



# 코로나바이러스감염증-19 예방 기억해야 할 행동수칙

## 국민 예방수칙



흐르는 물에 비누로  
꼼꼼하게 손씻기



기침이나 재채기할 때  
옷소매로 입과 코 가리기



씻지 않은 손으로  
눈·코·입 만지지 않기

**특히 임신부, 65세 이상, 만성질환자 외출 시 꼭 준수**



발열, 호흡기 증상자와의  
접촉 피하기



의료기관 방문 시  
마스크 착용하기



사람 많은 곳  
방문 자제하기

## 유증상자\* 예방수칙

\* 발열, 호흡기 증상(기침, 목아픔 등) 이 나타난 사람



등교나 출근을 하지 않고  
외출 자제하기



3~4일 경과를 관찰하며  
집에서 충분히 휴식 취하기



**38°C 이상 고열이 지속되거나 증상이 심해질 경우**

콜센터(☎1339, 지역번호+120),  
관할보건소 문의 및  
선별진료소 우선 방문 후 진료받기



의료기관 방문 시  
마스크 착용 및 자차 이용하기



진료 의료진에게 해외여행력 및  
호흡기 증상자와의 접촉여부 알리기



**국내 코로나19 유행지역에서는**

외출, 타지역 방문을 자제하고  
격리자는 의료인, 방역당국의  
지시 철저히 따르기

# COVID-19 Guideline

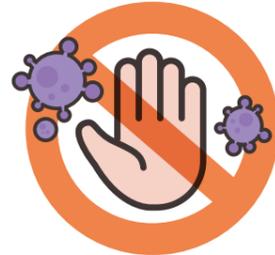
## The general public



Wash your hands thoroughly with soap and running water



Cover your mouth and nose with your elbow when coughing or sneezing



Do not touch your eyes, nose, or mouth with unwashed hands

**Be careful especially people who pregnant women, over 65 years old, people with chronic disease**



Avoid coming in contact with people having fever or respiratory symptoms



Wear a facemask when visiting a health facility



Avoid visiting a crowded place

## Person with symptoms\*

\* Person having fever or respiratory symptoms



Do not go to school or work and avoid outdoor activities



Take a rest at home and monitor the symptoms for 3-4 days



Visit a triage health center, when fever (>38°C) continues or other symptoms get worse

Consult with KCDC Call Center at 1339, a local code+120 or a local health center



Use a personal vehicle and wear a facemask when visiting a health facility



Inform your healthcare provider of a travel history and contact history with persons with respiratory symptoms



**COVID-19 Outbreak reported regions in Korea**

Avoid visiting other regions or having outdoor activities and (Persons in isolation) Please follow guidance provided by physicians and public health authority.

# 新型冠状病毒肺炎 (COVID-19) 防范指南

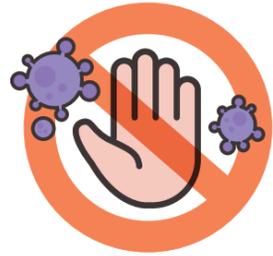
## 普通公民



用肥皂和流水充分洗手。



咳嗽或打喷嚏时  
用衣袖遮挡口鼻。



没有洗手不触摸眼口鼻。



不接触有发热或呼吸道症状的人。

尤其是孕妇、65岁以上老人、慢性病患者外出时务必遵守



访问医疗机构时佩戴口罩。



尽量不前往人员密集场所。

## 疑似患者\*

\* 有发热或呼吸道症状(咳嗽、咽痛等)的人



请勿上班或上学,减少外出。



居家充分休息,并观察3~4天。

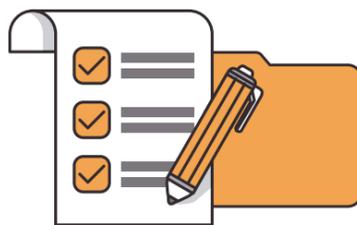


持续高烧38°以上或症状加重时

- ① 拨打电话咨询呼叫中心 (1339, 区号+120)、保健所或
- ② 先到访筛查诊疗所接受诊疗。



访问医疗机构时  
利用私家车并佩戴口罩。



如实告知医务人员海外旅行史  
和有无接触呼吸道症状患者。



韩国境内新型冠状病毒肺炎(COVID-19)流行地区

减少外出或访问其他地区  
和被隔离人员应严格遵守医务人员  
和防疫部门的指示。

必ず!

