

자가격리대상자 가족 · 동거인 생활수칙

Уй карантинине алынгандар, уй булоо
мучолору, чогуу жашагандар учун коопсуздук
чаралар

최대한 자가격리대상자와 접촉하지 않기

Уй карантинине алынгандар менен мумкун болушунча контакт
кылуудан алыс болууз

* 특히 노인, 임산부, 소아, 만성질환, 암 등 면역력이 저하된 분은 접촉 금지! * 외
부인 방문 제한

Озгочо улгайган, кош бойлуу, кичинекей бала, онокот
оорулуу, онкологиялык оорулуу, иммунитети начар адамдар менен контакт
кылууга тыюу салынат

* Негизгиси коноктун келуусуно чектоо кою керек

불가피하게 자가격리대상자와 접촉할 경우 마스크를 쓰고 서로 2m 이상 거리
두기

Эгерде уй карантинине алынган адам менен контакт кылууга туура
келген болсо бири бириниздерден 2метр алыстыкта туруп жана
маска тагыныңыз

자가격리대상자와 독립된 공간에서 생활하고, 공용으로 사용하는 공간은 자주
환기 시키기

уй карантинине алынган адамды озунчо болмого
жайгаштырып, жалпы колдонуучу болмону дайыма желдетип туруу
керек

물과 비누 또는 손세정제를 이용하여 손을 자주 씻기

Колунузду самын же болбосо атайын жуучу каражат менен тез тезден жууп туруу
자가격리대상자와 생활용품(식기, 물컵, 수건, 침구 등) 구분하여 사용하기 Турмуш тиричиликке керектуу (ашкана буюмдары, кружка, сулгу, тошок орундар ж.б) буюмдарды уй карантинине алынган адам менен оз озунчо колдонуу * 자가격리대상자의 의복 및 침구류 단독세탁 Уй карантинине алынган адамдын тошок орундар жана кийим кечесин озунчо жууш керек * 자가격리대상자의 식기류 등은 별도로 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지 Уй карантинине алынган адамдын идиш аягын ж.б озунчо болуштуруп жана таза жуулгучакты башка адамга тийууго болбойт
테이블 위, 문 손잡이, 욕실기구, 키보드, 침대 옆 테이블 등 손길이 많이 닿는 곳의 표면 자주 닦기 Столдун усту, эшиктин туткасы, жуунучу каражаттар, клавиатура, керебеттин жанына коюлган тектирче сыяктуу кол тийчу жерлердин устун тез тезден тазалап суртуу
자가격리대상자의 건강상태 주의 깊게 관찰하기 Уй карантинине алынган адамдын ден соолугун конул коюп байкоого алуу керек

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

Коронавирустун негизги белгилери COVID 19

О 발열(37.5℃ 이상) О 호흡기증상(기침, 인후통 등) О 폐렴

О дене табынын которулушу(37.5℃ жогору)

О дем алуу органдардын начарлоосу(жотол, тамак оору ж.б)

О пневмания

자가격리대상자 생활수칙

Уй карантинине алынгандар учун коопсуздук чаралар

감염전과 방지를 위해 격리장소 외에 외출 금지 Инфекциянын жайылышына жол бербөө учун карантиндик жайдан тышка чыкпаныз
독립된 공간에서 혼자 생활하기 Озунчо болунгон жайда жалгыз жашоо * 방문은 닫은 채 창문을 열어 자주 환기 시키기 * 식사는 혼자서 하기 * Болмонун эшигин жаап коюп терезени ачып тез тезден желдетип туруу озунчо жалгыз тамак аштаныңыз * 가능한 혼자만 사용할 수 있는 화장실과 세면대가 있는 공간 사용하기 (공용으로 사용 시, 사용 후 락스 등 가정용 소독제로 소독하기) Мумкун болсо озунчо даараткана менен раковинасы бар жайды жалгыз колдонуу (жалпы колдонгон учурда хлор сыяктуу дезинфекциялоочу каражаттар менен стерилдоо керек)
진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할 보건소에 먼저 연락하기 Медициналык жардам алуу сыяктуу аргасыздан тышка чыгууга туура келген учурларда биринчиден райондук мед пункттун кызматкери менен байланышыңыз
가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기 уй булоо мучолору жана чогуу жашаган адам менен суйлошуу ж.б контакт кылуудан баш тартыңыз * 불가피할 경우, 얼굴을 맞대지 않고 마스크를 쓴 채 서로 2m이상 거리 두기

аргасыздан контакт кылууга туура келген болсо бетме бет турбай маска тагынып 2м ашык аралыкты сактаныз
개인물품(개인용 수건, 식기류, 휴대전화 등) 사용하기 Жеке буюмдарды (жеке сулгу, идиш аяк, уюлдук телефон ж.б) колдонуу * 의복 및 침구류 단독세탁 * 식기류 등 별도 분리하여 깨끗이 씻기 전 다른 사람 사용 금지 *Тошок жана кийим кечени озунчо жуу * идиш аяк ж.б озунчо болуштуруп таза жуугучакты башкаларга колдонууга болбойт
건강수칙 지키기 Денсоолука байланыштуу эрежелерди кармануу * 손씻기, 손소독 등 개인위생 철저히 준수 * 기침이 날 경우 반드시 마스크 착용 * Кол жуу,дизинфекциялоо ж.б жеке санитардык гигиена чараларын коруу * 마스크가 없을 경우 옷소매로 입과 코를 가려 기침하기, 기침 후 손씻기·손소독 하기 Маска жок болсо жотолуп жатканда женинииз менен ооз мурунду жабыныз, жотолгондон кийин колдуу жууп дезинфекциялоо

능동감시 기간 동안 관할 보건소가 연락하여 증상 등을 확인할 예정입니다.

확진환자와 접촉 후 14일이 경과하는 날까지 자가 모니터링하여 주시기 바랍니다.

Активдуу козомолдоо жургузуу учурунда райондук медпункттун кызматкери байланышка чыгып турат.Инфекция жуккан оорулуу менен контакт кылган болсонуз 14кун бою денсоолугунуздун озунуздун озунуздун козомолдошунуздун отунобуз.

자가모니터링 방법 Озун озу козомолдоо ыкмасы
--

○ 호흡기증상 등 감염 증상이 나타나는지 스스로 건강상태 확인

Дем алуу органдардын начарлоосу ж.б инфекциянын белгилери пайда болгонун озунуздун ден соолугунуздун озунуздун текшерип турунуз

○ 매일 아침, 저녁으로 체온 측정하기

О Кунуго эртен менен кечинде дене табын текшерип турунуз

О 보건소에서 1일 1회 이상 연락 시, 감염 증상 알려주기

О Медпункттан кунуно бир жолудан ашык байланышка чыкканда

кызматкерге инфекциянын белгилерин айтыңыз

코로나바이러스감염증-19 주요 증상

Коронавирус COVID19 инфекциясынын эн башкы белгилери

О 발열(37.5°C 이상) О 호흡기증상(기침, 인후통 등) О 폐렴

О Дене табынын которулушу(37.5°C жогору)

О Дем алуу органдардын начарлоосу(жотол, тамак оору ж.б)

О пневмания