



МОНГОЛ УЛСЫН
ЕРӨНХИЙЛӨГЧИЙН
ТАМГЫН ГАЗАР



ДУГААР 03

ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН



МОНГОЛ УЛСЫН ЕРӨНХИЙЛӨГЧИЙН
ЭРҮҮЛ МЭНД, СПОРТ, НИЙГМИЙН
БОДЛОГЫН ЗӨВЛӨХ

Т.МӨНХСАЙХАН:

МОНГОЛ ХҮНИЙ ТӨЛӨӨ ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН САЛБАРЫН
ШИНЭЧЛЭЛ ТАСРАЛТГҮЙ ҮРГЭЛЖЛЭХ ЁСТОЙ

“Эрүүл Монгол хүн”
үндэсний зөвлөл
байгуулагдлаа

Нийтийн эрүүл мэндийн төлөө
эрчүүдэд хандах эрүүл соёлыг
бий болгоё

Зургаан настай
15000 хүүхдийн
зүрхийг оношлов

МОНГОЛ УЛСЫН ЕРӨНХИЙЛӨГЧИЙН
САНААЧИЛГААР ХЭРЭГЖҮҮЛЖ БУЙ
“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН”
ҮНДЭСНИЙ ХӨДӨЛГӨӨН



ЭРҮҮЛ
МОНГОЛ
ХҮН үндэсний
хөдөлгөөн

Их зохиолч Дашдоржийн НАЦАГДОРЖ

Жаргалан, жаргалан, жаргалан
Энэ ертөнцийн түмэн жаргалан
Түүний готор чухам жаргалан
Эрүүл энхийн нэгэн жаргалан



АТГУУЛТА

ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН



12

“Эрүүл МОНГОЛ ХҮН” үндэсний зөвлөл байгуулагдлаа



16

Т.Мөнхсайхан: Монгол хүний төлөө эрүүл мэндийн салбарын шинэчлэл тасралтгүй үргэлжлэх ёстой



24

Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн архины хатуулгийг бууруулах АНХНЫ ЗАРЛИГийг танилцуулав



26

Архины эсрэг 10 үр дүн

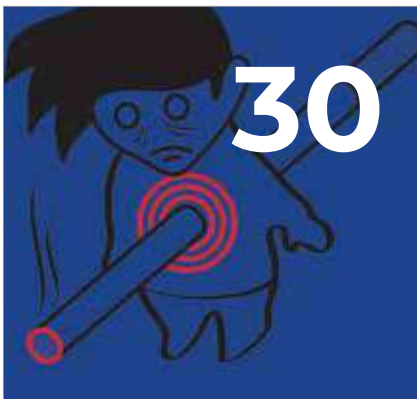


Эрхлэн гаргагч:
Ерөнхийлөгчийн Тамгын газар,
“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” төсөл,
хөтөлбөр хариуцсан алба

Ерөнхий эрхлэгч: **О.Чимэдсүрэн**
Референт: **С.Жаргалсайхан**
Редактор: **Г.Отгонжаргал**
Сэтгүүлч: **Д.Пэлжид**
Дизайнер: **Н.Түвшинбат**



О.Чимэдсүрэн: Нийтийн эрүүл мэндийн төлөө эрчүүдэд хандах эрүүл соёлыг бий болгоё



“Эрүүл Монгол хүн” хөдөлгөөний дараагийн бай нь тамхидалтыг бууруулах...



Эрүүл мэндийн сэтгүүл зүйн хөтөлбөр боловсруулна

- 8 Эрүүл орчин, эрүүл хүнс, эрүүл хүн
- 14 Өөрийгөө хайрла
- 28 Донтох эмгэгтэй иргэдэд тусламж үйлчилгээг хүртээмжтэй үзүүлэх чиглэлээр үе шаттай ажлууд хийж эхэллээ
- 32 Эх хүүхдийн өвчлөл, түүнээс улбаатай нас баралтыг бууруулахад анхаарахыг зөвлөж байна
- 38 Зүрх, судасны үндэсний төв байгуулна
- 39 Халид Шарифи: Хоёр монгол эмэгтэй тутмын нэг нь насан туршдаа хүчирхийлэлтэй нүүр тулж байна
- 40 15000 зургаан настны зүрхийг оношлов
- 42 Эмч багш бэлтгэх санаачлага гараанаас гарлаа
- 44 5 судалгаа 5 үр дүн
- 46 Түр хүлээ, хоёр асуулт
- 48 “Цаг гаргая” биеийн тамирын үндэсний аяныг эхлүүлээ
- 49 Анхаар чихрийн хэрэглээгээ хяна
- 51 Монголын сагсан бөмбөгийн холбооны Дэд Ерөнхийлөгч Т.Мөнхсайхан: Сагсан бөмбөгийн спортыг шинжлэх ухаанч байдлаар хөгжүүлэх болсноор тамирчдын маань амжилт хурдацтай өсөж дэлхийд үнэлэгдэж эхэллээ

ЭРХЭМ УНШИГЧ ТАНАА

Эрхэм Уншигч Танд энэ өдрийн мэндийг дэвшүүлье.

Дэлхий дахин цар тахлын дараа хүн төрөлхтний эрүүл мэндийг сахин хамгаалахын тулд эрүүл дадал хэвшилтэй, идэвхтэй амьдралын хэв маягтай иргэнийг төлөвшүүлэн хөгжүүлэхийг чухалчлан үзэх болжээ.

Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн хувиар, дэлхий нийтийн шинэчлэл өөрчлөлтийн нэг чухал хүчин зүйл хэмээгдэж буй эрүүл орших, эрүүл амьдрах энэхүү чиг хандлага, дадал зуршил, эрүүл мэндийн салбарын шинэчлэлийг ямагт дэмжин ажиллаж байгаа бөгөөд энэ хүрээнд “Эрүүл монгол хүн”, “Тэрбум мод”, “Хүнсний хангамж, аюулгүй байдал”, үндэсний хөдөлгөөнийг санаачлан хэрэгжүүлж байна.

Эдгээр хөтөлбөр нь тус бүрийн үүрэг чиглэл, бүтэц бүрэлдэхүүнтэй ч үр дүн, ач холбогдлын хувьд эрүүл монгол хүний төлөө гэсэн нэгэн цул эрхэм зорилгод зангидагдаж буй гэдгээрээ Табид хамтран хэрэгжүүлж, үр шимийг нь хамтдаа хүртэх хэтийн ач холбогдолтой юм.

Иймд иргэд олон нийтийн оролцоог ханган нийтийн эрүүл мэндийг дэмжих, эрүүл мэндийн боловсрол олгох, соён гэгээрүүлэхэд хамтран ажиллаж Монгол Улсын баялаг болсон монгол хүний төлөө “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөнийг хамтдаа хэрэгжүүлцгээе.

**Монгол Улсын Ерөнхийлөгч
Ухнаагийн Хүрэлсүх**





ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН

Үндэсний
Хөдөлгөөн



ЭРҮҮЛ
МОНГОЛ
ХҮН

ЭРҮҮЛ ОРЧИН ХҮНС ХҮН

■ Г.ЖАРГАЛ

Хүн төрөлхтний хөгжил дэвшил он цагийг илээж, өнөөдөрт хүрэх хүртэл мянга мянган жилийг туулсны нэгэн адил Та бидний орших, ирээдүй хойч үеийн бүтээх цаг хугацаа хэмжээлшгүй урт юм. Эцсийн төгсгөл үл харагдах тэрхүү үргэлжлэлийн төлөө өнөө цагийн алдаа оноог зөв зүйтэй дүгнэж, ирээдүйд хөтлөх сайн үр дүн, үр нөлөөг тооцон урагшлах учиртай. Иймийн тулд Монгол Улсын Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх эрүүл орчин, эрүүл хүнс, эрүүл хүн хэмээх гурван тулгуурт бодлогыг 2022 оноос эхлэн улс орны хэмжээнд хэрэгжүүлэх болсон. Эдгээр “Тэрбум мод”, “Хүнсний хангамж, аюулгүй байдал”, “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” гурван хөтөлбөр нь дор бүрнээ нэг том үүрэг, хариуцлагыг зангидах боловч эцсийн бүлэгт эрүүл зөв орчинд эрүүл аюулгүй бүтээгдэхүүн хэрэглэж, эрүүл амьдралын хэв маягийг дадал зуршил болгох нэгдсэн нэг зорилготой. Тэрхүү нэгдсэн зорилгыг монгол хүний төлөөх тулгуур гурван бодлого хэмээн тодорхойлж болох бөгөөд өнгөрсөн хоёр жилийн хугацаанд бий болсон үр дүн, үр нөлөөг тоочин өгүүлье.



НҮБ-д үнэлэгдсэн “ТЭРБУМ МОД” хөтөлбөр

Монголчууд эрт дээр үеэс эх дэлхий, байгаль орчноо хамгаалах эрхэм суртахууныг зан үйл, ёс заншил болгон өвлүүлэн уламжлуулж ирсэн ард түмэн бөгөөд энэ нь дэлхийн улс орон, тэр дундаа НҮБ-ын хөгжлийн бодлогын гол зорилт болсон уур амьсгалын өөрчлөлтийн эсрэг бодлогыг идэвхтэй дэмжин ажиллахад тулгуур арга зүй, арга ухаан болдог учиртай. Хэдийгээр өдгөө Монгол Улсын ойн доройтол, цөлжилт, байгаль экологийн сүйтгэл эрчимтэй нэмэгдэх болсон ч үүний эсрэг нэгдэн нийлж тэмцэх, ашиг сонирхлоо хамгаалах, хамтран зүтгэх, ажиллаж буйн эсрэг “Үгүй” гэж хэлэх хүн гарахгүй л болов уу. Энэ нь монголчуудын эрт дээр үеэс эх дэлхий, байгаль орчноо хайрлан хамгаалж ирсэн мөн чанарын улбаа бөгөөд өнгөрсөн хугацаанд “Тэрбум мод” хөдөлгөөнийг Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх санаачлан хэрэгжүүлснээр зөвхөн Сэлэнгэ аймаг гэхэд 2023 онд есөн сая мод тарьсан бол Хэнтий аймгийн Биндэр сум 36 мянган нарс тарьсан байна. Энэ бол орон нутаг, Монгол Улс даяар хэрэгжиж буй хөтөлбөрийн нэгээхэн хэсгийн үр дүн бөгөөд 2022 оноос мод тарьж, ургуулсан иргэн, ойн нөхөрлөл, аж ахуйн нэгж, байгууллагыг урамшуулдаг болсон нь тарьсан модоо үр дүнтэй ургуулах урам болоод хариуцлагыг бодитоор дэмжсэн хэрэг юм. Цаашид уг хөтөлбөрийн хүрээнд 1.5 тэрбум мод тарьж ургуулах замаар ойн санг 9.0 хувьд хүргэж, цөлжилт, газрын доройтолд нэн хүчтэй өртсөн газар нутгийг дөрвөн хувиар бууруулж, ойн сангийн хүлэмжийн хийн шингээлтийг 11 хувиар нэмэгдүүлэх зорилт дэвшүүлсэн байна. Түүнчлэн хөтөлбөрийг хэрэгжүүлж эхэлснээс хойш 39 төрлийн модлог ургамлын 12.1 тонн үрийн нөөц бүрдүүлсэн нь өмнөх үеэс 4.5 дахин нэмэгдэж, улсын хэмжээнд үйл ажиллагаа явуулж буй 306 мод үржүүлгийн газарт 45.8 сая тарьц, суулгацыг бэлтгэжээ.



“Хүнсний хувьсгал” эрчимжив

Монгол хүний эрүүл амьдрал, эрүүл монгол хүнийг ярихтай зэрэгцээд хамгийн түрүүнд хөндөгддөг сэдэв бол хүнсний хангамж, аюулгүй байдал. Хэдийгээр дотоодын үйлдвэрлэлээрээ гурил, мах махан бүтээгдэхүүнээ хангах боломжтой ч энэ нь орчин цагийн хүмүүсийн өсөн нэмэгдэж буй хэрэглээг нөхнө, хангана гэж үгүй. Өөрөөр хэлбэл, эрүүл амьдралыг хангах хоол хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээ өдрөөс өдөрт нэр төрөл, зүйл ангиллаараа нэмэгдэж байгаа бөгөөд монгол төрийн бодлого ч үүнийг дагаад тэлж хөгжих учиртай. Харамсалтай нь, манай улс хүнсний бүтээгдэхүүнийхээ 50 орчим хувийг, тухайлбал хүнсний ногоо, сүү сүүн бүтээгдэхүүнийхээ 40 орчим, өндөгний 50 орчим, будаа элсэн чихрийг бүхэлд нь хилийн чанадаас авч байна. Өөр бусад нарийн ногоо, жимс жимсгэнэ, нэмэлт бүтээгдэхүүний тухайд ярихад, бичихэд хэцүү юм. Иймд Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн санаачлан хэрэгжүүлж буй “Хүнсний хувьсгал” буюу “Хүнсний хангамж, аюулгүй байдлын төлөө” үндэсний хөдөлгөөний эхний таван жилийн гол зорилт нь хүнсний өргөн хэрэглэгддэг 19 нэр төрлийн бүтээгдэхүүнээр дотоодын хэрэгцээгээ бүрэн хангах явдал. Энэ нь эрүүл хүнс, тэр дундаа эрүүл шимт малын сүү, сүүн бүтээгдэхүүн, эх орны эрүүл

хөрсөнд ургасан хүнсний ногоо, жимс жимсгэнэ, гурил гурилан бүтээгдэхүүнийг дотоодоосоо хангах замаар эрүүл зөв хоололтыг түгээн дэлгэрүүлж, эрүүл монгол болох тухай зорилт юм. Үүний эхлэл болгон 2023 онд хүнсний үйлдвэр, худалдаа үйлчилгээ, мал аж ахуй, мал эмнэлэг, газар тариалан, хөнгөн үйлдвэр, жижиг дунд үйлдвэр, үйлчилгээ, хоршоо, судалгаа шинжилгээний 70 гаруй арга хэмжээнд 223 орчим тэрбум төгрөгийн санхүүжилт олгосон байна. Цаашид Ерөнхийлөгчийн Тамгын газраас эрх зүйн шинэчлэл, удирдлага зохион байгуулалтаа сайжруулах, эрчимжүүлэх, мал аж ахуй болон лабораторийн санхүүжилтэд анхаарч ажиллах юм.

ХҮН АМД ҮЗҮҮЛЖ БУЙ ТУСЛАМЖИЙН

81%

эмнэлгийн тусламж

19%

нийтийн эрүүл мэндийн тусламж

3.7%

Насанг хүрсэн хүн амын халгварт бус өвчний эрсдэлгүй хэсэг

“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН”-ий төлөө

Эрүүл мэндийг дан ганц эмээр, тариагаар эмнэдэггүй, анагаадаггүй. Энэ бол “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийн нийгэмд ойлгуулах, таниулах, сурталчлах, төлөвшүүлэхийг зорьж буй суурь ойлголт бөгөөд Эрүүл орчин- Эрүүл хүнс- Эрүүл хүн хэмээх гурван тулгуурт бодлогын нэгдсэн цөм хөтөлбөр хэмээн ойлгож болно. Учир нь, нийгмийн эрүүл мэндийг сахин хамгаалах үйл хэрэг нь нийтийн эрүүл мэндийг дэмжих үүрэг хариуцлагаас эхлэх учиртай. Тэр дундаа, хүн амын эрүүл мэндэд зохисгүй хооллолт, архи тамхины хэтэрсэн хэрэглээ, хөдөлгөөний хомсдол, үүнээс үүдэлтэй жингийн илүүдэл, таргалалт, артерийн даралт ихсэх өвчлөл давамгайлах болсон. Хүн амын ердөө 3.9 орчим хувь нь л дээр дурдсан эрсдэлээс хол байгаа нь цаашид үл анхаарах тусам ирээдүйд эрүүл монгол хүнийг эрж хайхад бэрхтэй болохыг илэрхийлж буй хэрэг. Иймд өвчилсний дараа бус харин өвчлөхөөс өмнө урьдчилан сэргийлэх, иргэдийг өөрөө өөрийгөө хамгаалахуйц эрүүл мэндийн боловсролтой болгож, эрүүл орчноо бүрдүүлдэг, эрүүл хүнсний дадал сонголттой болгох нь “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийн зорилт. Хөтөлбөр эрчүүдийн эрүүл мэнд, эрүүл залуус, эрсдэлгүй гэр бүл, эрүүл эх нялхас гэсэн дөрвөн чиглэлээр хэрэгжиж байгаа бөгөөд “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН”-ийг эрүүл чийрэг бие бялдартай, зөв зан үйлтэй, саруул оюун ухаантай, амьдралын зөв хэвшил бүхий эрүүл орчныг бүтээгч хэмээн тодорхойлсон нь эрүүл мэндийн салбарын ойрын болоод холын хөгжлийг тодорхойлсон чиг шугам юм.



ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХУН
НУХ ТОХИО
ЭРҮҮЛ
МЭНДИЙН
ЭКОЛОГИЙН
ЗАГВАР
ХҮҮСНИЙ
ХУВЬСГАЛ
ТЭРВҮМ
МОД

ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН

Эрүүл чийрэг бие бялдартай

Эрүүл саруул оюун ухаантай

Эрүүл зан үйл, амьдралын хэвшил

Эрүүл орчныг бүтээгч

НИЙГЭМ, ЭДИЙН ЗАСГИЙН
АЖИЛ, амьдралын
ГЭР БҮЛ, хамт олон
НИЙСЭМ, ЭДИЙН ЗАСГИЙН
ТҮВШИЙН

ХУВЬ ХҮНИЙ ЗАН ҮЙЛ

АМЬДРАЛЫН
ТҮРШ

ШИЙДВЭР



“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” ҮНДЭСНИЙ ЗӨВЛӨЛ БАЙГУУЛАГДЛАА

Монголчууд эрт дээр үеэс “Эрүүл биед саруул ухаан оршино” хэмээн сурган хүмүүжүүлж ирсэн бөгөөд энэ нь эрүүл амьдарч гэмээнэ саруул оршихуйн үлгэр дуурайл юм. Харин өдгөө цагт ахуйн соёл, хэрэглээний өөрчлөлт, зан төлөвийн ялгарал, амьдралын үнэлэмж, санхүүгийн боломж зэргээс үүдэн эрүүл биеийн тухай ойлголт давжааран буурч улмаар Монгол Улсын хүн амын эрүүл мэндийн асуудал хурцаар яригдах

болсон. Үүнд нөлөөлж буй хүчин зүйл нь архи, тамхины хэрэглээ, хөдөлгөөний дутагдал, эрүүл мэндийн боловсрол, амьдралын хэв маяг зэрэг олон учир шалтгаантай бөгөөд Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн 2023 оны дөрөвдүгээр сарын 28-ны өдөр санаачлан зохион байгуулсан “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний чуулга уулзалтаар энэ тухай салбар салбарын төлөөлөл багтсан 800 гаруй төлөөлөгч Төрийн ордонд хамтдаа хэлэлцсэн юм.

Эрүүл мэнд, боловсрол, хууль сахиулах байгууллага, төрийн болон төрийн бус байгууллага, эрдэмтэн судлаач, олон улсын байгууллага, иргэд, аж ахуйн нэгжийн төлөөллүүд идэвхтэй оролцсон уг чуулганаас хөдөлгөөний хэрэгжилтийг хангах чиглэлээр холбогдох яам, агентлаг, төр захиргааны байгууллага, иргэний нийгмийн төлөөлөл бүхий Үндэсний зөвлөл байгуулахаар зарлаж, зөвлөмж гаргав. ■



Зөвлөмж:

- Хүн ам, олон нийтэд чиглэсэн, судалгаанд суурилсан нийтийн эрүүл мэндийн арга хэмжээг өргөжүүлэхэд шаардлагатай нэмэлт санхүүжилтийг бүрдүүлэх сан үүсгэн байгуулах,
- Архи, согтууруулах ундаа, тамхины онцгой албан татварын 10 хүртэлх хувийг дээрх санд төвлөрүүлэн нийтийн эрүүл мэндэд зарцуулах боломжийг эрэлхийлэх,
- Үндэсний хөдөлгөөний үзэл баримтлал, бодлогын баримт бичгийг эцэслэн 2023-2030 онд хэрэгжүүлэх нарийвчилсан дэд хөтөлбөр, төлөвлөгөө боловсруулан хэрэгжүүлэх,
- Дэд хөтөлбөрүүдийг хэрэгжүүлэх, зохион байгуулах, хяналт шинжилгээ хийх салбар дундын төлөвлөлт, зохицуулалтын нэгж байгуулахаар

ӨӨРИЙГӨӨ ХАЙРЛА

Дэлхийн улс орон болгон эдийн засгийн бодлоготой. Дор бүрнээ эдийн засгийн өсөлтөд тулгуурласан амьдралын чанарыг чухалчилдаг. Монгол Улс ч адилхан. Гэхдээ өнгөрсөн цаг хугацаанд төрийн бодлого шийдвэрийн эрэмбэ дараа, эрх ашгийг яривал мөнгө, мөнгө бас дахин мөнгө л байж ирсэн. Дэлхийн эдийн засгийн өсөлттэй уялддаг энэхүү хатуу статистикийн ард монгол хүн, тэр тусмаа монгол хүний эрүүл мэндийн асуудлыг ул суурьтай, нухацтай ярьсан, анхаарсан нь төдий л олон биш. Иймд Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн санаачлан хэрэгжүүлж буй “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийн анхдугаар зорилго нь “Монгол хүн та хэн бэ” гэдэг том асуултад хариулахаас илүүтэй “Бидний эрүүл мэнд ямар байна вэ. Та өөрийнхөө эрүүл мэндийг сахин хамгаалж чадаж байна уу” гэдэг энгийн иргэнийхээ эрүүл мэндийг тандаж мэдэх замаар төрийн бодлого шийдвэрийг шинэчлэн тодорхойлж, хэрэгжүүлэх явдал байсан. Энэ хүрээнд “Эрүүл Монгол хүн” хөдөлгөөний зүгээс, Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайханы олон нийтэд

нээлттэй ярьж буй сэдэв нь монгол хүний эрүүл мэнд доройтсон тухай илэн далангүй мэдээлэл.

Арга ч үгүй. Нийгмийн суурь үйлчилгээ болох боловсрол, эрүүл мэндийн үзүүлэлтээр голлон гаргадаг Дэлхийн хөгжлийн индексд Монгол Улс шим тэжээл, хоол хүнсний хүртээмж, анхан шатны тусламж үйлчилгээгээр 108, хорт хавдрын нас баралтаараа нэгдүгээрт жагсаж байгаа. Мөн зүрх судас, артерийн даралт, хоол боловсруулах эртхэн зэрэг урьдчилан сэргийлж болох өвчлөл хүн амын дундах нас баралтын тэргүүлэх шалтгаан болж, таргалалт буюу буруу хооллолт, сахар, давсны хэрэглээгээрээ дэлхийд тавд жагсаж, жилд 200 сая ам.доллар буюу 670 гаруй тэрбум төгрөгийг хилийн чанадад эрүүл мэндийн тусламж, үйлчилгээ авахад зориулж байна. Жилд 20 гаруй мянган иргэн эрүүл мэндээс шалтгаалсан ядууралд өртдөг гэсэн тоон мэдээлэл ч бий.

Гэтэл Монгол Улсын Үндсэн хуульд буюу хуулийн засаглалдаа “Монгол хүн эрүүл аюулгүй орчинд амьдрах эрхтэй. Эрүүл мэндээ хамгаалах нь иргэн хүн бүрийн үүрэг” гэсэн заалт цаасан дээр хараар

бичигдсэн байдаг. Нэг ёсны 1994 онд нэвтэрсэн эрүүл мэндийн даатгалын тогтолцоо, 1996 оноос эхэлж байгуулагдсан хувийн хэвшлийн эмнэлгүүд, 2012 онд анх батлагдсан Эрүүл мэндийн тухай хууль гээд энэ салбарын хөгжлийг урагшлуулж буй олон хүчин зүйл, эрүүл мэндийн салбарын шинэчлэл, эмч эмнэлгийн ажилтны ур чадвар, техник тоног төхөөрөмжийн шинэчлэл эрчимтэй хийгдэж байгаа ч “Эрүүл монгол хүн” гэдэг ойлголт өөрөө өвдсөн, шаналсан, он удаан жил өөрийгөө өвтгөсөн, ядраасан, эрүүл мэндээ доройтуулсан тэр ойлголтоор хязгаарлагдаж байна. Иймд “Эрүүл МОНГОЛ ХҮН” хөдөлгөөн нийт монголчуудынхаа, монгол хүн таны, миний үнэнийг ойлгуулахыг, таниулан анхааруулахыг зорьсон. Хатууг хэлэхээс айж эмээсэнгүй. Гагцхүү харин энэ бүх үнэнээр дамжуулан “Та өвдөж болно. Өвдсэн байж магадгүй. Гэхдээ одоогоос өөрийгөө хамгаал. Та өвдөхгүй байж болно. Гагцхүү өөрийгөө л хайрла. Өөрийн хайртай хүмүүсээ хайрла, хамгаал” хэмээсэн нь хөтөлбөрийн урьдач зорилго. ■

“

Жилд 200 сая ам.доллар буюу 670 гаруй тэрбум төгрөгийг хилийн чанадад эрүүл мэндийн тусламж, үйлчилгээ авахад зориулж байна. Жилд 20 гаруй мянган иргэн эрүүл мэндээс шалтгаалсан ядууралд өртдөг гэсэн тоон мэдээлэл бий.



МОНГОЛЧУУДЫН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ЗОНХИЛОХ ЭРСДЭЛТ ХҮЧИН ЗҮЙЛ

ЭРЧҮҮД:



ЭМЭГТЭЙЧҮҮД:



ЯРИЛЦАХ ТАНХИМ



Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх, Анагаах Ухааны доктор Тогтмолын Мөнхсайхан

Т.МӨНХСАЙХАН:

Монгол хүний төлөө эрүүл мэндийн салбарын шинэчлэл тасралтгүй үргэлжлэх ёстой

Г.ОТГОНЖАРГАЛ

Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхантай түүний удирдан ажилладаг “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний үйл явц болон үр дүнгийн талаар ярилцлаа.

-Сүүлийн үед “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөдөлгөөн Монгол Улсын хэмжээнд эрчимтэй хэрэгжих болсон. Үндсэндээ нийтийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх, өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх чиглэлд хөтөлбөрийн хэрэгжилт гол анхаарлаа хандуулж байгаа гэж ойлгосон. Зөв үү. Та ерөнхий мэдээлэл өгөхгүй юу?

-Ер нь бол зөв. Гэхдээ хөтөлбөрийн зорилго, зорилтын ердөө нэг хэсэг нь энэ юм. Учир нь, монгол хүний эрүүл мэндийг тодорхойлох, эрүүл мэндийг сахин хамгаалах үйл хэрэг бол ганц хөлтэй, зорилготой байж болохгүй. Нэг ёсны эрүүл мэндийн салбарт үүссэн хүндрэлийг шийдвэрлэх, монголчуудынхаа эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх, эм, эмнэлгийн хэрэгслийн чанар чансааг сайжруулах зэргээр асуудлыг олон талаас нь харж, хэрэгжүүлэх хэрэгтэй. Түүнээс бус дан ганц соён гэгээрэл,

эмнэлгийн тоног төхөөрөмжийн шинэчлэл, эмч эмнэлгийн ажилтны ур чадвар зэргийг ялгаж, салгаж харах юм бол эрүүл мэндийн шинэчлэлийн бодлого бүрэн дүүрэн хэрэгжиж чадахгүй. Үр дүн гарахгүй. Үүний алдаа нь өнөөдрийн нөхцөл байдал.

МОНГОЛ ХҮНИЙ ЭРҮҮЛ МЭНДЭД ХАМГИЙН ИХ СӨРӨГ НӨЛӨӨ ҮЗҮҮЛЖ БАЙГАА ШАЛТГААН НӨХЦӨЛИЙГ ТОГТООСОН

-Өнөөдрийн алдаа, нөхцөл байдал гэдгээ Та тодорхой тайлбарлахгүй юу?

-Монгол Улсын эрүүл мэндийн бодлого өнгөрсөн хугацаанд эмнэлгийн тусламж үйлчилгээний чиглэлд илүүтэй анхаарч ирсэн. Үүний ард урьдчилан сэргийлэх, өвчин тусахгүй

байх, эрүүл мэндэд сөрөг нөлөө үзүүлж буй шалтгааныг олж арилгах талаарх бодлого бүрэн орхигдсон байсан. Үр нөлөөнд нь жил ирэх тусам халдварт болон халдварт бус өвчлөл нэмэгдэж байна. Тухайлбал, манай улсад сүүлийн жилүүдэд эмнэлгийн орны тоо нэмэгдсэн ч эмнэлгийн тусламж үйлчилгээ, хүртээмжийн ачаалал буурсангүй. Иймд “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөдөлгөөний зорилго нь энэ алдааг засах, үр дүнг нь ард иргэдийг хэрхэн, яаж эрүүл байлгах вэ гэдэгт чиглүүлнэ.

-Илүү өргөн хүрээнд гэж үү?

-Хөдөлгөөн үндсэн дөрвөн хэсэгтэй. Нэгдүгээрт, эрүүл орчин нөхцөлийг хэрхэн яаж бий болгох ёстой вэ гэдэгт хариулт олж, бүтээн байгуулах. Хоёрдугаарт, эрүүл зан үйл буюу эрүүл хооллолтыг дадал болгох. Гуравдугаарт, ард иргэдэд байнгын зөв дадал буюу дасгал хөдөлгөөн хийхүйц зан үйлийг хэвшүүлэх. Дөрөвдүгээрт, иргэдэд эрүүл мэндийн боловсролыг системтэйгээр зөв олгох тухай асуудал. Эдгээрийг цогцоор нь бүрдүүлж чадвал монгол хүнийг өвчин туссаных нь дараа эмчлэх бус сууриар нь эрүүл байлгах боломж бүрдэнэ.



...Монголчуудын нас баралтын тэргүүлэх таван шалтгаан нь архи согтууруулах ундааг хэтрүүлэн хэрэглэх, дутуу төрөлт, агаарын бохирдол, тамхи, артерийн даралт ихсэх юм. Иймд эдгээр шалтгааныг арилгахад чиглэсэн бодлого барьж ажиллах ёстой...

-Монголчуудын эрүүл мэндэд тэгвэл сөрөг нөлөө үзүүлж байгаа хүчин зүйл нь юу вэ. Өмнө нь Таны “Эрүүл мэндийн салбарт инновацад суурилсан шинэчлэл хийх ёстой” гэсэн ярилцлагыг уншиж байсан юм байна?

-Ерөөсөө судалгаанд суурилсан, шинжлэх ухаанч байдлаар асуудлын голыг тодорхойлж, шинэчлэлийг эрчимжүүлэх багц бодлогыг үр дүнтэй хэрэгжүүлэх нь “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөдөлгөөний гол зорилго. Монгол хүний эрүүл мэндэд хамгийн их сөрөг нөлөө үзүүлж байгаа шалтгаан нөхцөлийг өнгөрсөн хугацаанд гадаад, дотоодын судалгаагаар гаргаж, тодорхойлсон. Ингэхэд монголчуудын нас баралтын тэргүүлэх таван шалтгаан нь архи согтууруулах ундааг хэтрүүлэн хэрэглэх, дутуу төрөлт, агаарын бохирдол, тамхи, артерийн даралт ихсэх байсан. Иймд эдгээр шалтгааныг арилгахад чиглэсэн бодлого барьж ажиллах ёстой гэсэн үг. Үүнээсээ архи согтууруулах ундааны хэрэглээг бууруулахад сүүлийн хоёр жил маш их анхаарч ажилласан. Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн 43 тоот зарлиг бидэнд маш том бодит дэмжлэг болсон. Архи, согтууруулах ундааны зохисгүй хэрэглээг бууруулах чиглэл өгсөн энэ зарлигийн дагуу өнгөрсөн

хугацаанд бид 10 гаруй хуульд нэмэлт өөрчлөлт оруулж чадсан. Ингэснээр монголчуудын 2023 оны архи согтууруулах ундааны хэрэглээ өмнөх оноос 14 хувиар буурсан. Өмнөх оноос хоёр сая литрээр буурсан үзүүлэлт юм.

-Яг бодитой үр дүн мөн үү. Үр дүнг нь яаж тооцоолж гаргасан бэ?