# 코로나19 (COVID-19) の予防 覚えておくべき行動の心得

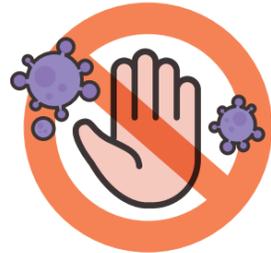
## 国民のための予防の心得



流水と石鹸を利用して  
しっかり手を洗う



咳やくしゃみをする時は  
袖口で口と鼻を覆う



洗わない手で目、  
鼻、口に触れない

特に妊婦、65歳以上の人、慢性疾患者が外出の際は必ず遵守



発熱、呼吸器の症状(咳や喉の痛みなど)  
がある人との接触を避ける



医療機関を訪問する  
際はマスクを着用する



医療機関を訪問する  
際はマスクを着用する

## 有症状者\* 予防の心得

\*発熱、呼吸器の症状(咳、喉の痛みなど)があらわれた人



登校や出勤をせず、  
外出を自制する



3~4日間経過を観察し、  
家で十分な休息を取る

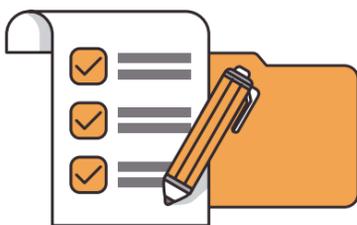


38度以上の高熱が続いたり、  
症状が悪化した場合

- ① コールセンター(☎1339、地域番号+120)  
や、管轄の保健所に問い合わせるか、
- ② 選別診療所に訪問後、診療を受ける



医療機関を訪問する際、  
マスクを着用し、  
自家用車を利用する



診療所の医療陣に海外渡航歴や  
呼吸器症状者との接触の  
有無を伝える



国内でのコロナ19の流行地域では

- ① 外出、他地域への訪問を自制する
- ② 隔離者は医療陣、  
防疫当局の指示に徹底して従う

# QUY TẮC PHÒNG BỆNH VIÊM PHỔI DO COVID-19

## NGƯỜI BÌNH THƯỜNG



Hãy rửa tay thật kỹ bằng xà bông dưới vòi nước chảy



Dùng khuỷu tay để che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi



Không chạm tay chưa rửa sạch lên mắt, mũi, miệng

Đặc biệt là khi phụ nữ mang thai, từ 65 tuổi trở lên, bệnh mãn tính đi ra ngoài



Tránh tiếp xúc với những người bị sốt, có triệu chứng đường hô hấp



Vui lòng đeo khẩu trang khi đến các cơ quan y tế



Hạn chế đến những nơi tụ tập đông người

## NGƯỜI CÓ TRIỆU CHỨNG



Không đi học, đi làm và hạn chế ra ngoài



Nghỉ ngơi đầy đủ tại nhà, theo dõi khoảng 3~4 ngày



Khi bị sốt cao liên tục từ 38 độ trở lên hoặc các triệu chứng nặng hơn thì

- 1 gọi đến tổng đài (☎1339, ☎ mã vùng khu vực+120),
- 2 trung tâm y tế để được tư vấn  
Ưu tiên đến phòng khám sàng lọc và điều trị



Tự đi xe riêng và đeo khẩu trang khi đến cơ quan y tế



Thông báo cho bác sĩ biết đã từng đi du lịch nước ngoài và tiếp xúc với người có các chứng bệnh về đường hô hấp chưa



KHU VỰC CÓ DỊCH BỆNH CORONA 19 TRONG NƯỚC

Không đi ra ngoài và hạn chế đi đến các vùng khác, người đang cách ly phải tuyệt đối nghe theo chỉ dẫn của nhân viên y tế và nhân viên phòng dịch

# Обязательное поведение для предотвращения коронавируса19

## которые необходимо помнить

### Профилактические меры для граждан



Тщательно мыть руки с мылом в проточной воде



При кашле и чихании закрыть рот и нос рукавом одежды



Не трогать глаза, нос и рот не мытыми руками



Избегать контакта с людьми с лихорадкой и респираторными симптомами

Особенно, когда беременные женщины, 65 лет или старше, хронические заболевания выходят



При необходимости посещения медицинского учреждения или при выходе в другие места обязательно носить маски



Не ходить в места с большим скоплением людей

### люди с повышенной температурой и респираторными симптомами



Если наблюдается повышенная температура, кашель, боль в горле и подобные симптомы воздержитесь от посещения школы или выхода на работу



Проведя в отдыхе дома 3-4 дня понаблюдайте за вашим состоянием



Если наблюдается температура 38 градусов и выше или состояние ухудшается

- 1 позвоните в коллцентр (☎1339, ☎ код города +120), или в медицинский центр
- 2 Прежде всего посетите скрининговую клинику (клиника первичного обследования) и получите медицинскую помощь



При посещении медицинских учреждений используйте личный автомобиль и носите маски



Информируйте мед. персонал о международных поездках и о контактах с людьми с симптомами болезни



Коронавирус19 внутри страны

Воздержаться от выездов и посещений других районов и Изолироваться и следовать указаниям мед работника и властей

