

9 Г.В., Сафонкина Н.Ю. Слоговая структура слова: Обследование и формирование у детей с недоразвитием речи: Учебно – методическое пособие. – М. 2005. – 356 с.

10 Коноваленко В.В. , Коноваленко С. В. Хлоп-Топ: Нетрадиционные приемы коррекционной логопедической работы с детьми 6-10 лет. - М.: Издательство «ГНОМ и Д» 2003. – 20 с.

11 Агранович, З.Е. Коррекция нарушений звуко-слоговой структуры слов у детей // Дошкольная педагогика – Декабрь – 2013. – С. 31 – 33.

12 Эльконин, Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах [Текст] / Д.Б. Эльконин. - М.: МПСИ, 2001. - 414 с.

13 Чиркина, Г.В. Основы логопедической работы с детьми [Текст] / Г.В. Чиркина. - М.: Аркти, 2002. - 240 с.

14 Ткаченко Т. А. Если ребенок плохо говорит. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 112 с.

15 Курдвановская, Н.В., Ванюкова Л.С. Формирование слоговой структуры слова: логопедические задания. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 96 с.

УДК 616.98: 578.828

МРНТИ 76.01

Д.Қ. Байдосова¹, У.А. Мирзахмедова²

¹п. ғ.магистрі, аға оқытушы Абай атындағы ҚазҰПУ, Педагогика және психология институты. *dkdina@mail.ru. Алматы қ. Қазақстан.*

²п. ғ.магистрі, аға оқытушы Абай атындағы ҚазҰПУ, Педагогика және психология институты. *Uljan-192@mail.ru Алматы қ. Қазақстан.*

«COVID-19, ОНЫҢ АҒЗАҒА ӘСЕРІ, АСҚЫНУЫ МЕН АЛДЫН АЛУЫНЫҢ НЕГІЗДЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақалада «Covid-19, оның ағзаға әсері, асқынуы мен алдын алуы» туралы айтылады. Коронавирустық инфекция қазіргі кезде өмірдің барлық аспектілеріне өздігінен өзгертулерді енгізуді талап етті. 2022 жыл барысында осы инфекциямен күресуде аймақтық, қалалық, республикалық, әлемдік деңгейде іс-шаралар жүргізудің нәтижесінде, 2022 жылдың наурыз айы қарсаңында Қазақстан Республикасында ауру таралу деңгейінің төмендеуіне кол жеткіздік. Қазіргі кезде кішкентай баладан, егде жастағы қарт кісілерге дейін Covid-19 індетімен таныс. Бүгінгі таңда коронавирус инфекциясы туралы жалпы ақпараттар білу жеткіліксіз. Осыған орай Covid-19 індетінің асқынуларымен танысу, оларды емдеу жолдарын және алдын алу шараларын жүргізу мәселелері зерттеу жұмысының қарастырылатын өзекті сұрақтарына айналды.

Түйін сөздер: Covid-19, оның ағзаға әсері, асқынуы мен алдын алуы, дүние жүзі, пневмония. симптом, анализ. вакцина.

Байдосова Д.Қ.¹, Мирзахмедова У.А.²

¹магистр п.н, старший преподаватель, КазНПУ имени Абая, институт педагогики и психологии. *dkdina@mail.ru. г. Алматы. Казахстан.*

²магистр п.н, старший преподаватель, КазНПУ имени Абая, институт педагогики и психологии. *Uljan-192@mail.ru. г. Алматы. Казахстан*

«ОСНОВЫ COVID-19, ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ, ОСЛОЖНЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКА»

Аннотация

В этой статье рассказывается о «Covid-19, его влиянии на организм, осложнениях и профилактике». Коронавирусная инфекция в настоящее время требует самостоятельных изменений во всех аспектах жизни. В течение 2022 года в результате проведения мероприятий на региональном,

городском, республиканском, мировом уровнях по борьбе с этой инфекцией, в преддверии марта 2022 года удалось добиться снижения уровня заболеваемости в Республике Казахстан. В настоящее время от маленьких детей до пожилых людей знакомы со вспышкой Covid-19. На сегодняшний день недостаточно знать общую информацию о коронавирусной инфекции. В этой связи вопросы ознакомления с осложнениями эпидемии Covid-19, пути их лечения и проведения профилактических мероприятий стали актуальными вопросами исследовательской работы.