-Мэдээж үр дүнг бодитой тооцож гаргах хэрэгтэй. Нэг ёсны дахиад судалгаа хийх хэрэгтэй. Гэхдээ архины хэрэглээ хоёр сая литрээр буурсан нь бодит үр дүн мөн биз дээ. Мөн архи согтууруулах ундаа хэрэглэсэн үедээ үйлдсэн гэмт хэрэг, зөрчлийн тоо 15 хувиар буурсан. Тэгэхээр бидний хүсэж буй үр дүн гарсан гэсэн үг. Гэхдээ хангалттай биш. Өөрөөр хэлбэл, цаашид архины хэрэглээг бууруулах замаар эрсдэлгүй гэр бүлийг төлөвшүүлэх, эрүүл залуу үеийг бэлтгэх, эрчүүдийн эрүүл мэндийг хамгаалах, эрүүл эх хүүхэд төрж, өсөх нөхцөлийг хангах ёстой. Нэг ёсны монгол хүний эрүүл мэндийн төлөө эрүүл мэндийн салбарын шинэчлэл тасралтгүй үргэлжлэх ёстой. Зогсох ёсгүй. Иймд үр дүнг нэг жилээр, хоёр жилээр ярихаас илүү ерөнхий чиг хандлага, төлөв зүй тогтлоор ярьдаг болох хүртэл шинэчлэл үргэлжилнэ, үргэлжлүүлнэ ээ л гэсэн үг.

-Хөтөлбөрт “Эрүүл эрчүүд”



гэж тусад нь авч үзэж байгаа нь ямар учиртай юм бэ. Манай улсын эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн дундаж наслалтын зөрүү 10 жилээр хэмжигдэж байгаатай холбоотой юу?

-Үнэн, үнэн. Монгол эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн дундаж наслалтын зөрүү 9.5 байгаа. Энэ нь олон шалтгаантай. Эрэгтэйчүүдийн нас баралтад хамгийн их нөлөөлж байгаа хүчин зүйл нь архи, согтууруулах ундааны хэтрүүлсэн хэрэглээ, тамхидалтын сөрөг нөлөө байсан. Учир нь, тамхи татдаг хүн

**2023
ОНД**

архи согтууруулах
ундааны хэрэглээ
өмнөх оноос

**14%
БУУРЧЭЭ**



2019 онд гаргасан судалгаагаар нийт эмэгтэйчүүдийн таван хувь нь тамхины хэрэглээ өндөртэй байсан бол энэ тоо өнөөдөр 14 хувь руу дөхөж байна.

татдаггүй хүнээсээ 10 насаар бага насалдаг. Архины хэрэглээ 5-6 нас бууруулдаг. Манай улсын хүн амын 51 хувь нь эмэгтэй, 49 хувь нь эрэгтэй. Эрчүүдийн архи, тамхины хэрэглээг илүү өндөр хувиар бууруулж чадах юм бол наслалтын зөрүү ч дагаад буурна. Түүнчлэн, эрчүүд гэлтгүй сүүлийн жилүүдэд эмэгтэйчүүдийн архи, тамхины хэрэглээ жил ирэх тусам нэмэгдсээр байгаа нь санаа зовоосон асуудал болж байна. 2019 онд гаргасан судалгаагаар нийт

эмэгтэйчүүдийн таван хувь нь тамхины хэрэглээ өндөртэй байсан бол энэ тоо өнөөдөр 14 хувь руу дөхөж байна. Мөн эмэгтэйчүүдийн тамхи татах нас улам залуужиж байгаа нь сэтгэл эмзэглүүлэх болсон. Хавдар үүсгэж байгаа өөр бусад шалтгаануудыг судалж үзэхээр тамхидалт буюу дам тамхидалт хамгийн өндөр буюу 35 хувийг эзлэх болсон. Иймд тамхины асуудлыг онцгой авч үзэж, хэрэглээг багасгах хэрэгтэй байна. Мөн энд зориуд хэлэх ёстой зүйл бол электрон болон янжуур



тамхины аль алиных нь хэрэглээ маш өндөр байгаа. Эрүүл мэндэд адилхан л сөрөг нөлөөтэй. Архи, тамхины асуудлаар улсын хэмжээнд салбар дундын оролцоог хангаж, улс төрийн манлайлал үзүүлэхгүй бол үр дүнд хүрдэггүй. Харин энэ удаад Ерөнхийлөгчийн манлайллын дэмжлэгтэйгээр чамлахааргүй сайн үр дүнд хүрсэн гэж болно. Цаашид дутуу төрөлт, артерийн даралт ихсэлтийн асуудлаар ч эрүүл мэндийн салбарт зөв бодлого гаргаж, түүнийгээ хэрэгжүүлж чадвал илүү сайн үр дүнд хүрэх боломжтой гэж харж байгаа.

-Эмэгтэйчүүдийн хувьд зонхилох эрүүл мэндийн шалтгаант нөхцөл, хөтөлбөрийн тухайд анхаарах гол эмзэглэл юу вэ?

-Гол өвчлөл нь зүрх судас, хавдар, осол гэмтэл. Мөн умай болон хөхний хавдар давамгайлж байна. Амьдралын хэв маяг, амьдардаг бүсчлэлээс нь хамаараад зонхилох өвчлөл харагддаг. Орон нутагт амьдарч байгаа эмэгтэйчүүд шим тэжээлийн хомсдол, шаардлагатай амин дэм, эрдэс бодис дутагдалтай байдаг учраас өвчлөл илүү өндөр. Улаанбаатар хотод орчин нөхцөлөөсөө хамаараад амьсгалын замын өвчлөл их. Мөн ундны устай холбоотой өвчлөл элбэг байна. Цаашдаа манайд дараагийн хөндөгдөх ёстой том асуудал бол ундны усны эрүүл ахуй, чанар болж таарна. Хоол, унд амьдралын хэв маяг, соёлтой холбоотойгоор өвчлөл харилцан адилгүй байгаа биз. Үүнийг л зөв тогтоож, оношлон, арилгаж байж бид эрүүл байж чадна.

Япон Улсад эрүүл мэндийн боловсрол олгох үүрэг бүхий тусгайлсан багш ажилладаг. Үүн шиг манай улс энэ чиглэлээр боловсрол мэдлэг олгох боловсон хүчнээ бэлтгэж чадвал иргэд маань бага наснаасаа эрүүл мэндийн зөв боловсролтой болж чадна.



ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БОЛОВСРОЛЫГ СИСТЕМТЭЙ ЗӨВ ОЛГОХ НЬ ХӨТӨЛБӨРИЙН НЭГ ЗОРИЛТ

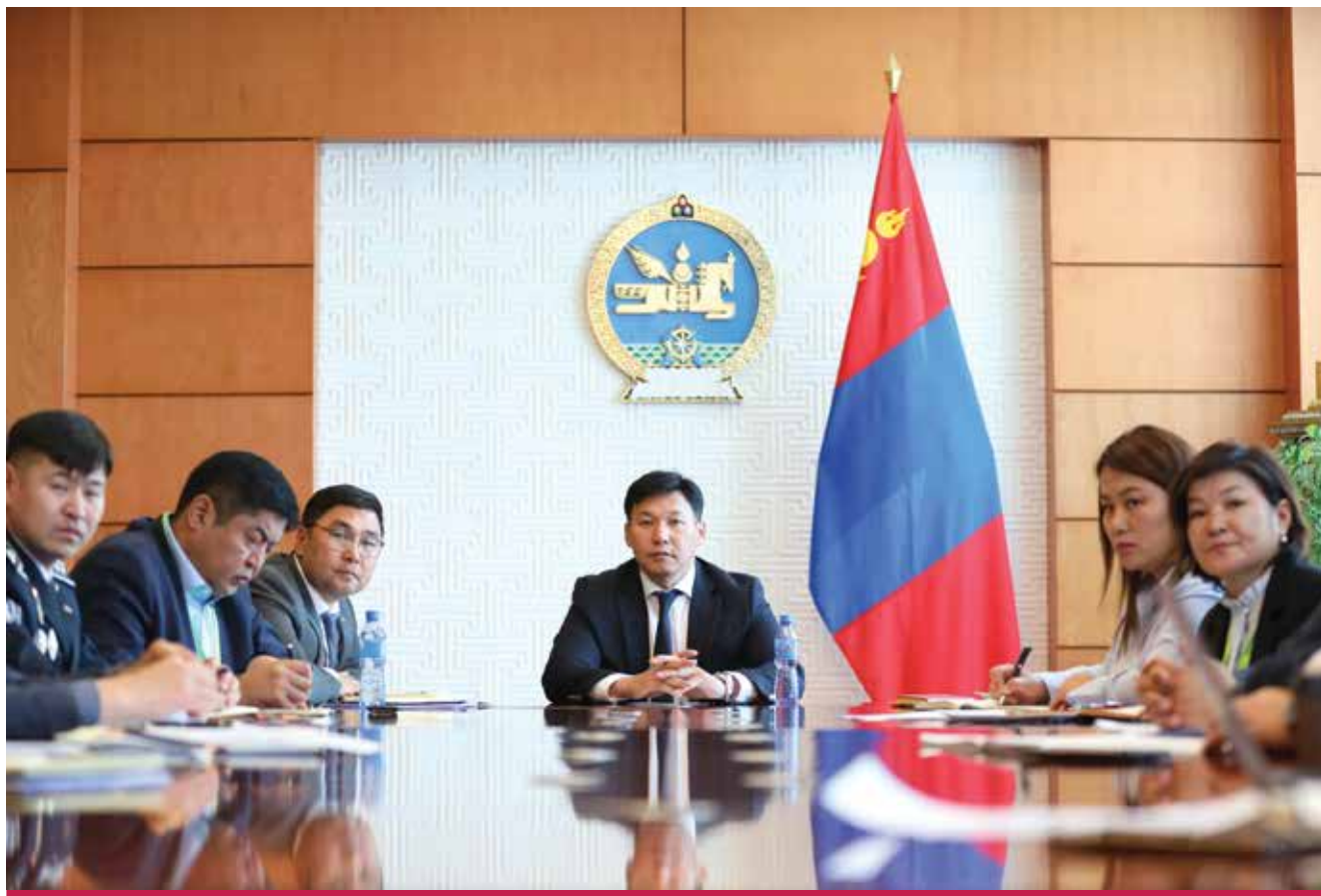
-Манай иргэдийн эрүүл мэндийн боловсрол хангалтгүй гэдгийг хэн хүнгүй мэдэж байгаа. Гэсэн ч энэ нь “Та эрүүл мэндээ анхаар. Сайн судал. Өөрийгөө хайрла” гэж хэлээд шийдэгдчих шиг асуудал биш. Таны хариулт?

-Эрүүл мэндийн боловсрол гэхээр бүх насны иргэдийн онцлогт тохирсон эрүүл мэндийн тухай ойлголтыг тодорхой цаг хугацаатай нь ярих хэрэгтэй болно. Хүүхэд эхийн хэвлийд бүрэлдэж эхэлсэн цагаас эрүүл мэндэд нь хэрхэн анхаарах вэ гэдэг боловсрол олгож эхлэх ёстой. Гэвч энэ талын мэдлэг, ажил, сурталчилгаа хангалтгүй байгаа нь үнэн. Өвчин эмгэгийг илрүүлэх чиглэлд манай эрүүл мэндийн салбарт илүүтэй анхаарч ирсэн. Тиймээс цаашдаа бид бүлгийн хяналтын тогтолцоог нэвтрүүлнэ. Тухайлбал, Монгол Улсад шүдний өвчлөл өндөр байна. Энэ нь эхчүүдэд хүүхдээ төрөөд зургаан сартай

болсноос нь хойш шүдээ угаахыг хэлэх, сануулах, мэдээлэл сурталчилгааг хангалттай өгөх шаардлагатайг хэлж байгаа юм. Мөн ямар хоол унд хэрэглэхийг хүртэл зааж ойлгуулах хэрэгтэй. Өсвөр насныханд нөхөн үржихүйн боловсрол олгох хэрэгтэй. Харамсалтай нь, үүнийг хэн олгож, мэдлэгжүүлэх вэ гэдэг асуудал манай улсад маш учир дутагдалтай. Одоогоор биологийн юм уу, биеийн тамирын багш нь энэ тухай зааж, хаа нэг хэлдэг. Гэтэл дэлхийн өндөр хөгжилтэй орнуудад тусдаа багш бэлтгэдэг тогтолцоотой. Тухайлбал, Япон Улсад эрүүл мэндийн боловсрол олгох үүрэг бүхий тусгайлсан багш ажилладаг. Үүн шиг манай улс энэ чиглэлээр боловсрол мэдлэг олгох боловсон хүчнээ бэлтгэж чадвал багаас нь эрүүл мэндийн зөв боловсрол олгож чадна. Нөгөөтээгүүр, ард иргэдэд эрүүл мэндийн боловсрол олгох ажлыг одоогоор зөвхөн хэвлэл мэдээллээр дамжуулж хийдэг ч энэ нь учир дутагдалтай явдаг. Үүнийг системтэй болгох хэрэгтэй. Ялангуяа орон нутагт амьдарч байгаа иргэдэд эрүүл мэндийн мэдлэг, мэдээлэл түгээх гол хэрэгсэл нь хэвлэл мэдээллийн суваг учраас үүнийг системтэй, зөв бодлогоор хэрэгжүүлбэл үр дүн гардаг.

Иймд цаашид ирээдүйд хүүхдээ хэрхэн эрүүл, зөв хүн болгож өсгөх вэ гэдэг асуудлаар илүү нарийн бодлого хэрэгжүүлэх нь “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийн зорилт юм. Ингэж судалгаанд суурилсан шинжлэх ухаанч бодлогыг гаргаж чадвал бага зардлаар үр дүнд хүрэх боломжтой. Тухайлбал, зургаан настай хүүхдийн зүрхний төрмөл болон олдмол гажгийг илрүүлэх ажлыг хийж байна. Эхний ээлжид Архангай, Увс аймаг, Хан-Уул дүүрэгт хийлээ. Зургаан настай 15,000 орчим хүүхдэд зүрхний цахилгаан бичлэг хийхэд 30 хүүхэд яаралтай мэс засалд орох эрсдэлтэй нь тогтоогдож эмчлэгдээд явж байна. Мөн 300 гаруй хүүхдээс зүрхний төрмөл болон олдмол эмгэг илэрч байнгын эмчийн хяналтад орсон. Багаас нь илрүүлж арга хэмжээ аваагүйгээс болж огцом ачааллаас үүдэлтэйгээр зүрх нь зогсож нас барах тохиолдол гардаг. Гэнэт зүрх зогсох өвчний улбаа үүнтэй холбоотой. Тиймээс улсын хэмжээнд ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчдын эрүүл мэндэд анхаарах бодлогыг нэн даруй зөв гаргах шаардлага гарч ирж байна.

-Ер нь, эрүүл мэндийн салбарын үйлчилгээ, эмчилгээний дарааллыг



монголчууд бид өөрөөр харах цаг болсон бололтой. Таны ярианаас тэгж ойлгогдлоо?

-Монгол Улс нэг хүнд ногдох эмчийн тоо, орны тоогоороо дэлхийд эхний байрт орно. Тэгсэн атлаа эмнэлгийн хүртээмж, ард нийтийн сэтгэл ханамж хангалтгүй байдаг. Энэ нь өвчлөл их байгааг илэрхийлж буй хэрэг. Иймд системийн өөрчлөлтийг маш тодорхой, хурдтай хийх ёстой юм. Тухайлбал, гурван түвшинд оновчтой бодлого явуулах хэрэгтэй. Таны асуусанчлан үүнийг дараалал гэж хэлж болно. Хавдраар жишээлэхэд тамхи, таргалалт, буруу хооллолт түгээмэл хүчин зүйл нь болдог. Иймд эхний ээлжид тамхи татахаа болиод, таргалалтаа багасгаж, зөв хооллолтыг хэрэглээндээ нэвтрүүлж чадвал таны эрсдэл харьцангуй буурна гэсэн үг. Өөрөөр хэлбэл, энэ бол суурь өвчлөл буюу анхдагчтайгаа тэмцэх боломж, үндсэн хүчин зүйл. Үүний нэгэн адил урьдчилан сэргийлэлтэд маш хариуцлагатай хандаж, өөрийнхөө биеийг тандаж мэдэх, үзүүлж оношлуулах дадалтай болмоор байна. Өөрийн нас хүйс, ажил мэргэжилтэйгээ уялдуулсан байдлаар урьдчилан сэргийлэх үзлэгийг цаг хугацаанд нь

оновчтой шийдлээр хийж чадвал бага зардлаар өндөр үр дүнг гаргаж чадна. Дараагийн асуудал нь оношилгоо, эмчилгээ. Өрхийн эмнэлгийн чадавх, аймгийн эмнэлгүүдийн тусламж үйлчилгээг ямагт шинэчлэн сайжруулж байх хэрэгтэй. Ингэснээр эмчилгээ, үйлчилгээний дугаарлалт буурна. Цаашлаад төвлөрөл саарна. Ард иргэдийн сэтгэл ханамж дээшилж, эмнэлэг, эмнэлгийн ажилтнуудын ачаалал ч буурна. Ерөөсөө эрүүл мэндийн салбарт гал унтраах зарчмаар хандаж болохгүй. Бодлогоо цогц байдлаар тодорхойлж, цогц байдлаар хэрэгжүүлэх хэрэгтэй.

**ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН
САЛБАРЫН ТӨВЛӨРЛИЙГ
СААРМАГЖУУЛЖ, ЭМЧ
ЭМНЭЛГИЙН АЖИЛТНЫ
ХӨДӨЛМӨРИЙН
ҮНЭЛЭМЖИЙГ
НЭМЭГДҮҮЛСЭН**

-Та өмнө нь ГССҮТ, УНТЭ гэж Монголын хоёр ч том эмнэлгийг удирдаж байсан. Дэлхий нийтийг

хамарсан ковид-19 цар тахлын үед Эрүүл мэндийн сайдаар ажилласан. Таныг гэмтлийн жирийн нэг эмчээс эмнэлгийн захирал, салбарын сайдаар ажилласан энэ цаг хугацааг өнөөдрийн хашиж буй “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөрийн удирдагч, Ерөнхийлөгчийн “Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн асуудал хариуцсан зөвлөх гэдэг статустайгаа нэгтгээд энэ дүгнэлтийг хийж байгааг тань ойлгож байна. Гэхдээ энэ бүх зорилт, зорилго өнөөдөр л урган гарч ирээгүй. Яагаад хэрэгжилт хангалтгүй байсан бэ. Яагаад асуудлыг цогцоор нь шийдэхгүй явсаар өнөөдөрт хүрчэв?

-Би эрүүл мэндийн салбарт 14 дэх жилдээ ажиллаж байна. Эхний арван жилийн гуравт нь ГССҮТ, нэг жилд нь УНТЭ-ийн захирлаар ажилласан. Улсын хоёр ч том эмнэлгийг удирдаж ажилласны хувьд салбарт тулгамдаж буй асуудал, хийх шаардлагатай өөрчлөлтүүдийг мэдэж ойлгосон. Тиймээс сайд болсон даруйдаа эмнэлгийн тусламж үйлчилгээний төвлөрлийг сааруулах, хүртээмжийг нэмэгдүүлэх, орон нутаг, дүүргийн эмнэлгүүдийг чадавхжуулах ажлыг бодлогоор эхлүүлсэн. Төвлөрлийг

Өнгөрсөн 100 жилийн тогтолцоог хоёр жилийн дотор өөрчилж чадахгүй ч засч залруулаад сайжруулаад явахад үр дүн гарна.

сааруулахын тулд аймаг, дүүргийн нэгдсэн эмнэлэгт хавдар, гэмтэл, хүүхэд, зүрх судасны зэрэг олон чиглэлийн тусламж үйлчилгээ үзүүлэх, тусламжийн нэр төрлийг нэмэгдүүлэх асуудлыг бодлогоор дэмжиж ажилласан. Учир нь, улсын хэмжээнд хавдар, гэмтэл, зүрх судас зэрэг нарийн мэргэжлийн тусламж, үйлчилгээ үзүүлдэг нэг нэг төв эмнэлэгтэй, тэндээ бүх ачааллыг үүрүүлж иргэдэд хүлээлт, чирэгдэл үүсгэдэг бэрхшээл шатлалын бүх эмнэлэгт ялгаагүй бий. Үүнийг шийдвэрлэх нь эмнэлгийн даргын мэдлээс хэтэрсэн асуудал байлаа. Иймд Эрүүл мэндийн сайдаар ажиллах хугацаандаа салбарын төвлөрлийг бууруулахын зэрэгцээ, ачаалалтай ажиллахын хэрээр хөдөлмөрөө үнэлүүлэх боломжийг нэмэгдүүлсэн. Мэдээж эмчээр ажиллах сайхан. Гэхдээ хэчнээн шинэ тоног төхөөрөмж нэвтрүүлж, өвчтөнөө эмчиллээ гээд хийж чадах зүйл хананд тулдаг. Эмнэлэг удирдахад олон зуун мянган хүнд чанартай, хүртээмжтэй тусламж үйлчилгээ авах боломж бүрдүүлж өгч чадахаас бус салбарын хэмжээнд, тогтолцоогоор нь өөрчлөх боломж юм. Дараагийн шатны шийдлүүд зайлшгүй шаардлагатай болдог. Харин бодлогын түвшинд Эрүүл мэндийн сайд, Ерөнхийлөгчийн зөвлөхөөр ажилласнаар Монгол Улсын 3.5 сая хүнийг эрүүл байлгах, амь насыг нь аврах боломж, гарцыг нээж өгөх боломжтой болсон. Миний хувьд юун түрүүнд монгол хүн гадагшаа явж эмнэлгийн тусламж үйлчилгээ авдаггүй байх, хоёрдугаарт эх орондоо эрүүл амьдрах боломжийг бүрдүүлэхийг чухалчилсан.

-Гэхдээ өвчтөнөөс гадна эмч, эмнэлгийн ажилтнууд ч гадагшаа явсаар байгаа. Цалин урамшууллын тогтолцоо таны үед сайжирсан ч сэтгэл дүүрэн амьдрах нөхцөл бүрэн хангагдаагүй хэвээр байгаа?

-Үнэн үнэн. Эмч нарын цалин мөнгө, нийгмийн асуудал үнэхээр хангалтгүй байгаа. Мэдлэг, чадвартай

эмч нар амралтаараа Солонгос явж ажил хийчихээд ирж байна. Амралтаараа амраад, сурч боловсрох байтал гадагшаа мөнгөний төлөө явж байна. Эмч хүн байнга уншиж судалж мэдлэг боловсролоо дээшлүүлэх шаардлагатай байтал ажлын төлөө, мөнгөний төлөө бүх цаг заваа зориулж байна. Тиймээс эрүүл мэндийн салбарын санхүүгийн тогтолцооны реформыг зайлшгүй хийж байж богино хугацаанд хэд дахин өсгөх боломжтой гэж үзэж гүйцэтгэлийн санхүүжилтийн тогтолцооны өөрчлөлтийг нэвтрүүлсэн. Гүйцэтгэлийн санхүүжилтийн тогтолцоо хэрэгжсэн гурван жилийн хугацаанд цалин нь гурав дахин нэмэгдсэн эмч, сувилагч ч байна.

-Үнэн үү?

-Гуравхан хувиар нэмэгдсэн нь ч бий. Тухайн байгууллагыг удирддаг менежерүүдээс шалтгаалж байгаа зүйл бий. Мөн бодож төлөвлөсөн, хүссэн хэмжээнд хүрч хараахан чадаагүй байна. Хугацаа орох байх. Өнгөрсөн 100 жилийн тогтолцоог хоёр жилийн дотор өөрчилж чадахгүй ч засаж залруулаад сайжруулаад явахад үр дүн гарна. Ямар ч байсан эрүүл мэндийн салбарынхан хөдөлмөрөө шударгаар үнэлүүлдэг болсон. Богино хугацаанд цалин нэмэгдэх хамгийн боломжит хувилбар бол гүйцэтгэлийн санхүүжилт. Ганцхан жишээ хэлэхэд, ГССҮТ-ийн яаралтай тусламжийн хүлээх авах дээр өдөрт 500-600 хүн ирдэг. Гэмтлийн эмнэлгийн хүлээн авахад жижүүрт гарна гэдэг маш хүнд. Согтуу хөлчүү нэгнээс эхлээд нүд халтирам осол аваарт орсон хэдэн зуун хүнтэй ажиллахад эмч сувилагч нар халширдаг. Жижүүрт гарах хүн олддоггүй байсан. Харин өнөөдөр байдал огт өөр болсон. Гүйцэтгэл, ачаалал нэмэгдэхийн хэрээр цалин урамшуулал 4-5 дахин нэмэгдсэн. Сарын 5-6 сая төгрөгийн цалин авдаг эмч нар бий. Гүйцэтгэлийн санхүүжилтийн тогтолцооны ганцхан жишээ л энэ. Өдөр ирэх тусам үр дүн гарсаар байгааг эрүүл мэндийн

салбарынхан бодитоор мэдэрч байгаа боловуу.

-Танд дэлхий нийтийг хамарсан ковид-19-ийн үед Эрүүл мэндийн сайдаар ажиллах хугацаанаас үлдсэн тань сургамж, тоочин өгүүлэх, ирээдүйд сургамж болохуйц алдаа оноо юу байна вэ?

-Боломжтой хүмүүс гадаад руу яваад эмчлүүлдэг боловч хорио цээрийн дэглэм тогтоосон, хил гааль хаалттай үед ямар хүндрэл гарч болохыг бид хангалттай харж, биеэрээ мэдэрсэн. Тиймээс эх орондоо бүх төрлийн тусламж үйлчилгээг үзүүлэх боломжийг богино хугацаанд бүрдүүлэхийг Эрүүл мэндийн сайд байхдаа анхаарч ажилласан. Эргээд бодоход үнэхээр хүнд цаг хугацаа. Гэхдээ намайг Эрүүл мэндийн сайдаар томилогдоод албаа хүлээлгэж өгөх хүртэлх хугацаанд ковидоор нэг ч хүн нас бараагүй. Өнөөдөр энэ тухай хүмүүс мартсан байж магадгүй. Гэсэн ч яамны зүгээс цар тахлын сорилоор эрүүл мэндийн салбар алдаа оноогоо огт өөр түвшинд олж харсан. Энэ салбарыг хөгжүүлэхгүй бол ямар хүнд байдалд орохыг дээр, дооргүй мэдэрсэн амаргүй цаг хугацааг даван тууллаа. Дэлхий нийтэд цар тахалтай нүүр тулж ажилласан туршлагатай нэг ч хүн байсангүй. Тухайн үед салбарыг удирдахад хурдтай, богино хугацаанд оновчтой шийдвэр гаргах шаардлага тулгарсан. Ганцхан жишээ хэлэхэд Сэлэнгэд халдвар бүртгэгдэхэд эхлэлийг нь олохын тулд олон хувилбарыг гаргаж байсан л даа. Бусад аймгууд руу тараахгүйн тулд эхлээд суурин дагасан газруудынхаа хүн амыг шинжлэх, шуурхай хяналтандаа авахыг хичээсэн. Шинжилгээ авахаас эхлээд эргээд яаж богино хугацаанд чадавхаа сайжруулах вэ, илүү олон газар шинжилгээ хийх, эмнэлгийн ачааллаас эхлээд дараагийн төлөвлөлтөө оновчтой хийх зэргээр цаг минуттай уралдсан хугацаа байлаа. ■

ЕРӨНХИЙЛӨГЧ У.ХҮРЭЛСҮХИЙН АРХИНЫ ХАТУУЛГИЙГ БУУРУУЛАХ АНХНЫ ЗАРЛИГИЙГ танилцуулав

Эрүүл монгол хүнийг эрж хайх эрэл хайгуулын эхлээд бүдрэх дов сондуул нь архины хэрэглээ. Хэдийгээр бүх нийтээр нь архины хэрэглээг хэтийдсэн гэж хэлж болохгүй ч 100 мянган нас баралт тутмын 15.5 нь архины шалтгаанаар хорвоог орхидог. Хүн амын 6.2 хувь нь архинд донтсон гэдэг оноштой өдөр хоногийг өнгөрөөх болсон. Түүнчлэн Үндэсний статистикийн хорооны мэдээнээс харахад сүүлийн таван жилд согтууруулах ундааны хэрэглээ, үйлдвэрлэл тасралтгүй нэмэгдсэн. Зөвхөн 2022 оны статистикаас харахад нэг хүнд ногдох архи, дарс 8.9 литр, шар айраг 37.1 литр болж өссөн байна. Мөн согтууруулах ундааны нөлөөллийн улмаас жилд 4000-4500 орчим хүн энддэг бөгөөд гарч буй нийт гэмт хэргийн 60-70 хувь нь, нийт гэмтлийн 10-12 хувь нь архи согтууруулах ундаа хэрэглэсэнтэй холбоотой байдаг аж. Иймд Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх 2022 оны дөрөвдүгээр сарын 5-ны өдөр “Засгийн газарт чиглэл өгөх тухай” зарлиг гаргаж, чиглэл өгч байв.

Уг зарлигт хэд хэдэн тодорхой санааг тусгасны нэг нь онцгой албан татварын ангилал, шатлалд өөрчлөлт оруулах замаар 38 хувийн хатуулагтай этилийн спирт агуулсан архи, согтууруулах ундааны хатуулгийг 10 жилийн хугацаанд жил бүр хоёр хувиар бууруулах тухай байсан. Энэ талаар Ерөнхийлөгчийн Тамгын газрын дарга Я.Содбаатар тухайн үед “Манай улсад мөрдөгдөж байгаа хууль тогтоомж, ард иргэдийн архины хэрэглээний түвшинг авч үзвэл өндөр хатуулагтай спиртийн агууламж бүхий архи, согтууруулах ундааны хэрэглээ өндөр, үүнийг дагаж үүсэж буй гэмт хэрэг, эрүүл мэнд, гэр бүлийн хүчирхийлэл зэрэг сөрөг үр дагавар маш их байна. Дэлхийн олон оронд өндөр хатуулагтай архи, согтууруулах ундааны хатуулгийг үе шаттай бууруулах арга хэмжээг авч хэрэгжүүлсэн. Тиймээс бид архины хатуулгийг үе шаттай бууруулах бодлого хэрэгжүүлж, архины зөв, зохистой хэрэглээг төлөвшүүлнэ” хэмээн мэдэгдсэн юм.



Ерөнхийлөгчийн Тамгын газрын дарга Я.Содбаатар 2022 оны дөрөвдүгээр сарын 5-нд зарлиг танилцуулав.

БАЙР СУУРЬ



УИХ-ын дарга Г.Занданшатар:

-Монгол Улс архины хэрэглээгээрээ дэлхийд хамгийн өндөр түвшинд байгаа улсуудын нэг. 2013 онд үйлдвэрлэсэн архины хэмжээ 3.1 литр байсан бол 2015 онд оргил үедээ буюу 11 литр хүрсэн. Одоо 8.2 литр байгаа нь дэлхийн дунджаас хэд дахин өндөр үзүүлэлт юм. Архидан согтууралтаас үүдэлтэй зуурдаар нас баралт манай улсад дэлхийн түвшнээс хоёр дахин их байна.

Мөн архинаас үүдэлтэй өвчлөлт их байна. "Намайг алгас" хэмээх аян өрнөснийг та бүхэн мэднэ. Намайг алгас гэж байхад шахаад түүний улмаас тухайн хүн ямар нэгэн гэмт хэрэг, зөрчил гаргавал шахсан хүн нь хариуцлага хүлээнэ. "Архи уу" гэж шахаж байгаа хүн ирэх оны нэгдүгээр сарын 1-нээс хариуцлага хүлээдэг боллоо.



МҮХАҮТ-ын ерөнхийлөгч Д.Энхтүвшин:

-Би архи хэрэглээгүй 15 жил болж байна. Анх хэрэглэхээ болих үед хүмүүс их шахдаг байлаа. Сүүлийн үед архиар шахдаг явдал эрс багассан байна. Архи, согтууруулах ундааны эсрэг нөлөөллийн ажлуудыг аж ахуйн нэгж, иргэд хүлээж аваад өөртөө, амьдралдаа өөрчлөлт хийх хүмүүс олон бий гэж харж байна. Нийтийн эрх ашгийн төлөө танхимын зүгээс архи, согтууруулах ундааны хэрэглээг бууруулах чиглэлд хамтран ажиллахад бэлэн байна.

