|  |
| --- |
| Жаңы жыл майрамына карата карантиндин эрежелери |

|  |
| --- |
| **①** **Учуп кетүүнүн алдында**  ○ ① Эгерде сизде **COVID-19дун көрүнүктүү симптомдору (температура, жөтөлүү, ангина, булчуңдардын оорушу ж.б.)** байкалса, дарыгерге кайрылыңыз **жана сапардан баш тарты**ң**ыз же башка убакытка жылдыры**ң**ыз** ② **Эмдөөнү** эмдөө шарттарына ылайык жүргүзүңүз③ **Коомдук жайлар жана 3C жагдайларды (жабык мейкиндик, эл, жакын туруу)** колдонууну азайтыңыз  **② Саякатка чыкканда**  ○ ① Мүмкүн болушунча **жеке унааны** колдонуңуз ② **Коомдук транспортто жүргөндө беткап кийиңиз, тамактануудан алыс туруңуз\*** ③ Аялдамаларды колдонууну азайтыңыз ④ **3C объекттерин колдонууну азайтыңыз**  \* Мүмкүн болбосо, тез тамактанып, сүйлөшпөөгө аракет жасаңыз  **③ Саякаттын соңунда**  ○ ① Мүмкүн болушунча, **турууну азайтыңыз** ② Карыларга барганда **маска тагынгыла** ③ Колду жууп, бөлмөнү желдетүү менен **жеке карантин абалын** сактаңыз\* ④ **Коомдук жайларды жана 3C жагдайларын** **(жабык мейкиндик, эл, жакын туруу)** колдонууну азайтыңыз  \* Күнүнө 3 жолудан ашык желдетип туруңуз (ар бирисине 10 мүнөттөн ашык). Мүмкүн болсо, эшик-терезелерди бир убакта ачып желдетиңиз  (Эгерде адамдар көп, терезелер кичине жана шамал аз болсо, көбүрөөк желдетүү зарыл)  **④ Кайтып келгенде**  ○ **Коомдук жайларды жана 3C жагдайларын (жабык мейкиндик, эл, жакын туруу) колдонууну** кандайдыр бир убакытка **азайтыңыз**  - Эгерде сизде **COVID-19дун көрүнүктүү симптомдору (температура, жөтөлүү, ангина, булчуңдардын оорушу ж.б.)** байкалса, **дарыгер менен кеңешиңиз\*** жанаэгер **сиз жогорку коркунучта** болсоңуз**,** дарыгердин рецепти боюнча **дары-дармек алыңыз**  \* COVID-19 ([ncov.kdca.go.kr](http://ncov.kdca.go.kr)), Health Insurance Review & Assessment Service (www.hira.or.kr), жана search engine (Naver, Kakao)ларындан "Бир калуу медициналык институтту" издеңиз  - **Башкалар менен болгон байланышты азайтыңыз жана** COVID-19 үчүн терс анализ тапшырып да, **симптомдорду көрсөтсөңүз, жеке карантиндик көрсөтмөлөрдү кылдат аткарыңыз** |