Ключевые слова: Covid-19, его влияние на организм, осложнения и профилактика, пневмония. симптом, анализ. вакцина.

Baydosova D.K., Mirzakhmedova U.A.

*master p.n., senior teacher, Kazakh national pedagogical University named after Abay,
Institute of pedagogy and psychology. dkdina@mail.ru
Almaty. Kazakhstan.*

*master p.n., senior teacher, Kazakh national pedagogical University named after Abay,
Institute of pedagogy and psychology. Uljan-192@mail.ru. Almaty. Kazakhstan.*

THE BASICS OF COVID-19, ITS EFFECT ON THE BODY, COMPLICATIONS AND PREVENTION

Abstract

This article talks about "Covid-19, its effect on the body, complications and prevention." Coronavirus infection currently requires independent changes in all aspects of life. During 2022, as a result of measures at the regional, city, republican, and global levels to combat this infection, on the eve of March 2022, it was possible to reduce the incidence rate in the Republic of Kazakhstan. Currently, from young children to the elderly are familiar with the Covid-19 outbreak. To date, it is not enough to know general information about coronavirus infection. In this regard, the issues of familiarization with the complications of the Covid-19 epidemic, ways of their treatment and preventive measures have become topical issues of research work.

Keywords: Covid-19, its effect on the body, complications and prevention, pneumonia. symptom, analysis. vaccine.

Өмір бойы адамдар көптеген жаһандық шешек, оба, туберкулез, тұмау сияқты індеттерге тап болды. Бірақ 2020 жылы бастың ауруымен, буындардың аздап сынуымен және әлсіздік сияқты қарапайым белгілермен сипатталған коронавирус індеті аздаған уақытта бүкіл әлемге таралып, қоғам өмірінде аса елеулі өзгерістерді енгізді. COVID-19 коронавирустық инфекциясы адамдардың әртүрлі топтарына әртүрлі дәрежеде әсер етеді. 2 аптаға созылатын карантиндік іс-шаралармен аяқталады деп есептелген індет, 2 жылға созылды. Коронавирустық инфекция қазіргі кезде өмірдің барлық аспектілеріне өздігінен өзгертулерді енгізуді талап етеді. 2022 жыл барысында осы инфекциямен күресуде аймақтық, қалалық, республикалық, әлемдік деңгейде іс-шаралар жүргізудің нәтижесінде, 2022 жылдың наурыз айы қарсаңында Қазақстан Республикасында ауру таралу деңгейінің төмендеуіне қол жеткіздік. Қазіргі кезде кішкентай баладан, егде жастағы қарт кісілерге дейін Covid-19 індетімен таныс. Бүгінгі таңда коронавирус инфекциясы туралы жалпы ақпараттар білу жеткіліксіз. Осыған орай Covid-19 індетінің асқынуларымен танысу, оларды емдеу жолдарын және алдын алу шараларын жүргізу мәселелері зерттеу жұмысының қарастырылатын өзекті сұрақтарына айналды.

Covid-19 індетінің адамның жасы мен жыныс ерекшеліктеріне қарай белгілердің көрініс табуын, сонымен қатар әртүрлі дәрежелерін ашып көрсетті. Коронавирус індетімен 2 жыл аралығындағы күресу шарттары мен жүргізілген жұмыс түрлерін айқындады. Covid-19 індеті туралы ақпарат беріп қана қоймай, сонымен қатар алдын алу, күресу шараларын анықтады.

