

# Yaqin Sharq mamlakatlariga safar qiluvchilar uchun MERS yuqtirishning oldini olish choralari haqida eslatma

## Vaqt



Safarga  
chiqishdan  
oldin

## Profilaktik choralar

- 65 yosh va undan kattalar, bolalar, homilador ayollar, saraton kasaliga chalinganlar, shuningdek, qon bosimi baland bo'lgan kishilar, qandli diabet, yurak-qon tomir kasalliklari kabi surunkali kasalliklari bor insonlar yaqin Sharq mamlakatlariga safar qilmasliklari tavsiya etiladi.



- Safar mobaynida fermalarga borishdan uzingizni tiying, tuya bilan muloqotdan, shuningdek, tuya go'shti va xom tuya sutini iste'mol qilishdan saqlaning.



- Iloji boricha odamlar gavjum joylarga bormaslikka harakat qiling (zarur bo'lgan holatlarda har doim maska taqib yuring).



Safar  
davomida

- Isitmalash yoki nafas olish a'zolari kasalliklari belgilari bor kimsalar bilan aloqa qilmang.



- Qo'llaringizni tez-tez sovun bilan yuvib yuring.
- Sovun va suv bo'lmagan holatlarda tarkibida spirti bor dezinfektsiylovchi vositalardan foydalaning.




- Yo'talish yoki aksirsh vaqtida og'zingizni kiyiminigizning yengi bilan yoping.
- Nafas olish a'zolari kasalliklarining belgilari paydo bo'lganda maska taqish zarur.



- Toza bo'lmagan qo'lingiz bilan ko'z, burun, va og'zingizni ushlamang.



Safardan  
qaytgandan  
keyin

- Yaqin Sharq mamlakatlariga bo'lgan safardan qaytganingizdan son'g 14 kun ichida nafas olish a'zolari kasalliklarining belgilari (yo'tal, nafas olishning qiyinlashuvi) paydo bo'lganda tibbiyot muassasasiga murojaat qilishdan oldin darhol Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish Markaziga  raqam orqali qo'ng'iroq qiling.



Koreya Respublikasi So'g'liqni Saqlash va ijtimoiy ta'minot Vazirligi qoshidagi  
Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish Markazi