# Коронавирусын халдвар-19аас урьдчилан сэргийлэх зөвлөмж

## Заавал санаж явах ёс зүйн дүрэм

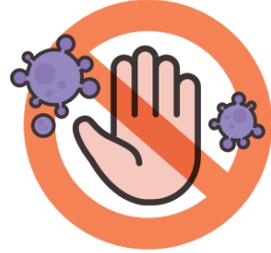
### Урьдчилан сэргийлэх үндэсний журам



Гараа савандаж сайтар угаах



Ханиалгах, найтаалгахдаа ханцуйгаараа ам, хамраа таглах



Бохир гараар нүд, хамар, амаа оролдохгүй байх



Халуурах болон амьсгалын замын эмгэг шинж тэмдэг (ханиалгах, хоолой өвдөх зэрэг) тэй хүнтэй ойр байхаас зайлсхийх

65аас дээш насны архаг эмгэгтэй хүн гадуур явахдаа заавал баримтлах дүрэм



Эмнэлгийн байгууллагт очихдоо маск зүүх



Олон хүнтэй газар очихоос зайлсхийх

### Шинж тэмдэг илэрсэн хүний баримтлах дүрэм

\* Халуурах, амьсгалын замын эмгэгийн шинж тэмдэг (ханиалгах, хоолой өвдөх зэрэг) илэрсэн хүн



Сургууль, ажилдаа явахгүй гадуур гарахаас зайлсхийх



3-4хоног биеийн байдлаа хянан хангалттай амрах



38аас дээш өндөр халуураад байх юмуу шинж тэмдэг улам дордвол

Лавлах утас(1339 бүс нутгийн код+120) харьяа дүүргийн эрүүл мэндийн төвөөс лавлах болон хуваарьт эмнэлэгт очиж үзүүлэх



Эмнэлгийн байгууллагад очихдоо хувийн машин ашиглах ба маск зүүх



Гадаад орон руу аялаж байсан эсэх амьсгалын замын эмгэг зовиуртой хүнтэй ойр байсан эсэх зэргээ эмнэлгийн ажилтанд мэдэгдэх



Солонгос дахь Корона вирус19 халдварын голомттой бүс нутагт

- 1 Гадуур явах, өөр бүс нутагт очихоос зайлсхийх
- 2 Хорионд байгаа хүн нь эмнэлгийн ажилтан, хори цээрийн эрх бүхий байгууллагын зааврыг дагаж мөрдөх

# Korona-19 ga qarshi Eng eslab qolish zarur abo'lgan hatti-harakatlar!

## Aholining extiyotkorlik choralari



Suv oqqizilgan xolatda  
qo'llaringizni yaxshilab yuving



Yo'talayotganda yoki aksirganda kiyim  
yengingiz bilan og'iz va burningizni yoping



Agar qo'lingizni yuvmagan bo'lsangiz  
og'iz, burun va ko'z atrofiga teginmang



Ko'k yo'tal, xarorat ko'tarilishi  
ya'ni isitma (yo'talish, tomoq og'rishi  
belgilari kuzatiluvchi shaxsdan  
yiroq bo'ling

Ayniqsa homilador ayollar va 65 yoshdan yuqori shaxslar tana  
nimjonligi sabab ko'chaga chiqqaningizda e'tibor bering



Tibbiyot klinika, kasalxonalarga  
borganingizda niqob taqish shart



Axoli gavjum joyga  
bormaganingiz maqul

## Ozingizda virusga belgilari sezilganda\* Extiyotkorlik choralari!!

\* Ko'k yo'tal, xarorat ko'tarilishi ya'ni isitma (yo'talish, tomoq og'rishi) alomati sezilgan yoshu-qari shaxslar



Maktab, yoki ishxonaga bormasliklari  
va ko'chada chiqmasliklari shart



Uyda 3-4kun davomida xolatni kuzatib  
yetarlicha dam olishlari kerak

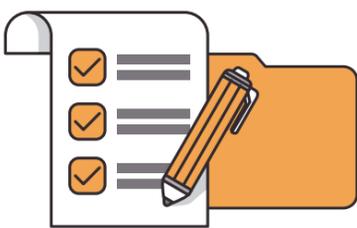


Agar tana xarorati 38°C dan yuqori  
ko'tarilsa yoki og'irlashsa

- 1 Zudlik bilan murojat markaz (☎1339, viloyat kodi +120)  
Davlat tibbiy yordam poliklinikasiga murojat qilishlari va
- 2 albatta line bo'yicha ambulatoriyaga ko'rinishlari lozim



Klinika va kasalxonalarga borganingizda  
niqob taqish va moslangan tezyordam  
avtomashinasidan foydalanish shart



Chet elga borib kelgan va ko'k yo'tal  
(yo'talish, tomoq og'rishi) alomati kuzatilgan  
shaxslar bilan aloqangiz bo'lgan bo'lsa tibbiy xodimiga  
albatta bu xaqida batafsil ma'lumot ko'rsating



Солонгос дахь Корона вирус19 халдварын голомттой бүс нутагт

- 1 Tashaqariga chiqmaslik va chet mamlakatlariga  
kirib chiqish toxtatilishi lozim
- 2 Visurga chalinganlikda ajraluvchi shaxs tibbiyot  
xodimlari va rasmiylarning ko'rsatmasiga  
qat'iyon rioya qilishlari shart