Зерттеу жұмысында айқындаған теориялық ақпараттарды, іс-тәжірибе жүзінде студенттер арасында сауалнама жүргізу арқылы дәлелдеді. Қорытынды бөлімінде инфекцияның салдары мен тақырыпты қорытындылады.

Covid-19, оның ағзаға әсері, асқынуы, таралу жолдары мен сақтану шаралары.

Коронавирустық инфекция ,COVID-19 – SARS-CoV-2 (2019-nCoV) коронавирусымен қоздырылатын ауыр респираторлық инфекция. Жіті респираторлық вирустық инфекциясы жеңіл түрде де, ауыр түрде де өту қауіпі бар ауру.

Этиологиясы: COVID-19 коронавирус 2019 жылдың желтоқсан айында Қытай Ухань қаласында пневмониясы бар пациенттер тобында өкпеден алынған сұйықтық үлгілерінен табылған SARS-CoV-2 бетакоронавирусымен қоздырылады. SARS-CoV-2(бетакоронавирус) Sarbecovirus тұқымына жатады және адам жұқтыруға қабілетті жетінші коронавирус. SARS-CoV - 2 зооантропонозды РНК-құрамында қабығы бар вирус болып табылады. Толық геномның филогенетикалық анализіне сәйкес, алғашында вирус тек жарқанаттардың арасында болды, бірақ адамға әлі белгісіз жануардан берілген.

Аурудан сақтанудың шараларының бірі ол оның таралау жолдарымен таныс болу.

Аурудың таралу жолдары:

Коронавирустар – негізінен жануарларды жұқтыратын, бірақ кейбір жағдайларда адамға жұғуы мүмкін вирустар тобы. Әдетте, коронавирустар тудыратын аурулар ауыр симптомдарсыз жеңіл өтеді. Дегенмен, Таяу Шығыс респираторлық синдромы (MERS) және ауыр жедел респираторлық синдром (SARS) сияқты ауыр түрлері де бар.

COVID-19 вирусы екі түрлі жолмен таралады:

- Жөтелгенде, түшкіргенде, ауру адаммен сөйлескенде ауа арқылы
- Тұрмыстық заттар арқылы.

Covid–2019 инфекциясын жұқтырған адаммен жақын байланыссаңыз, қауіпті дертке шалдығуыңыз әбден мүмкін. Инфекция ауру жұқтырған адамнан келесі адамға жөтелгенде не түшкіргенде науқастың мұрнынан, аузынан бөлінетін ұсақ тамшылар арқылы беріледі. Бұл тамшылар заттардың бетіне, есік тұтқасына түседі. Ол заттарды ұстаған адам қолын жумастан көзіне, мұрнына немесе аузына тигізсе, ауруды жұқтырады. Сондықтан, коронавирускә шалдыққан адамнан 1 метрден аса қашықтықта жүру маңызды. Қазіргі уақытта ғалымдар вирустың заттардың бетінде қанша уақыт тіршілік ететінін анықтауда. Вирус бір сағаттан бірнеше күнге дейін өміршеңдігін сақтай алады деген болжам бар. Сондықтан, вирусты өлтіру және олардың адамға жұғуына жол бермеу үшін қарапайым дезинфекциялаушы заттарды қолдануға болады.

Коронавирус белгілері вирус жұққан күннен бастап 14 күннен 28 күнге дейін көрінеді.

Аурудың клиникалық көріністері:

1. Түшкіру
2. Әлсіздік
3. Бас ауру
4. Дене қызуының көтерілуі
5. Тамақтың жыбырлауы
6. Кеуде қуысының ауыруы
7. Жүрек қағысының жиілеуі
8. Тыныс алудың жиілеуі
9. Дене қызуының көтерілуі,
10. Құрғақ қатты жөтел;
11. Ентікпе және тыныс алудың бұзылуы;
12. Пневмония;
13. Безгек;
14. Мұрынның бітуі;
15. Фарингит;
16. Диарея.