“ЗАСГИЙН ГАЗАРТ ЧИГЛЭЛ ӨГӨХ ТУХАЙ” 43 ТООТ ЗАРЛИГААС...

- Онцгой албан татварын ангилал, шатлалд өөрчлөлт оруулах замаар 38 хувийн хатуулагтай этилийн спирт агуулсан архи, согтууруулах ундааны хатуулгийг 10 жилийн хугацаанд жил бүр хоёр хувиар бууруулах

- Архи, согтууруулах ундаанд ногдуулах онцгой албан татварын орлогоос хавдрын эмнэлэг, донтох өвчнийг эмчлэх төв болон хөгжлийн бэрхшээлтэй хүүхдийн хөгжлийн төвийг байгуулах

- Ажлын байрыг нэмэгдүүлэх, хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжих замаар архи, согтууруулах ундааны хэрэглээг бууруулах нийгэм, эдийн засгийн цогц арга хэмжээг авч хэрэгжүүлэх

- Төрийн байгууллага, төрийн болон орон нутгийн өмчит хуулийн этгээдээс зохион байгуулж буй хүлээн авалт, албан ёсны баяр, ёслолын арга хэмжээнд өндөр хатуулагтай этилийн спирт агуулсан архи, согтууруулах ундааг хэрэглэхийг бүрмөсөн хориглох зэрэг онцлох арга хэмжээг тусгажээ.

Архины эсрэг алхам алхмаар:

2022.4.5

Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх 43 тоот зарлиг гаргав.

2022.7 сар

УИХ-аас Согтууруулах ундааны эргэлтэд хяналт тавих, архидан согтуурахтай тэмцэх тухай, Онцгой албан татварын тухай, Засгийн газрын тусгай сангийн тухай хуульд тус тус өөрчлөлт оруулав.

2022.7 сар

“Архидан согтуурахтай тэмцэх, урьдчилан сэргийлэх үйл ажиллагааг дэмжих сан”-г нээв.

2022.11 сар

Цагдаагийн ерөнхий газартай хамтран “Намайг алгас” ухуулга, арга хэмжээг зохион байгуулав.

2023.2 сар

“Архигүй Цагаан сар” арга хэмжээг зохион байгуулав.

2023.09.18

Архидан согтуурахтай тэмцэх, урьдчилан сэргийлэх чиглэлээр “Та татгалз” арга хэмжээг эхлүүлэв.

2023.10.9

“Архи, согтууруулах ундааны зохисгүй хэрэглээг бууруулах нь” салбар дундын удирдах ажилтны зөвлөгөөнийг Ерөнхийлөгчийн Тамгын газраас зохион байгуулав.

2023.10.24

Хан-Уул дүүргийн удирдлагын багтай уулзалт, хэлэлцүүлэг зохион байгуулав.

2023.12 сар

“Архигүй шинэ жил-Та татгалз” арга хэмжээг зохион байгуулав.

Архины эсрэг

Онцгой албан татварын тухай хуулийн 6.1”-д заасны дагуу ногдуулж хураасан татварын орлогын гүйцэтгэлээс татвар ногдсон согтууруулах ундааны литр тутамд хамаарах 300 төгрөгийн орлогыг “Архидан согтуурахтай тэмцэх, урьдчилан сэргийлэх үйл ажиллагааг дэмжих сан”-д төвлөрүүлж эхлэв.

300₮

**АРХИГҮЙ
ИРЭЭДҮЙ**

2023 онд 118.4 сая литр согтууруулах ундааны төрлийн буюу спирт, спиртийн бүтээгдэхүүн үйлдвэрлэсэн нь өмнөх онтой харьцуулахад 32.7 сая литрээр буюу 21.6 хувиар буурав.

21.6%

1

2

3

4



8.4мян/л

2023 онд дотоодын үйлдвэрлэлийн хувьд шар айраг 30.6 сая, архи 2.1 сая, спирт 8.4 мянган литрээр бага үйлдвэрлэв.

8.2 сая/₮

Улсын хэмжээнд 2023 онд 27.5 сая согтууруулах ундаа борлогдсон бөгөөд нийт 8.2 сая төгрөгийг “Архидан согтуурахтай тэмцэх, урьдчилан сэргийлэх үйл ажиллагааг дэмжих сан”-нд төвлөрүүлэв.

10 үр дүн:

2023 онд нийт 27 сая 456 мянган литр согтууруулах ундаа улсын хэмжээнд борлуулагдсан нь өнгөрсөн онтой харьцуулахад 1 сая 606 мянган литрээр буюу 5.5 хувиар буурсан байна.

5.5%



Согтуугаар тээврийн хэрэгсэл жолоодсон зөрчил өмнөх оны мөн үетэй харьцуулахад 21.4 хувиар буурав.

21.4%

Шинэ жилийг угтсан нөлөөллийн ажлын үр дүнд 2023 оны 12 сард согтуугаар үйлдсэн гэмт хэрэг үйлдэгдсэн нь өмнөх оны мөн үетэй харьцуулахад 45.7 хувиар буурсан

45.7%

**АРХИГҮЙ
ИРЭЭДҮЙ**

5

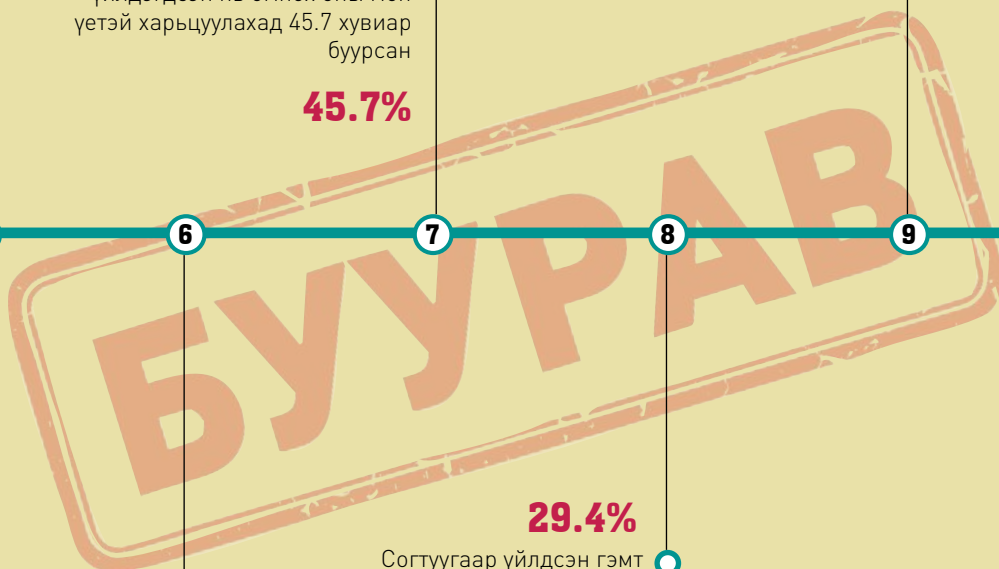
6

7

8

9

10



29.4%

Согтуугаар үйлдсэн гэмт хэрэгт эрэгтэйчүүдийн эзлэх хувь 13.0 хувиар, эмэгтэйчүүдийн эзлэх хувь 21.9 хувь, хүүхдийн эзлэх хувь 29.4 хувиар тус тус буурав.

10.6%

2023 онд 25234 зам тээврийн осол бүртгэгдсэнээс 4.3 хувь нь согтуугаар үйлдэгдсэн бөгөөд өмнөх оны мөн үетэй харьцуулбал 10.6 хувиар буурав.

01-1.1%

Дотоодын үйлдвэрлэгчдийн архины хатуулаг өмнөх онтой харьцуулахад 38.5-35.9 болж 2.1-ээр, 36 болон 37 хатуулагтай архи 35.9 болж тус бүр 0.1-1.1-ээр буурав.





МОНГОЛ УЛСЫН
ЕРӨНХИЙЛӨГЧИЙН
ТАМГЫН ГАЗАР



Эрүүл-Эко Хан-Уул дүүрэг

ДОНТОХ ЭМГЭГТЭЙ ИРГЭДЭД ТУСЛАМЖ ҮЙЛЧИЛГЭЭГ ХҮРТЭЭМЖТЭЙ ҮЗҮҮЛЭХ ЧИГЛЭЛЭЭР ҮЕ ШАТТАЙ АЖЛУУД ХИЙЖ ЭХЭЛЛЭЭ

Хүн амын дундах өвчлөл, нас баралтын бүтцээс харахад халдварт бус өвчин буюу сэргийлж болох эмгэг давамгайлж, нөгөө талаар газар нутаг, оршин суугчдын бүтэц зэрэг нь Монгол Улсын бүхий л нэгжийг төлөөлөхүйц хэрэгжих учиртай. Иймд уг хөтөлбөрийн эхлэл болгон Хан-Уул дүүргийг сонгон “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний “Эрүүл-Эко” дүүрэг төслийг хэрэгжүүлэхээр төлөвлөсөн бөгөөд тодорхой чиглэлүүдээр жишиг төслийг 2022 оноос хэрэгжүүлж эхлээд байна. Төслийг дүүргийн Засаг даргын Тамгын газар, эрүүл мэндийн байгууллагыг түшиглэн хүн амын бүлэг, онцлогийг харгалзан тэдний эрүүл мэндийн суурь түвшинг тогтоох, түүнд тулгуурлан анхан болон лавлагаа шатлалын тусламжийг төлөвлөх, уялдуулах чиглэлээр ажиллаж байна.



Хэрэгжүүлж буй үйл ажиллагаа:

1

Боловсролын байгууллагад түшиглэн **эрүүл ирээдүйг төлөвшүүлэх**

2

Эхчүүдийн боловсрол, жирэмсний хяналтыг сайжруулах замаар **эх, нялхсын эрүүл мэндийг дэмжих, сайжруулах**

3

Донтох эмгэг болон сэтгэц, нийгмийн тусламж үйлчилгээг өргөжүүлж эмгэгээс **сэргийлэх, хянах, эмчлэх тогтолцоог бий болгох**

4

Ахмад, хөгжлийн бэрхшээлтэй иргэдэд үзүүлэх **тусламжийг өргөжүүлэх**

Донтох эмгэгийн илрүүлэх, эмчлэх, хянах үйл ажиллагаа:

Хан-Уул дүүргийн оршин суугчдын согтууруулах ундааны хэрэглээг өрхөд суурилан тогтоох замаар зорилтот бүлгүүд (хэтрүүлэн хэрэглэгч, донтсон, гэр бүл)-д чиглэсэн нийгэм, сэтгэлзүйн цогц тусламж үзүүлэх жишиг тогтолцоог бүрдүүлэхээр ажиллаж байна. Энэ хүрээнд дараах ажлуудыг хэрэгжүүлж байна. Үүнд:

1

Донтох эмгэгээс сэргийлэх, эмчлэх, нийгэм сэтгэл зүйн тусламж үзүүлэх нэгжийг суурьшлын онцлогийг харгалзан бий болгох:

Хан-Уул ЭМТ

Хан-Уул Нэгдсэн эмнэлэг,

Нисэх- орчим – ЭНЭҮТ

2

Согтууруулах ундааны хэтрүүлсэн хэрэглээ, донтох эмгэгийн тархалтыг өрхөд суурилан **илрүүлэх, тархалтыг тогтоох**

3

Архины хамааралтай болон архинд донтох эмгэгтэй иргэн, тэдний гэр бүлд эрүүл мэнд, **сэтгэцийн тусламж үйлчилгээг үзүүлэх, эмчлэх**

4

Үйлчлүүлэгчдийг АА төв болон **хөдөлмөр эрхлэлтийн үйлчилгээнд хамруулах**

5

Хүн ам, зорилтот бүлгүүдэд чиглэсэн сургалт, **нөлөөллийн ажлыг өргөн хүрээнд зохион байгуулах**

Донтох эмгэгийг илрүүлэх сэргийлэх, эмчлэх, тусламж үйлчилгээг өргөжүүлэх зорилгоор Хан-Уул дүүргийн 21-р хорооны өрхийн эрүүл мэндийн төв болон хороог түшиглэн цуврал уулзалтууд зохин байгуулагдлаа.





“Эрүүл Монгол хүн”
хөдөлгөөний дараагийн

БАЙ НЬ ТАМХИДАЛТЫГ БУУРУУЛАХ...

Монголчуудын тамхины хэрэглээ өндөр. Нийт хүн амын 20 гаруй хувь нь тамхины хэрэглээтэй бөгөөд эрэгтэйчүүдийн 50 орчим хувь, эмэгтэйчүүдийн 10 гаруй хувь нь тамхи татдаг. Иймд “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөн 2024 оноос дараагийн шатандаа шилжихдээ тамхины эсрэг тэмцэхээ 2024 оны нэгдүгээр сард албан ёсоор зарлав. Энэ тухай Ерөнхийлөгчийн эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан “Хөдөлгөөний эхний үе шатны хүрээнд монгол хүний эрүүл мэндэд хамгийн хорт нөлөө үзүүлж буй архи, согтууруулах ундааны хэрэглээг бууруулахад чиглэсэн бодлогын болон үйл ажиллагааны ажлыг зохион байгуулсан. Дараагийн нэг сөрөг нөлөө үзүүлж байгаа хэрэглээ тамхинд донтох эмгэг юм. Тамхины хэрэглээг хэрхэн бууруулах вэ, ялангуяа залуу хойч үеийнхний дундах хэрэглээг хэрхэн багасгах вэ гэдэгт анхаарлаа хандуулж байна. Тиймээс тамхины хэрэглээтэй холбоотой судалгаа явуулж, урьдчилсан байдлаар дүгнэлт гарч эхэлсэн. Судалгааны нэгдсэн дүн гарснаар бид цаашид ямар арга хэмжээ авч ажиллахаа тодорхойлно.

Чихэрлэг ундааны хэрэглээтэй холбоотой судалгааны дүн нэгтгэгдээд дууссан. Чихэрлэг ундаа, чихэрлэг бүтээгдэхүүн нь хүүхдийн эрүүл мэндэд хортойн дээр таргалалт болон зүрх

судасны өвчлөлийн гол шалтгаан болж байгаа нь тогтоогдсон. Тиймээс олон улсад татварын ямар бодлого хэрэгжүүлж байна вэ, нөлөөллийн ямар ажлуудыг хийж байна вэ, үйлдвэрлэлийн шатанд ямар зохицуулалт тусгаж байна вэ гэсэн асуудлыг судалж, цогц арга хэмжээ хэрэгжүүлэх болно. Өмнө нь нэг төрлийн арга хэмжээг авч хэрэгжүүлэх юм уу эсвэл богино хугацааны ажлыг хийж ирсэн нь өнөөдрийн түвшинд хүргэсэн” хэмээсэн юм. Дэлхийн улс орнуудын тухайд тамхидалтыг бууруулахын тулд “Эцэслэе”, “Зогсооё”, “Тамхи огт татдаггүй болгоё” зэрэг стратеги руу шилжиж байгаа бөгөөд тамхины татварыг нэмэх, агаарын чанарыг хамгаалахын тулд дотоод орчинд тамхи татахыг хориглох, зар сурталчилгааг хязгаарлах, хүүхдүүдэд огт зарахгүй байх зэрэг арга хэмжээг хэрэгжүүлэх болсон байна. Түүнчлэн сүүлийн жилүүдэд электрон тамхины хэрэглээ нэвтэрснээр хүүхдүүдийн дунд энэ төрлийн тамхины хэрэглээ нэмэгдэж байгаа нь 177 мянган хүүхдийг тамхины улмаас амь насаа алдах эрсдэл рүү түлэх болсон. Иймд уламжлалт тамхины хэрэглээ төдийгүй электрон тамхины хэрэглээний эн тэнцүү хор хөнөөлийг таниулан ойлгуулах, цаашлаад хэрэглээг хязгаарлах чиглэлд “Эрүүл Монгол хүн” хөдөлгөөн үйл ажиллагаагаа чиглүүлэх ажээ.

Олон улсын
судалгаагаар
монголчуудын нас
баралтад нөлөөлж буй
эрсдэлт хүчин зүйлд
30 гаруй жилийн өмнө
тамхины хэрэглээ

4

ДҮГЭЭР

шалтгаан болж байсан бол
2020 онд нас баралтын

2

ХОЁРДУГААР

шалтгаан болж
өөрчлөгдсөн байна.



