралд илбэг тохиолдог өвчин тусах магадлал маш өндөр тул өдөр 12 цагаас 5 цагийн хооронд гардуур гарахаас зайлс хийнэ үү.
- Дулааны улиралд илбэг тохиолдог 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 тохиолдог өвчин тусах магадлал маш өндөр тул нарны хорлогын(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](http://www.weather.go.kr)) болон цаг агаарын мэдээ(апп)-с авна уу.

## Хэт халууны үед өөрийгөө хамгаалах 4 арга



Их хэмжээний ус үүх



Сэруун сүүдээрт байх.



Тогтмол амрах.



Цаг уурын мэдээгээр мэдээлэл авах.

## Төрөл бүрийн аргаар хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд сууринласан үрьдчилсан мэдээ хүргэх

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



**Маргаашийн**

**Халалт**

**Ямар  
өнгөтэй  
байх вэ?**

**Хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд сууринласан  
үрьдчилсан мэдээ**

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



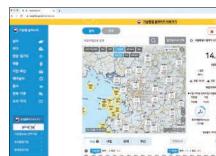
## Маргааш таны байх газрын халалтын өнгө ямар байх вэ?



### Хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурисан урьдчилсан мэдээ шалгах арга



- 1 БНСУ-ын цаг уурын албаны веб сайт "Налишинури"-д орж шалгах



- 2 БНСУ-ын цаг уурын албаны апликацыйн "Налишинури" орж шалгах



Маргаашийн эрүүл мэнд, аюулгүй байдлын төлөө өглөө 11 цаг 30 минутад хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурисан урьдчилсан мэдээ шалгана уу!

### Мэдээлэл өгөх арга

Хүлээн авагч	Мэдээлэл хүргэх хэрэгсэл	Өгөх мэдээлэл
Олон нийт	<ul style="list-style-type: none"><li>БНСУ-ын цаг уурын албаны веб сайт болон апликацыйн "Налишинури"</li><li>Цаг агаарын мэдээний апликацыйн</li></ul>	Хүссэн газрын цаг уурын эрдээлийн түвшин, мэдээлэл
Гамшигас хамгаалах боловсон хүчин	Гамшигас урьдчилан сэргийлэх цаг уурын мэдээллийн порталь систем ( <a href="http://asfo.kma.go.kr">http://asfo.kma.go.kr</a> )	Харьяа газрын бүх цаг уурын эрдээлийн түвшин, тархалт, мэдээлэл

\* Энэхүү үйлчилгээ мессеж, хадмал, дуут үйлчилгээ зэрэг төрөл бүрийн аргаар хүргэхээр өргөжүүлж байна.

## Хэт халалтын үеийн үр нөлөөнд суурисан урьдчилсан мэдээ гэж юу вэ

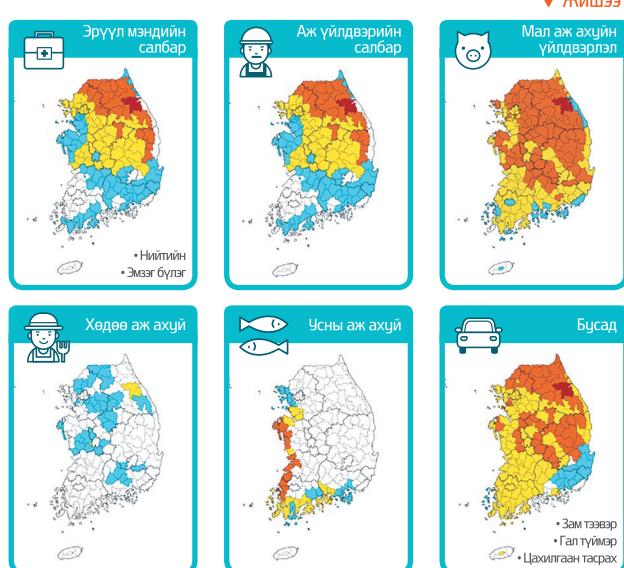
Хэт халалтаас үүдлэтийн нийгэм/эдийн засгийн үр нөлөөг харгалзан хэт халалтын эрсдэлийн зэргийг 4 шатаар (хайхрамжтай байх, сонор сээрмжтэй байх, анхааралтай байх, аюултai) мэдээлж, хэт халалтын үеийн хохирлоос урьдчилан сэргийлэхийн тулд салбар бүр (эрүүл мэнд гэх мэт 6 салбар) авах ёстой хариу арга хэмжээг дэлгэрэнгүй хүргэнэ.

### Эрдээлийн түвшин



### Хамрах салбар

Тухайн обьектоос хамааран хэт халалтын эрдээлийн түвшин нь дараахтай адил ялгаатай байдаг.



## Хэт халалт

"Хэт ноцтой халах"-г хэлэх бөгөөд аагим халуун эсвэл бөгчим халуунтай ижил үтгатай

### Хэт халалтын сээрмжлүүлэг мэдээ



Биед мэдрэгдэх температурт үндэслэн хэт халалтын онцгой мэдээг гаргах (2023 оны 5-р сарын 15-аас)

### Хэт халалтын үеийн сээрмжлүүлэх мэдээ

- Биед мэдрэгдэх температур **33 хэмээс** дээш байдалтай хоёр өдрийн турш үргэлжлэх тохиолдолд
- Биед мэдрэгдэх температурын огцом өсөлт, хэт халалт урт хугацаагаар үргэлжлэх зэрэг томоохон хохирол учирч болзошгүй байх тохиолдолд.

### Хэт халалтын үеийн сээрмжлүүлэг

- Өдөрт биед мэдрэгдэх температур **35 хэмээс** дээш байдалтай хоёр өдрийн турш үргэлжлэх төлөвтэй байх тохиолдолд.
- Биед мэдрэгдэх температурын огцом өсөлт, хэт халалт урт хугацаагаар үргэлжлэх зэрэг их хэмжээний газар нутагт хохирол учирч болзошгүй байх тохиолдолд.

\* Биед мэдрэгдэх температур: Чийгшил, салхинаас хамааран хүний мэдрэх халуун, хүйтнүүдийг илрхийлсэн байдал. Зуны улиралд (5-9 сар) температур болон чийгшилийн түвшиний харгалзана.

### Хэт халалтын үед гарах үр нөлөө



Наранд цохиулах, нарны хордлогоо гэх мэт дуплаарах үед илрэх өвчин.



Мал амьтан, загас болон хөдөө аж ахуйн хохирол



Цахилгаан тасрах, гал түймэр гэх мэт



### Эмзэг эрсдэлт бүлгүүд



Өндөр настан



Бага насны хүүхэд



Архаг өвчтөн



Гадаа ажилладаг ажилтан