COVID-19 індетінің клиникалық белгілері аурудың формасы мен ауырлық дәрежесіне байланысты әртүрлі деңгейде көрінеді. Осыған сәйкес оның келесідей формаларын атап көрсетуге болады.

1. Өкпенің жедел респираторлы вирустық инфекциясы.
2. Тыныс алу жеткіліксіздігі жоқ пневмония.
3. Пневмония.
4. септикалық (инфекциялық токсикалық) шок.

COVID-19 ауруы ауырлық дәрежесіне байланысты келесідей бөлінеді:

- Жеңіл дәреже

- Орташа ауыр дәреже
- Ауыр дәреже

Өкінішке орай, бүкіл әлемге таралған пандемия әлі өзінің өршу шыңына жетпегендіктен, бүгінгі күнге дейін коронавирустың салдары туралы нақты статистика жоқ. Кейбірінде коронавирус қалыпты респираторлы инфекция ретінде өтсе, енді бірінде тыныс алу жеткіліксіздігімен асқынған пневмонияның дамуымен жүреді.

Емделгеннен кейін бірнеше апта бойы келесі көріністер болуы мүмкін:

- енгізу
- қызбасыз құрғақ жөтел
- астения синдромы
- өкпе фиброзының дамуы
- созылмалы аурулардың өршуі

Мәліметтері бойынша науқастардың 45% инфекцияны жұқтырғаннан кейін бір ай ішінде өкпе фиброзының белгілерін пайда болды. Науқастардың 36% және 30%-ында 3 және 6 айдан кейін өкпе фиброзы дамидыны анықтады. nCoV-19 инфекциясы бар науқастардағы ауыр асқынулардың бірі фиброз болады деп болжануда. Жоғарыда көрсетілген белгілерден басқа, COVID-19 инфекциясы расталған науқастардың көбінде күйзеліс белгілерін байқалады, олар өкініш, жалғыздық, дәрменсіздік, мазасыздық, ашуланшақтық және ұйқының бұзылуымен көрінеді. Кейбір науқастар үрей шабуылына тап болуы мүмкін.

Оқшауланған бокстардағы коронавирус расталғандардың психологиялық жағдайын бағалау кезінде, науқастардың шамамен 48%-да госпитализацияның ерте сатысында стресске эмоционалды реакция ретінде психологиялық күйзеліс көрінеді. Ауыр жағдайдағы науқастардың арасында жиі сандырақтау жағдайлары болады. Тіпті COVID-19 қоздыратын энцефалит жағдайы тіркелді, бұл естің болмауы мен ашуланшақтық сияқты психологиялық белгілерге алып келді. Коронавирустық инфекция өкпенің ауыр зақымдануы пневмонияның дамуына және оның тыныс алу жеткіліксіздігімен жүретін фиброзбен асқынуына, сондай-ақ, науқастардың психологиялық жағдайының бұзылуларына әкелетіндіктен, науқастарды ауруханадағы емдеу кезеңінен бастап, амбулаторлы-емханалық және нәтижелі диспансерлік кезеңмен аяқтайтын ерте оңалту шараларын әзірлеу және оларды енгізу қажеттілігі туындатады.

Бүгінгі таңда COVID-19 індетімен қатар пневмония ауруы да өрши түсті. Жыл сайын әлемде 17 миллион адам пневмонияға шалдығады. Егер өкпе қабынуының асқынған түріне шалдықса, осы күнге дейін өлім көрсеткіші 8-9%-ға тең болып келген. Алайда соңғы статистикалық мәліметтерге сәйкес, пневмониямен ауырғандардың саны артқан. Сырқаттанғандардың көбінде ауру симптомдары жоғары және өлім көрсеткіші өсіп отыр. Осыған сәйкес пневмония мен коронавирус инфекциясының айырмашылығы неде? деген сұрақтар тауындайды.