Зөвлөмж:

Эх хүүхдийн өвчлөл, түүнээс улбаатай нас баралтыг бууруулахад анхаарахыг зөвлөж байна



АНУ-ын Вашингтоны их сургуулийн профессор, Эрүүл мэндийн хэмжилзүй үнэлгээний хүрээлэнгийн захирал Мохсен Нагави:

“Монгол хүний дундаж наслалтыг уртасгах, хүн амын эрүүл мэндийг сахин хамгаалах чиглэлд анхаарвал зохих гурван чухал хүчин зүйл байна. Нэгдүгээрт, архи тамхины

шалтгаантай эрсдэлт өвчлөлийн ачаалал дарамт маш өндөр байна. Архины хэрэглээг бууруулахын тулд аюулгүй түвшинд бага хэмжээгээр хэрэглэх хэрэгтэй. Тамхийг огт хэрэглэхгүй байх нь зүйтэй. Хоёрдугаарт, гепатит В, С вирусийн шалтгаант өвчлөлүүд байна. Гепатит В вирусийн нэмэлт тун бүхий тарилгад хамрагдах шаардлагатай. Ингэснээр шинэ халдвараас сэргийлэх, эрсдэлийг бууруулах боломж бүрдэнэ. Гуравдугаарт, артерийн даралт ихсэх. Иймээс 20 настайгаас дээшхи насны бүх хүн артерийн даралтаа хэмждэг байх хэрэгтэй. Артерийн даралттай гэж оношлогдсон тохиолдолд эмчилгээнд тогтмол хамрагддаг байх ёстой. Мөн эх хүүхдийн өвчлөл, түүнээс улбаатай нас баралтын шалтгааныг бууруулахад анхаарахыг зөвлөж байна.

Тамхины татварыг 75 хувиар нэмэх хэрэгтэй



АНУ-ын Харвардын Нийгмийн эрүүл мэндийн сургуулийн профессор, Дэлхийн Тамхины хяналтын судалгааны төвийн Захирал, Доктор ВАУН РИИС:

Хүүхдүүдийн электрон тамхины хэрэглээ, насанд хүрэгчдийн уламжлалт тамхины хэрэглээг яаж бууруулах вэ гэдэгт Монгол Улс зайлшгүй анхаарах хэрэгтэй. Хэрвээ та бүхэн үүний эсрэг ямар нэгэн үйлдэл хийхгүй бол өнөөдөр

Монголд амьдарч байгаа хүүхдүүдийн 177,000 нь тамхины улмаас амь насаа алдах эрсдэлтэй. Бидний тооцоолоор тамхины татварыг 75 хувиар нэмэгдүүлбэл Монгол Улсын 36,000 хүнийг тамхи татахгүй болгох боломжтой болно. Одоогийн байдлаар Монгол Улсын ногдуулж байгаа татвар нь нийт бүтээгдэхүүний үнийн 36 хувийг л эзэлж байна. Монголд тамхи маш хямд байна. Хэрвээ үнийг нь нэмэгдүүлчихвэл хүүхэд, залуус тэр болгон худалдан авч чадахгүй. Үүнийг дагаад хэрэглээ буурна.

ТА ТАМХИНААС ТАТГАЛЗ

Тамхины улмаас дэлхийд жилд 8,000,000, манай улсад 4,300 хүн амиа алддаг





МОНГОЛ УЛСЫН
ЭРЭХШҮЙЛӨГЧИЙН
ТӨСВИЙН ГАЗАР



ХУЛЬ ТҮН, ДОТООД
ХӨРГӨЙН НАМ



ЦАГДААРХИЙН ЭРЭХШҮЙ
ТӨСВИЙН ГАЗАР

АНХДАН СОСУУГААР ҮЙСЭН ҮЙС
АВАХАЙГАЙ ДЭВЖИЛ ГЭЛ

**ТАНЫ ҮЙЛДЭЛ
ТАНЫ ИРЭЭДҮЙ**

*Хүчрээд гэр бүлтэйгээ
жаргалтай*

**ТА
ТАТГАЛЗ!**

Тамхидалт бол зүрх судасны өвчин, уушгины
архаг бөглөрөлт, төрөл бүрийн хорт хавдар,
чихрийн шижин зэрэг халдварт бус өвчний
анхдагч эрсдэлт хүчин зүйлсийн нэг мөн.

Монгол Улсад тамхинаас шалтгаалж жилд:

4,300

орчим хүн нас барж байна

72%

70-аас доош насанд
тохиолддог



О.ЧИМЭДСҮРЭН: Нийтийн эрүүл мэндийн төлөө эрчүүдэд хандах эрүүл соёлыг бий болгоё

■ Д.ПЭЛЖИД

Ерөнхийлөгчийн Тамгын газрын “Эрүүл Монгол Хүн” төсөл, хөтөлбөр хариуцсан албаны дарга, доктор О.Чимэдсүрэнтэй эрчүүдийн эрүүл мэндийн асуудлаар ярилцлаа.

-Монголчуудын дундаж наслалт 70.7 байдаг. Үүн дотроо эмэгтэйчүүдийнх нь 76.2, эрэгтэйчүүдийнх 66.7 байгаа нь маш хол зөрүү. Гэтэл дэлхийн дундаж наслалтын зөрүү ердөө дөрөв байдаг аж. Манайд ийм их зөрүү гарч байгаа учир шалтгаан нь юу вэ?

-Монгол Улс 3.5 сая хүн амтай. Үүний 49 хувь буюу 1.5 сая нь эрчүүд. Дундаж наслалт нь хүний амьдрах хугацааг харуулдаг юм. Тэгэхээр эрчүүд 9.6-10 насаар эмэгтэйчүүдээс богино насалдаг гэсэн үг. Үүнийг өвчлөл, өвчлөлийн шалтгаант нас баралттай уялдуулж ойлгох хэрэгтэй. Монгол эрчүүдийн дунд зүрх судасны өвчлөл, хавдар, осол гэмтэл, амиа хорлолт их өндөр байна. Засгийн газраас явуулж байгаа эрт илрүүлэгт 800 мянга гаруй

хүн хамрагдахад хоол боловсруулах замын өвчлөлүүд давамгайлсан дүн гарсан. Уг нь хоол боловсруулах эрхтэн тогтолцооны өвчлөл, осол гэмтэл, хавдар бол урьдчилан сэргийлж болдог өвчин. Гэтэл манайд энэ төрлийн өвчлөл тэргүүлж байна. Бүр нас баралтын шалтгаанд ч үнэмлэхүй хувийг эзэлж байна. Улс орны хэмжээнд жилд 16.5-17 мянган нас баралт бүртгэгддэг. Үүний 60 хувийг эрчүүд эзэлдэг. Харамсалтай нь, эрчүүд тэтгэвэрт гарахаасаа өмнө буюу 60-70 хувь нь 35-64 хүртэлх насандаа нас барж байгаа нь маш эмгэнэлтэй тоо.

-Сүүлийн үед эрчүүдийн гэр бүлийнхээ өмнө хүлээх үүрэг хариуцлага хэт өндөр байгаа нь тэдний стрессийг нэмэгдүүлж, улмаар амиа хорлох шалтгаан болоод

байна гэх болсон нь хэр үнэний ортой вэ?

-Өмнө хэлсэнчлэн, эдгээр өвчлөл, нас баралтаас сэргийлж зайлсхийж болно. Гол шалтгаан нь эрчүүдийн зан үйлээс хамаарч байгаа юм. Өөртөө хэтэрхий хайргүй, хайнга хандаж байна. Зүрхний шигдээс, уушги, ходоод, бүдүүн гэдэс, элэгний хавдраар эрчүүд өвдөж байна. Ялангуяа хавдраар дийлэнхдээ буюу хожуу оношлогдож байгааг арилгахын тулд урьдчилан сэргийлж, эрт илрүүлэгт хамрагдаж, жилдээ нэг удаа эрүүл мэндийн байгууллагад очихдог байхад л болно шүү дээ. Нөгөө талаар таны асуусанчлан стресс, гэр бүлийн зөрчил, сэтгэл санааны хямралаа жолоодож чадахгүйгээс үүдэлтэй амиа хорлолт ихсэх болсон нь үнэн. Мөн зам тээврийн ослоор эрчүүд голдуу амиа алдаж байна. Орон нутагт гарч буй мотоцикл, машины осолд эрчүүд эмэгтэйчүүдээс 13 дахин илүү өртдөг. Зөвхөн 2021 онд гэхэд 440 орчим

эрэгтэй амиа хорлосон байдаг. Энэ нь эмэгтэйчүүдээс 25 дахин өндөр тоон үзүүлэлт. Манай улсад 1960-1970 оны үед эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн дундаж наслалтын зөрүү харьцангуй ойрхон, дэлхийн дундажтай ойролцоо байсан юм билээ. Гэтэл сүүлийн 20-30 жилд энэ тоо холдож, эрчүүдийн наслалт ч дагаад богиноссон. Тиймээс эрчүүдийн эрүүл мэнд, зан үйлд бодит өөрчлөлт хийх, эрчүүд өөрсдөдөө анхаарах нь хамгийн чухал байна.

-Энэ нь эрчүүдийн хаагдмал сэтгэл зүйгээс болж байна уу. Ер нь учир шалтгааныг нь нарийвчлан судалсан байдаг юм болов уу?

-Амиа хорлолтоор Монгол Улс муу жишээ болж, дэлхийд тэргүүлж байгааг нуугаад яах вэ. Үндэсний батлан хамгаалахын их сургуульд ЦЕГ, СЭМҮТ-тэй хамтран уулзалт хийхэд ЦЕГ-аас амиа хорлолт байнга өсөж байгаа талаар тоон баримт танилцуулсан. 2021 онд 441 гэдэг нь өдөр бүр нэг хүн амиа хорлосон гэж дүйцүүлж ойлгож болно. Эрчүүдийн дундах сэтгэл гутрал, сэтгэцийн зан төрхийн өөрчлөлтүүд нь СЭМҮТ-ийн хийсэн судалгаагаар тасралтгүй өссөн гарсан. Гол шалтгаан нь нийгмийн стресс. Нөгөө талаар хүмүүсийн өөрсдийн стресс тайлах дадал зуршилтай ихээхэн хамаатай. Тухайлбал, оюутнуудын бараг 60 хувь нь охид. Эрэгтэйчүүдийн эзлэх хувь бага байгаа нь жендерийн тэнцвэрийг алдагдуулчихсан. Өмнө нь охиддоо

боловсрол олгоё, эрэгтэй хүүхэд яах вэ гэсэн хандлага байсан. Одоо цаг үе өөр, орчин ч өөрчлөгдөж, хүүхдийн тоо ч цөөн болсон учраас буурах болов уу. Амиа хорлолтын тухайд тухайн хүний стресс бухимдлаа зөв аргаар тайлж чадахгүй, сэтгэлийн хатгүй байгаатай холбож ойлгож болно. Амиа хорлолт орон нутагт их байгаа. Гол шалтгааны нэг нь архины зохисгүй хэрэглээ. Биеэ хянах, жолоодох чадваргүй үедээ амиа хорлох үйлдлүүд хийдэг. Сэтгэлзүйн зөвлөгөө өгөх төвийг олноор бий болгомоор байгаа юм. Эрчүүдэд ханддаг эрүүл соёлыг бий болгоё. Миний ярьж буй эдгээр зүйлүүд нийтийн эрүүл мэндийн төлөө хийгдэх ажлууд. Хүн амд үзүүлж буй эрүүл мэндийн тусламжийг эрүүл мэндийн болон нийгмийн эрүүл мэндийн гэж хоёр хуваадаг. Одоо үзүүлж буй эмнэлгийн тусламжийн 80-90 хувь нь эмнэлгийн тусламж. Саяхан Эрүүл мэндийн сайд С.Чинзориг "Ихэнх тусламж эмнэлэгт чиглээд байна. Нийтийн эрүүл мэндийн тусламжийг өргөжүүлэе. Салбарын санхүүжилтийн 50 хувийг үүнд чиглүүлнэ" гэж ярьж байна лээ. Сэтгэцийн эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээг гэр бүл, хүн бүрд хүргэсэн цагт, энэ тоо буурах болов уу. Улсын хэмжээнд ерөнхий боловсролын 800 гаруй сургууль байна. Ихэнх нь сэтгэлзүйчтэй болсон. Эмнэлэг, төрийн болон хувийн хэвшлийн том байгууллагууд ч сэтгэлзүйчтэй болж

байгаа нь талархууштай. Гэхдээ эрүүл мэндийн салбарын нийт санхүүжилтийн ердөө гуравхан хувийг сэтгэцийн эрүүл мэндэд зарцуулж байна. Сэтгэцийн эмчийн хүрэлцээ муу. Тэгэхээр тусламж үзүүлэх хүний нөөцөө бэлтгэе, тусламжийн төрлөө өргөжүүлэе. Тусламж нь хүртээмжтэй чанартай, хамрагдах хувь нь өндөр болоод ирвэл эрсдэлт хүчин зүйл ч дагаад буурах бололтой.

-Нөгөө талаасаа түрүүн таны ярианд дурдагдсан "эрчүүдийн хайхрамжгүй байдал" тэдний эрүүл мэндийн сөрөг нөлөөллийг бий болгоод байна гэж ойлгож болох уу?

-Дан ганц эрчүүд гэхгүй монголчуудын нас баралтын дийлэнх нь сэргийлж, зайлсхийж болдог өвчлөл байгаа нь бидний өөрсдийн зан үйлээс хамаарч байна гэж ойлгож болно. Хүний эрүүл мэндэд нөлөөлдөг хүчин зүйлийн 60-70 хувь нь өөрийнх нь зан үйлээс шууд хамаардаг. Архи, тамхины буруу хэрэглээ, жимс ногооны дутмагшил, дасгал хөдөлгөөний дутагдал, сахар, давсны хэт их хэрэглээ зэрэг эрсдэлт хүчин зүйлээс хамаарч байгаа. Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн санаачлан хэрэгжүүлж буй "Эрүүл-Монгол хүн" үндэсний хөдөлгөөний хамгийн чухал бүрэлдэхүүн хэсэг нь зохистой хооллолт, эерэг зан үйлийг төлөвшүүлэх, эерэг орчныг бүрдүүлэх, идэвхтэй хөдөлгөөн, нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэхээс гадна иргэдийн эрүүл мэндийн



Биднийг Боловсрол, шинжлэх ухааны сайд Л.Энх-Амгалантай уулзахад “Бид зөвхөн хөтөлбөрт л анхаараад байжээ. Одоо хүн рүүгээ анхааръя. Сурагч эрүүл байж сурах үйл явц амжилттай үр дүнтэй байж чадна. Эрүүл мэндийн хичээлийг насны бүлэгт нь тохируулж зөв байдлаар тусгах хэрэгтэй. Тусгахдаа ямархуу байдлаар хичээлээ тусгах, аль насанд ямар арга барилаар заах зэргээр заах багшаа ч бэлтгээд эхэлчихлээ” гэж ярьсан нь дэвшил.

боловсролыг дээшлүүлэх чиглэлд хүн амд суурилсан нийгмийн эрүүл мэндийн интервенцийг бүх шатны байгууллагуудтай хамтран хийх явдал юм. Хөдөлгөөний зүгээс энэ төрлийн ажлыг тууштай хийгээд явж байгаа. Эрчүүдийн жимс, ногооны хэрэглээ гэхэд эмэгтэйчүүдээс 1.5 дахин бага. ДЭМБ-аас хүний өдөрт авах давсны хэмжээг таван гр гэдэг бол манай эрчүүд хоёр дахин их буюу 11.5 гр давс хэрэглэдэг нь мөн л эмэгтэйчүүдээс 1.3 дахин их. Эрчүүдийн 43.7 хувь нь буюу хоёр эр хүн тутмын нэг нь тамхи татдаг. Согтууруулах ундаа хэтрүүлэн хэрэглэсэн хувь 44.9 бөгөөд энэ нь эмэгтэйчүүдээс хоёр дахин их. СЭМҮТ-ийн хийсэн судалгаагаар монголчуудын дундах архинд донтох эмгэг нийт хүн амын 6-7 хувийг эзэлдэг. 140 гаруй мянган хүн архинд донтох эмгэгээр өвчилсний 30-40 хувь нь архи, согтууруулах ундааг хэтрүүлэн хэрэглэдэг. 2019 онд ДЭМБ-ын тогтоосон аргачлалаар НЭМҮТ-ийн хийсэн судалгаагаар эрсдэлгүй хүн амын тоо монголчуудын дунд ердөө 3.9 хувь байна. Эрчүүдийн ердөө 2.5 хувь нь л эрсдэлт хүчин зүйлгүй буюу эрүүл зан үйлтэй гэж гарсан. Архи, тамхийг больж болно. Зохистой түвшинд байлгаж болно. Эрүүл зан үйлийг төлөвшүүлж чадвал эрсдэлт хүчин зүйлүүдээс ч сэргийлж болно. Үүнийг л бүх шатанд анхаарах хэрэгтэй.