Коронавирус пен пневмонияны бөліп қарауға бола ма

Коронавирустық қабыну әдеттегі пневмонияға қарағанда ауыр. Ол тыныс алудың нашарлауымен, температураның жоғарлауымен және тәбеттің болмауымен байқалады.

Коронавируспен қатар өршіген пневмонияның бұрын анықталған түрінен айырмашылығы оның пайда болуына патогенді бактериялар (пневмококктар, стафилококктар) себеп емес. Патология өкпе тініне вирустар мен бактериялардың енуіне байланысты дамиды. Тіпті өкпе жүйесі қатты зақымданады. Клиникалық тәжірибеде тромбоз түріндегі қан тамырларының зақымдануы байқалған.

Коронавирус пен пневмонияның негізгі айырмашылығы мынада: Коронавирус кезінде адам суық тию мен пневмонияның жедел респираторлық ауыр синдромына (SARS) шалдығады. Пневмония – өкпенің қабынуы. Ол коронавирус, тұмау вирусы, тіпті суық тиюден болатын вирустық инфекциялардан туындаған асқыну. Қазіргі пневмония – коронавирус инфекциясының көрінісі болып отыр.

Коронавирус шықпаған кезде халықтың көпшілігі әдетте қазан-қараша айларында пневмонияға шалдығатын. «Қазір ауа райының салқындап кетуінен де пневмония өршіп жатыр» деп есептейді мамандар. Пневмония мен коронавирустың қатар өршуі өкпенің қабынып, адамның тыныс алуын нашарлатады. Сол себепті өкпеге дем жетпейді.

COVID-19 дифференциалды диагностикасын жүргізу үшін барлық пациенттер респираторлық инфекциялардың қоздырғыштарына әдіспен тексеріледі. Төменгі тыныс жолдарының микробио-

логиялық диагностикасын жүргізу міндетті болып табылады. Жылдам диагноз қою үшін инфекцияны жылдам анықтау сынақтарын қолдануға болады.

Індетті емдеу жолдары:

Көрсеткіштерге сәйкес пациенттерге вирусқа қарсы препараттарды тағайындауды бастаған жөн, антибиотиктер аурудың ауырлығына байланысты тағайындалуы керек. Жағдайы ауыр науқастарда, егер көрсеткіштер болса, тиісті терапия науқастың жағдайын, оның ішінде қан қысымын, өкпенің компьютерлік томографиясын міндетті түрде бақылау арқылы жүзеге асырылады.

Вирустың алдын алудың негізгі әдісі - инфекциялық қоздырғыштың бір бөлігі ағзаға енгізілген кезде белсенді вакцинация. Вакцинадағы вирус ағзаны вирустың көбеюіне жол бермейтін антиденелерді өндіруге ынталандырады. Қазіргі кезде Қазақстан Республикасының денсаулық сақтау министрлігінің кеңесімен "Гам-КОВИДВак" (Спутник V), QazVac, Nayat-Vax, CoronaVac и Sinopharm, Pfizer/BioNTech сияқты вакциналар егіледі.

Коронавирустық инфекцияны өзінен емдеуге тыйым салынады. Коронавирусты өзін-өзі емдеуге, әсіресе егде жастағы адамдарға жол берілмейді. Өйткені, инфекцияның ағымын болжау мүмкін емес, ал асқынулар өте әртүрлі болуы мүмкін. Ауыр жағдайларда әртүрлі асқынулар дамуы мүмкін. Тек дәрігер науқастың жағдайын дұрыс бағалай алады. Жедел пневмония сияқты асқыну көбінесе аурудың алғашқы күндерінен бастап, кейде аурудың алғашқы сағаттарынан бастап дамиды. Сондықтан арнайы вирусқа қарсы агенттерді және бактерияға қарсы агенттермен және басқа препараттармен барабар терапияны тағайындау қажет (асқынулардың алдын алу үшін).

Пациенттер медицина қызметкерлерінің тұрақты бақылауын қажет етеді, бірақ, өкінішке орай, науқастардың шамамен 30%-ы ауруханаға кеш жатқызылады - аурудың 5-6 күнінен кейін, бұл пневмонияның ұзаққа созылған ағымына және басқа да асқынуларға әкеледі.

Коронавирустан қалай сақтану керек;

Дүние жүзілік денсаулық сақтау ұйымының инфекцияның алдын алуға беретін кеңестері:

- Қолды әр жарты сағат сайын 20 секунд бойы сабындап жуу;
- Микробтарды өлтіруге антисептик көмектеседі. Медициналық спирт те қолдануға жарайды.

Егер спиртке аллергия бар болса, санитайзерді

пайдаланыңыз;

- Түшкіргенде және жөтелгенде мұрын-аузыңызды қағаз майлықпен не шынтағыңызбен жабыңыз. Содан кейін майлықты жабық контейнерге тастап, қолыңызды жуыңыз;

- Қолыңызды көзіңізге, мұрныңызға және аузыңызға тигізбеңіз, бұлар вирустың "кіріс қақпасы" саналады;

- Жөтел, жоғары температура және тыныс алу мүшелері ауруларының басқа симптомдары бар адамдардан аулақ жүріңіз;

- Адам көп жиналатын қоғамдық орындарға, той-томалақ, жиындарға

- бармай, үйде отыруға тырысыңыз;

- Адамдармен қол алыспай, қашықтықтан амандасқан жөн;

- Іс-сапардан бас тартып, әлем бойынша саяхатты шектеңіз;

- Үйдің терезесін жиі ашып, ауаны тазартып тұрыңыз;

- Қоғамдық көлікті жиі пайдаланбаған жөн;

- Қолма-қол ақшадан бас тартып, төлемді мүмкіндігінше банк картасы арқылы жасаңыз;

- Бөлмені жиі желдетіңіз;

- Табиғат пен фермалардағы жануарлардан аулақ жүріңіз;

- Ет пен жұмыртқаны ұзақ уақыт қайнатып не пісіріңіз, яғни, шала піскен күйінде тұтынбаңыз;

- Температура көтерілгенде, жөтелгенде және тыныс алу қиындағанда дереу медициналық жәрдемге жүгініңіз;

- Имунитетіңізді нығайтып, салауатты өмір салтын ұстаныңыз. Ақуыздарға, дәрумендерге және минералды заттарға бай тағамдарды тұтыныңыз.

Профилактикалық 5 шара:

Денсаулық сақтау министрлігі профилактикалық 5 шараны тұрақты істеуге кеңес береді:

- қол мен бетті сабынмен жиі және мұқият жуу;
- қолға арналған спирттік антисептиктерді қолдану;
- көп адам жиналған орындардан аулақ болу;

- науқас адамдармен байланысқа түспеу;
- салқын тию белгілері (дене қызуының көтерілуі, мұрынның бітелуі, жөтел, тамақтың ауруы) пайда болғанда міндетті түрде дереу үйге жедел жәрдем шақыру қажет.

Коронавирустан сақтану кеңестері мен алдын алу шараларын орындау өте маңызды. Оның айқын дәлелі науқас адам әлеуметтік қашықтықты сақтамау барысында 5-7 күн ішінде 2-3 адамды, 30 күн ішінде 400-ге жуық адамды осы дертке ұшырата алады.

Covid-19 індетінің Қазақстандағы көрінісі 2021 жылдың наурыз айында Қазақстанның корона-вирус пандемиясына сәйкес карантиндік жағдайда өмір сүргеніне 2 жылдай болды. Тек Қазақстан емес, әлем елдердің тұрмыс салты, экономикасы, әлеуметтік жағдайы үлкен өзгеріске ұшырады. Дүние жүзі мемлекеттерінің үкіметтері COVID-19-ға қарсы күресуде бірікті. Қазақстанның денсаулық сақтау саласында бетбұрыстар мен халық денсаулығын жақсартуда шаралар іске асырылды.

Өткен жылы әлемді дүр сілкіндірген пандемия Қазақстанға наурыз айында жетіп, күрделі эпидемиологиялық жағдай отандық денсаулық сақтауды материалдық-техникалық және кадрлық қамтамасыз етуді күшейту шараларын талап етті.

2020 жылы 13 наурызда Нұр-Сұлтан және Алматы қалаларында бұл індетті жұқтырған адамдар анықталған сәттен бастау алды. 3 сәуірге дейін COVID-19 елдің барлық аймағына таралып үлгерді.

Статистикаға көз жүгіртетін болсақ:

2021 жылдың 25 қазандағы ресми статистикалық ақпаратқа сәйкес, Қазақстанда коронавирус індетін 932,688 адам жұқтырған, 876,699 адам бұл аурудан сауығып, 12,001 адам қаза тапқан.

2021 жыл статистикасы:

COVID-19 дертінің салдарынан Қазақстандағы өзгерістер:

1. Денсаулық сақтау ұйымдары дертпен күресуге арналған материалдық-техникалық базасын арттырды.

2. Пандемия кезінде Қазақстан Үкіметі денсаулық сақтау инфрақұрылымын жаңарып, өңірлердің медициналық ұйымдарын материалдық-техникалық қамтамасыз етуге мәжбүр болды.

3. Қазақстанда пандемия кезінде медицина қызметкерлері үшін 15 373 жаңа жұмыс орны ашылған

4. Коронавирус пандемиясы медициналық кадрларды даярлауға түзетулер енгізді.

5. Коронавирус індетіне қарсы вакцина алу жұмысы жүргізілді.

6. Білім беру жүйесі қашықтықтан оқыту форматына ауыстырылды.

7. Ойын-сауықтық кешендердің жұмысы қысқартылды.

Қазіргі таңда соңғы деректер бойынша, коронавирус індетіне қарсы тиісті шаралар қолдану мен вакцинациялау ашараларынан инфекциялық ауруханаларлардың толу деңгейі 30 % дейін төмендеді.

Қорытынды. Жоғарыда айтылғандарға сүйене отырып, біз коронавирустық инфекцияға қарсы негізгі құрал - сіздің иммундық жүйеңізді жақсы жағдайда ұстау және санитарлық талаптарды сақтау деп қорытынды жасауға болады. Ол үшін алдын алу шарасы ретінде дене шынықтыру жаттығуларын, табиғи витаминдерге бай тамақтануды, таза ауада болуды және гигиенаны сақтау қажет.

Коронавирус инфекциясына қарсы вакцинация енді басталып жатыр. Вакцинация алу немесе алмау әркімнің өз ісі. Кез келген жағдайда бетперде киіп, гигиеналық талаптарды сақтау аурудың ықтималдығын азайтады. Жоғарыда айталған коронавирус дертінен сақтану шараларын сақтау негізінде дертті жұқтырмау, уақытылы емдеу мүмкін екендігі бейім. Сондықтан да, өзімізді, елімізді және әлемді сақтап қалу мақсатымен бүгінгі күнге белгілі COVID-19-ға қарсы сақтану шараларын орындау біз үшін шарт.

Пайдалынған әдебиеттер тізімі:

1. Трухан, Викторова: *Болезни органов дыхания*, 2013 жыл.

2. Бегайдарова Р.Х., Стариков Ю.Г., Алишинбекова Г.Қ., Дюсембаева А.Е. «Балалардағы жұқпалы аурулардың диагностикасы мен дифференциалды диагностикасы.» - М., ГЕОТАР - МЕДИА, 2013 ж.

3. https://kk.wikipedia.org/wiki/Басты_бем

4. <https://chitgma.ru/medlibrary/novosti-biblioteki/nauchnye-stati-o-covid-19> «Этиология эпидемической вспышки» мақалсы.

5. <https://ourworldindata.org/coronavirus-data>