-Эрүүл зан үйлийг галгаурвуулахын төдийд төлөвшүүлэх боломжгүй. Тодорхой хугацаа шаардлагатай байж таараа. Магадгүй зан үйлийн төлөвшил үүнд хамгийн чухал нь байж болох юм. “Эрүүл Монгол хүн” хөдөлгөөний удирдлагын багийн зүгээс хэрхэн харж байна вэ?

-Дундаж наслалтыг тооцохдоо насны бүлэг, хүйсээр нь гаргадаг. Монголчуудын дундаж наслалт 76 байхад, эрчүүдийн дундаж наслалт 10-аар бага байгаа нь эрэгтэй болоод төрчихсөн учраас л ингэж наslaад байна гэсэн үг биш. Нэг настай эрэгтэй хүүхэд зөв дадал хэвшлээр амьдарвал

76-аас дээш наslaх боломжтой. Өөрөөр хэлбэл, эрүүл мэндийн боловсрол олгох, эрүүл зан үйлийг төлөвшүүлэх нь хүний нас, хүйс, насны бүлгээс үл шалтгаалан тогтмол явж байх ёстой. Тиймээс “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөн эрүүл эрчүүд, эрүүл хүүхэд залуус, эрүүл эх нялхас, эрүүл ээж буюу зорилтот бүлгүүд рүү чиглэж хэрэгжинэ. “Сурсан занг сураар боож болохгүй” гэдэг үг байдаг даа. Зан үйлийг төлөвшүүлэхэд энэ үг ихээхэн яригддаг ч сурсан дадлыг өөрчилж болдог. Мэдээж хугацаа шаардана. Нөгөөтээгүүр, эрүүл ээжээс л эрүүл хүүхэд төрнө. Ээж, аав нь эрүүл мэндийн боловсролтой байвал тэр гэр

бүлд өсөж буй хүүхэд ч эрүүл зан үйлтэй болно. Дараа нь сургуулийн өмнөх боловсролоор хүүхдийг шүдээ зөв угаах, гараа угаах, жимс ногоо идэх, гар утасны хэрэглээгүй байх зэрэг зөв дадлыг суулгаж өгье. Харин сургуульд сурах хугацаанд нь эрүүл мэндийн боловсролыг зөв олгоё. Цаашлаад их дээд сургууль, коллежид зөв амьдралын хэв маягийг суулгаж болно. Тэгэхээр төрснөөс нь эхлээд насанд хүрч, амьдралд хөл тавих тэр хугацаанд зөв дадлыг шат шатандаа суулгачих юм бол тэр нь хэвшил болчихно. Нэгэнт хэвшил тогтчихвол өөх тосны хэрэглээгээ бууруулна, илүүдэл жингээ хасна, махны хэрэглээгээ багасгана, чихэр, газтай ундаа уудаг бол түүнийгээ багасгачихна шүү дээ. Одоогийн систем болохгүй байгааг дээрх тоонууд илтгэж байгаа учраас салбар яам ч анхаарч ажиллаж эхэлсэн юм билээ. Биднийг Боловсрол, шинжлэх ухааны сайд Л.Энх-Амгалантай уулзахад “Бид зөвхөн хөтөлбөрт л анхаараад байжээ. Одоо хүн рүүгээ анхааръя.

Сурагч эрүүл байж сурах үйл явц амжилттай, үр дүнтэй байж чадна. Эрүүл мэндийн хичээлийг насны бүлэгт нь тохируулж зөв байдлаар тусгах хэрэгтэй. Тусгахдаа ямархуу байдлаар



Сургуулийн эмчтэй, сэтгэлзүйчтэй, хоол зүйчтэй болсон. Гэхдээ эрүүл мэндийн хичээлийг хими, биологийн багш биш мэргэжлийн хүн заадаг болно.

хичээлээ тусгах, аль насанд ямар арга барилаар заах вэ зэргээр заах багшаа ч бэлтгээд эхэлчихлээ” гээд ярьсан нь дэвшил. ЕБС-иуд ч өөрчлөгдөж байна. Сургуулийн эмчтэй, сэтгэлзүйчтэй, хоолзүйчтэй болсон. Гэхдээ эрүүл мэндийн хичээлийг хими, биологийн багш биш мэргэжлийн хүн заадаг байя. Зөв агуулгаар мэдлэгтэй, ур чадвартай мэргэшсэн баг заагаад эхэлчихвэл магадгүй 5-10 жилийн дараа ч өөрчлөлт гарах боломжтой. Насанд хүрсэн хүний зан үйлийг өөрчлөхөд хэцүү ч өөрчилж болдгийг нэг багш өөрөөрөө харуулсан. Урьдчилан сэргийлэх үзлэгт ороод даралт, сахар ихтэйгээ мэдсэнээс хойш зөв хооллож, дасгал хөдөлгөөн тасралтгүй хийснээр жин хасаад зогсохгүй зан үйлээ ч бүрэн өөрчилснөө манай багийнхантай хуваалцаж байлаа. “Сурсан занг сураар боож болохгүй, би үүнийг идээд сурчихсан, дуртай” гэх зан үйлийг ч өөрчилж болно. Маш олон хэнэггүй эрчүүд байгаа учраас тэднийгээ анхааръя, цаашлаад охид, хөвгүүдээ ч анхааръя гэх мэтээр олон ажлууд хийж буй учраас үр дүнд хүрнэ гэдэгт найдаж байгаа.

-Эрүүл мэнд эрүүл хүнстэй яах аргагүй уялддаг. Энэ нь зөв хооллох,

өөрт хэрэгтэй зүйлээ идэх, хэрэггүй зүйлээс татгалзаж сурах тухай яриа болно байх. Ер нь манайд эрүүл хүнс гэх ойлголт хэр байна вэ. “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөрийн нэг суурь багана нь эрүүл хүнсний хэрэглээг дэмжих гэж ойлгосон?

-Ерөнхийлөгчийн зүгээс “Эрүүл Монгол хүн”, “Хүнсний хувьсгал”, “Тэрбум мод” гэсэн гурван том төсөл хөтөлбөрийг цогцоор нь хэрэгжүүлж байгаа. Хүн эрүүл байхын тулд идэж буй хүнс нь эрүүл байх ёстой. Монголчууд хүнсний бүтээгдэхүүнийхээ дийлэнхийг хоёр хөршөөсөө авдаг, импортын хараат орон. Дээр хэлсэнчлэн, хүн амын дундах хүнсний ногооны хэрэглээ бага. “Хүнсний хувьсгал” хөдөлгөөний хүрээнд дотоодод ургуулдаг хүнсний ногоогоо олон тоотой болгоё, бас эрүүл болгоё гэж зорьсон. Түүнчлэн, хүнсний ногоо, жимс, жимсгэнээс гадна Монголд үйлдвэрлэж байгаа гурил гурилан бүтээгдэхүүн, түүнд агуулагдах давс, сахарын агууламжийг үе шаттай бууруулъя. Ер нь зохистой хооллолтын талаар зөв мэдлэгтэй байвал халаасанд байгаа мөнгөөрөө зөв худалдан авалт хийдэг юм. Улс орон даяар зохистой зөв хүнс ургуулж, зөв үйлчилгээ, бүтээгдэхүүнийг үйлдвэрлэж эхэлсэн

нь талархуштай. Тухайлбал, архины градусыг багасгаж, транс тос, сахарын агууламжийг ч бууруулж эхэллээ. Энэ бол маш зөв бодлого. Одоо харин хувь хүн зохистой худалдан авалт хийж, хүнсний бүтээгдэхүүнээ зөв хадгалж, хэрэглэж, өдөрт авах нүүрс ус, уураг, өөх тос, амин дэмээ баланслаад сурчихвал хэцүү зүйл биш шүү дээ. Тухайлбал, монгол эрчүүд цуйванд дуртай. Газтай ундаа их уудаг. Өдөржин хоосон явж байгаад оройдоо хэт их иддэг. Гэхдээ одоо бол арай өөр болж байна. Залуус өдрийн хоолоо гэртээ хийж ирээд иддэг болчхож. Орой 19:00 цагаас хойш хоол идэхгүй байна. Чихэртэй, газтай ундааныхаа хэрэглээг багасгаж сурчээ. Зохистой хооллолтын зөв дадлыг “Үдийн цай” хөтөлбөрөөр сургууль, цэцэрлэгт нь өгөөд эхэлчихвэл хүссэн, хүсээгүй зөв хооллочихно. “Эрүүл Монгол хүн” хөдөлгөөний нэг бүрэлдэхүүн хэсэг нь яалт ч үгүй таны асуусанчлан зохистой хооллолт. Энэ бол эрүүл мэндийн оношилгоо гэхээс илүүтэй бүх нийтийн эрүүл мэндийн боловсролыг дэмжих, эрүүл зөв амьдралын хэв маягийг сурталчлах соён гэгээрлийн чиглэлээр хэрэгжих учиртай зорилт юм. ■



ХАМТЫН АЖИЛЛАГАА

ЗҮРХ, СУДАСНЫ ТӨВ БАЙГУУЛАХ САНААЧИЛГА АЛБАЖЛАА



Япон Улсын Эрүүл мэндийн сайд ноён Кацүнобу Катотай уулзаж, санал солилцлоо



Эмч, мэргэжилтний баг Японы "Токүшюүкай меди́кал групп"-ийн үйл ажиллагаатай танилцав

газрын дэд дарга А.Үйлстөгөлдөр, Япон Улсын "Токүшюүкай меди́кал групп"-ийн Ерөнхийлөгч Хигашиүэ Шиничи нар гарын үсэг зурав. Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн санаачилсан Эрүүл Монгол хүн үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд санамж бичигт дараах хамтын ажиллагааг хэрэгжүүлэхээр тусгалаа:

- Улсын Гуравдугаар төв эмнэлгийг түшиглэн Зүрх, судасны төв байгуулах, тоног төхөөрөмжөөр хангах
- Монгол Улсад оношлож чаддаггүй эмгэгүүдийг зөв оношлож, эмчилгээ хийх чиглэлээр монгол эмч нарт мэргэжил эзэмшүүлэх, боловсон хүчин бэлтгэх
- Монгол Улсад эмчлүүлэх боломжгүй зарим өвчнийг Япон Улсад оношуулах, эмнэл зүйн тусламж авах, Япон Улсын нарийн мэргэжлийн эмч нар сургалт хийх зэргээр хамтран ажиллана.

Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн санаачилгаар хэрэгжиж буй "Эрүүл Монгол хүн" үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд Япон Улсын "Токүшюүкай меди́кал групп"-ийн дэмжлэгтэйгээр Монгол Улсад Зүрх, судасны төв

байгуулахаар талууд 2022 оны арванхоёрдугаар сард хамтран ажиллах санамж бичигт гарын үсэг зурж үйл ажиллагаагаа эхэллээ. Энэ тухай санамж бичигт талуудыг төлөөлж Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн Тамгын

"Эрүүл Монгол хүн" хөдөлгөөн АНУ-ын Вашингтоны их сургуультай хамтран ажиллаж байна

ЕТГ нь АНУ-ын Вашингтоны их сургуулийн Эрүүл мэндийн хэмжилзүй үнэлгээний хүрээлэнтэй 2022 оноос эхлэн хамтран ажиллаж, хүн амын эрүүл мэндийн эрсдэл, өвчний дарамтын судалгаа болон "Эрүүл Монгол хүн" үндэсний хөдөлгөөний хэрэгжилтийг хангах талаар олон талт судалгаа хамтран хийж байна.

Эрүүл Монгол хүн үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд олон улсын байгууллага, эрдэмтэн судлаачидтай хамтран 2024 оны нэгдүгээр сарын 16-ны өдөр "ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН ҮНДЭСНИЙ ХӨДӨЛГӨӨН: ХҮН АМЫН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ТАЛААРХ ШИНЖЛЭХ УХААНЫ СУДАЛГАА" эрдэм шинжилгээний хурлыг Төрийн ордны Чингис хаан танхимд зохион байгууллаа.

Олон улсын зөвлөлдөх уулзалтанд АНУ-ын Вашингтоны их сургуулийн профессор, Эрүүл мэндийн хэмжилзүй үнэлгээний хүрээлэнгийн захирал, ноён Мохсен Нагави, Харвардын Нийгмийн эрүүл мэндийн сургуулийн



профессор, Дэлхийн Тамхины хяналтын судалгааны төвийн Захирал Ваун Риис нар оролцлоо. Мөн Харвардын Нийгмийн эрүүл мэндийн сургуулийн профессорууд, ДЭМБ-ын Ази Номхон далайн баруун эргийн бүсийн өгөгдлийн стратеги, инновацын захирал оролцон

илтгэл тавилаа. Пак Кидонг, ДЭМБ-ын баруун бүс, өгөгдлийн стратеги, инновацын захирал болон АНУ-ын Нийгмийн эрүүл мэндийн сургуулийн профессор Маргарет Крук, Австралийн Маккуари их сургуулийн судлаачид цахимаар илтгэл хэлэлцүүлсэн юм.

ХАЛИД ШАРИФИ: ХОЁР МОНГОЛ ЭМЭГТЭЙ ТУТМЫН НЭГ НЬ НАСАН ТУРШДАА ХҮЧИРХИЙЛЭЛТЭЙ НҮҮР ТУЛЖ БАЙНА



Монгол дахь НҮБ-ын Хүн амын сангийн Тэргүүн Халид Шарифи:

-Хүний эрүүл мэнд биеийн өвдөлт, гэмтлээс гадна эмтэрч, туйлдсан сэтгэл зүйн гэмтлээс үүдэлтэй өвчин эмгэгт шаналж өвдөх тухай саяхныг хүртэл төдийлөн ярьдаггүй байсан. Харин сүүлийн жилүүдэд нийгмийн сэтгэл зүй, иргэдийн сэтгэл зүйн өвдөлт, шаналлын тухай эрчимтэй яригдах болж улмаар энэ төрлийн

өвчин зовлонд шаналж буй өвчтнүүд нийгэмд дуу хоолойгоо нээлттэй хүргэх болсноор хаалганы цаана бугшиж цоожлогдсон өвдөлтийг бага ч атугай нээлттэй хэлэлцэх болов. Энэ тухай энэ оны нэгдүгээр сарын 15-нд болсон “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөдөлгөөн-хүн амын эрүүл мэнд” олон улсын эрдэмтэн судлаачдын хэлэлцүүлгийн үеэр НҮБ-ын Хүн амын сангийн захирал Халид Шарифи “Хоёр монгол эмэгтэй тутмын нэг нь насан туршдаа хүчирхийлэлтэй нүүр тулж байна” хэмээн мэдэгдсэн нь Ерөнхийлөгчийн Тамгын газар, Эрүүл мэндийн хөгжлийн төв, Эрүүл мэндийн яам зэрэг төрийн байгууллагын үйл ажиллагааны цаашдын нэг шинэ чиг шугам болохыг илэрхийлэв. Тэрбээр хүчирхийллийн талаарх тоон мэдээллийг Үндэсний статистикийн хорооноос НҮБ-ын Хүн амын сантай хамтарч хийсэн “Монгол дахь гэр бүлийн хүчирхийлэл” судалгаанаас ишлэсэн бөгөөд насан туршийн

хүчирхийлэл 57 хувьтай байсныг онцолсон юм. Түүнчлэн “Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь зөвхөн эрүүл мэнд, сэтгэл зүй төдийгүй Монголын эдийн засаг, нийгэмд томоохон нөлөө үзүүлж байна. Хүчирхийлэлд өртсөний улмаас архинд донтох, хүсээгүй жирэмслэлтэд өртөх зэрэг бие махбод, сэтгэл зүйн сөрөг хүчин зүйлээс дурдаж болно. Эдийн засаг, нийгмийн нөлөөг нь авч үзвэл хүчирхийлэл нь эргээд хувь хүний халааснаас гарах зардлыг нэмэгдүүлдэг. Хүчирхийлэл нь орлого олох боломжийг алдагдуулж, бүтээмжийг бууруулдаг” гэв. Уг хэлэлцүүлгийг “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөрөөс Эрүүл мэндийн яам, Вашингтоны их сургууль, Харвардын их сургууль, ДЭМБ-ын Суурин төлөөлөгчийн газар, НҮБ-ын Хүн амын сан, Монголын Анагаах ухааны академи, Нотолгоонд суурилсан анагаах ухааны судалгааны институттай хамтран зохион байгуулсан байна.

ДЭЛХИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БАЙГУУЛЛАГА “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” ҮНДЭСНИЙ ХӨДӨЛГӨӨНИЙГ ДЭМЖИН ХАМТРАН АЖИЛЛАЖ БАЙНА



ДЭМБ-ын Монгол Улс дахь суурин төлөөлөгч Соккоро Эскаланте:

Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын

зөвлөх Т.Мөнхсайхан ДЭМБ-ын Монгол Улс дахь Суурин төлөөлөгч Др. Сокорро Эскалантег хүлээн авч уулзлаа. Уулзалтаар Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан ДЭМБ-ыг төлөөлж манай улсад суух Суурин төлөөлөгчөөр томилогдсон Др.Сокорро Эскалантед баяр хүргэж, Монгол Улс, ДЭМБ-ын үр ашигтай хамтын ажиллагааг өргөжүүлэх, тэр дундаа хүн амын эрүүл мэндийг хамгаалахад чиглэсэн бодлого, зорилтуудыг хэрэгжүүлэхэд тус байгууллага үнэтэй хувь нэмэр оруулж ирснийг талархан дурдав.

-“ДЭМБ-ын зүгээс улс, орнуудыг эмнэлэг шүтсэн тогтолцооноос илүүтэйгээр эрүүл мэндийн урьдчилан сэргийлэх чиглэлд анхаарч ажиллахыг зөвлөдөг. Энэ ч үүднээс миний бие танай сайхан эх оронд ирсэн цагаасаа эхлүүлэн Монгол Улсын Ерөнхийлөгч, эрхэмсэг ноён У.Хүрэлсүх хүн амынхаа

эрүүл мэндийг хамгаалах чиглэлд онцгой, өндөр ач холбогдол өгөн олон ажлыг санаачлан хэрэгжүүлж байгаа талаар сонссоор байна. Тэр дундаа нийгмийн эрүүл мэндийг чиглэлээрх “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөнийг өрнүүлж буй нь ДЭМБ үзэл баримтлалд бүрэн нийцэж байгааг онцлон талархаж байна. Бид бүх нийтийн эрүүл мэндийн төлөөх та бүхний үйл хэргийг дэмжин ажиллах болно” хэмээв.

ЕТГ-ын “Эрүүл Монгол хүн” төсөл, хөтөлбөрийн алба ДЭМБ, ЭМЯ-тай хамтран “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний фестивалийг орон даяар зохион байгуулж мөн согтууруулах ундааны хортой хэрэглээнээс үүдсэн эрүүл мэнд, эдийн засгийн нөлөөллийн тооцоолол, ДЭМБ-аас архидан согтуурахтай тэмцэх чиглэлд хэрэгжүүлдэг SAF-ER санаачилгын хэрэгжилтийн үнэлгээ зэргийг ДЭМБ-тай хамтран хэрэгжүүлж байна.

15000

ЗУРГААН НАСТНЫ ЗЭРХИЙГ ОНОШЛОВ

Манай улсын хүн амын нас баралтын тэргүүлэх шалтгааныг авч үзэхэд зүрх судас, хавдар, амьсгалын тогтолцооны өвчин хамгийн өндөр хувь эзэлдэг. Өнгөрсөн 2021 оны байдлаар нас барсан гурван хүн тутмын нэг нь зүрх, судасны тогтолцооны өвчний шалтгаан байх бөгөөд сүүлийн 10 жилийн дунжаар нийт нас баралтын 33.7 хувийг эзэлж буй харамсалтай тоон баримт бий. Иймд энэ төрлийн өвчний оношилгоог эрт хийх, хүүхэд наснаас нь эрт илрүүлэгт хамруулж эмчлэх нь “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөрийн нэг гол зорилт. Иймд хөтөлбөрийн хүрээнд улс орон даяар “Эрүүл зүрх” судалгааны ажлыг Увс, Архангай аймаг болон Хан-Уул дүүрэгт

жишиг болгон эхлүүлж, зургаан настай хүүхдүүдийн дунд зүрхний эмгэг илрүүлэх үзлэг, оношилгоо бүхий судалгааг өнгөрсөн хоёр жилийн хугацаанд хэрэгжүүлж эхлээд байна.

Гол нь, ингэхдээ судалгаанд суурилсан шинжлэх ухаанч бодлогыг гаргаж хэрэгжүүлэхийг чухалчилж байгаа бөгөөд эхний ээлжинд Архангай, Увс аймаг, Хан-Уул дүүргийн 15 мянга орчим зургаан настай хүүхдүүдэд зүрхний цахилгаан бичлэг хийхэд 30 хүүхэд яаралтай мэс засалд орох эрсдэлтэй нь тогтоогдож, 300 гаруй хүүхдээс зүрхний төрмөл болон олдмол эмгэг илэрч байнгын эмчийн хяналтад орсон байна.

Т.МӨНХСАЙХАН: 70 мянган хүүхдэд зүрхний оношилгоо хийж чадвал багаар бодоход 700 хүүхдийн амь насыг аварна

-Зүрхний эмгэгийг эрт илрүүлэхгүй бол огцом ачааллаас үүдэлтэйгээр зүрх нь зогсч нас барах тохиолдол гардаг. Гэнэт зүрх зогсох өвчний улбаа үүнтэй холбоотой. Тиймээс улсын хэмжээнд ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчдын эрүүл мэндэд анхаарах бодлогыг нэн даруй зөв гаргах шаардлага гарч ирж байна. Өөрөөр хэлбэл, улсын хэмжээнд байгаа бүх зургаан настай хүүхдийн зүрхийг оношлодог тогтолцоог бий болгох хэрэгтэй. Жилд нэгдүгээр ангид элсэн орж байгаа 70 мянган хүүхдэд зүрхний оношилгоо эмчилгээг хийж чадах юм бол багаар бодоход 700 хүүхдийн амь насыг аврах, 600-700 хүүхдийг зүрх судасны эмчийн хяналтад эрт оруулж чадна. Дахиад есөн настайд нь мэдрэл, хоол боловсруулах эрхтэн тогтолцооны үзлэг хийдэг

болговол ерөнхий боловсролын сургуулиа хүүхэд эрүүл төгсдөг механизм бий болно. Үүний тулд аймаг, дүүрэгт ямар байх вэ гэдэг хувилбаруудаа бодож тооцож алдаа оноогоо дэнсэлж, улсын хэмжээний бодлого болгох юм бол хүн ардын эрүүл мэндийг бага зардлаар өндөр үр дүнтэй хамгаалж чадна. Эрүүл мэндийн боловсрол олгох тусгай мэргэшлийн багш, хүүхдийн насны онцлогт тохирсон тэнхимийг олон улсын жишгийн дагуу байгуулахаар Японоос туршлага судалж байна. Багш нарыг бэлтгэх хөтөлбөрийг боловсролын яамтай ярилцаж байгаа. Асуудлыг сууриар нь өөрчлөх бодлогыг эндээс эхэлнэ.

Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан

УВС АЙМАГ

1309 дөхүүд



17.2%

Зүрхний эмгэг
өөрчлөлттэй



32%

Илүүдэл жин,
таргалалттай

АРХАНГАЙ АЙМАГ

2999 дөхүүд



14%

Зүрхний эмгэг
өөрчлөлттэй



5.2%

Илүүдэл жин,
таргалалттай

ОРХОН АЙМАГ

2293 дөхүүд



5.9%

Зүрхний эмгэг
өөрчлөлттэй

ХАН-УУЛ ДҮҮРЭГ

8083 дөхүүд



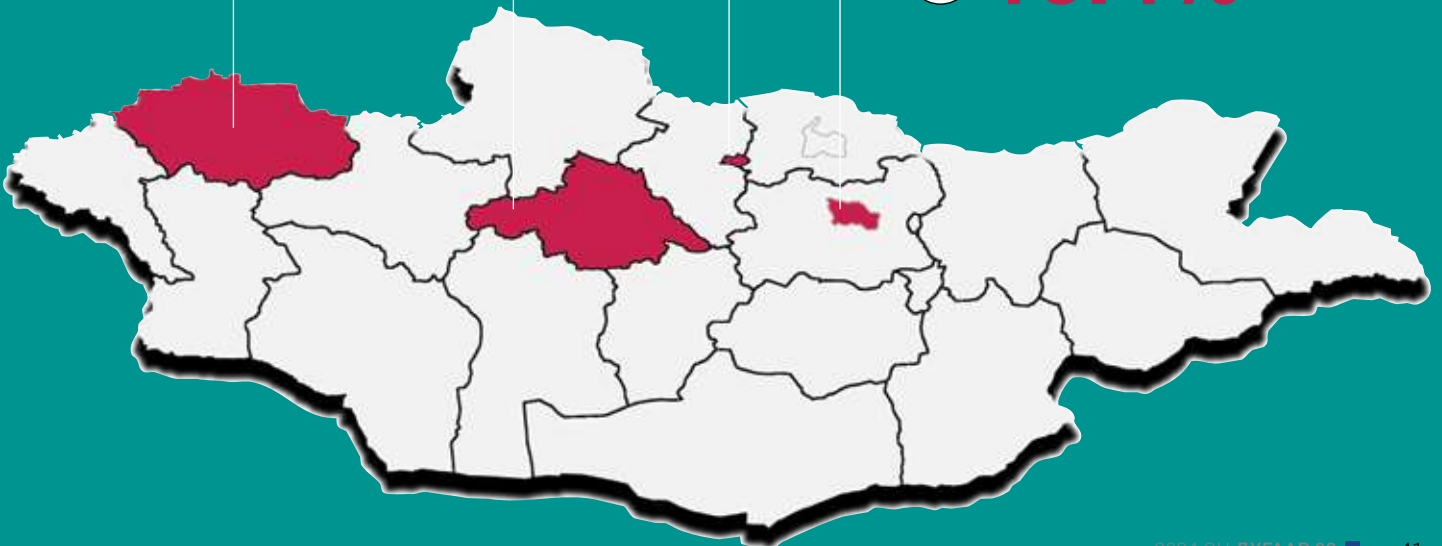
12.4%

Зүрхний эмгэг
өөрчлөлттэй



15.4%

Илүүдэл жин,
таргалалттай



ЭМЧ БАГШ БЭЛТГЭХ САНААЧИЛГА ГАРААНААС ГАРЛАА

“Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний нэг гол чиглэл бол нийтийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх цогц шинэчлэл. Энэ нь эрүүл мэндийн боловсролтой хүүхэд багачууд, эрүүл мэндийн боловсролтой өсвөр үе, эрүүл мэндийн боловсролтой ээж аав, эрүүл мэндийн боловсролтой ахмад настантай болох зорилт. Үүний тулд тус төслөөс ерөнхий боловсролын сургуульд эрүүл мэндийн албан ёсны мэргэжил эзэмшсэн, мэргэшсэн багштай болох бодлого барьж, Боловсрол, соёл шинжлэх ухааны яамтай хамтарч ажиллаж эхэлсэн. Түүнчлэн Монгол Улсын түүхэнд анх удаа Сургуулийн өмнөх болон ерөнхий боловсролын тухай хуулийн нэмэлт өөрчлөлтөөр “Ерөнхий боловсролын сургуулийн суралцагчийн эрүүл мэндийн хяналт, тандалт цахим бүртгэлийн сан бүрдүүлэх, холбогдох хуульд заасан урьдчилан сэргийлэх, эрт илрүүлэх үзлэг, шинжилгээ, оношилгоонд суралцагчийг тодорхой насны давтамжтай хамруулах үйл ажиллагааг эрх бүхий этгээдийн баталсан журмын дагуу харьяалах



Т.Мөнхсайхан: Монгол Улсын хэмжээнд 900 сургууль эрүүл мэндийн багштай болчихвол Монгол Улсын хүн амын эрүүл мэнд ахисан түвшинд гарна.

нутаг дэвсгэртээ зохион байгуулна” гэсэн заалт оруулсан. Энэ бол сургуульд суурилсан сурагчдын эрүүл мэндийн тандалт тогтолцоог бүрдүүлэх эрх зүйн орчны шинэчлэл бөгөөд эрүүл мэндийн хичээлийг биологийн, биеийн тамирын багш заах замаар аргацаадаг байдлыг өөрчлөх боломж. Энэ дагуу “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийн ерөнхий боловсролын сургуулиудад

эмч багш бэлтгэх санал санаачилга албан ёсоор гараанаас гарч, бэлтгэл ажлаа эхлүүлсэн байна.

Энэ тухайд “Монгол Улсын хэмжээнд 900 сургууль эрүүл мэндийн багштай болчихвол Монгол Улсын хүн амын эрүүл мэнд ахисан түвшинд гарна. Иргэдэд эрүүл мэндийн боловсрол олгоход хэвлэл мэдээллийн үүрэг өндөр байна. Бакалаврын түвшинд сурч байхдаа эрүүл мэндийн чиглэлээр ажиллах сэтгүүлч ямар байх ёстойг зааж сургаж чиглүүлэх хэрэгтэй байна. Ард иргэд нь эмнэлэгт хэвтэхийг шүтчихсэн ийм тогтолцоо бий болжээ. “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөдөлгөөний гол зорилго нь иргэдэд эрүүл мэндийн боловсрол олгож зан үйлийг нь өөрчлөх замаар бие бялдар, сэтгэц, танин мэдэхүйн хувьд эрүүл үеийг бий болгож чанартай дундаж наслалтыг уртасгах. Иймд хүүхэд наснаас нь оновчтой эрүүл мэндийн боловсрол олгодог болох явдал манай хөтөлбөрийн цаашдын зорилт байх болно.” гэж Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан хэллээ.

ЭМЧ БАГШ

МОНГОЛ УЛСЫН ХЭМЖЭЭНД

1413

Сургуулийн өмнөх боловсролын байгууллага буюу цэцэрлэг

2250

Шаардлагатай эрүүл мэндийн багш, ажилтан

859

Ерөнхий боловсролын сургууль

ХИЙГДСЭН АЖЛУУД:

-Японы сургууль, цэцэрлэгийн эмч багш бэлтгэдэг туршлагаас судалж, төсөл боловсруулсан.

-БШУЯ-ны Дээд боловсролын газартай энэ чиглэлээр хамтран ажиллаж эхэлсэн.

-Эмч-багш бэлтгэх чиглэлээр МУБИС, АШУИС-тай ажлын хэсэг байгуулж, санал боловсруулсан.

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН СЭТГҮҮЛ ЗҮЙН ХӨТӨЛБӨР БОЛОВСРУУЛНА



Монгол хүний эрүүл мэндийг хамгаалах, эрүүлжүүлэх, суурь төлөвшлийг бүрдүүлэх санал санаачилга, ажил хэрэг, үр дүн нь дан ганц эрүүл мэндийн салбараар хязгаарлагдах аргагүй. Иймд “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд иргэдийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх цогц хөтөлбөрийн нэг зорилт нь эрүүл мэндийн сэтгүүл зүйг хөгжүүлэх,

эрүүл мэндийн салбараар мэргэшсэн сэтгүүлч бэлтгэхэд дэмжлэг үзүүлэх явдал. Энэ хүрээнд Эрүүл мэндийн яам, “Эрүүл мэндийг дэмжих сан”-тай хамтран эрүүл мэндийн байгууллагын хэвлэл мэдээллийн ажилтан болон сэтгүүлчдэд зориулсан сургалтыг удаа дараа зохион байгуулсан байна. Олон улсад эрүүл мэндийн чиглэлийн сэтгүүл зүй нь бие даасан төрөл болон хөгжиж байгаа бөгөөд medical journal-

ism, health journalism, science journalism зэргээр томьёолдог. Мөн сэтгүүл зүйн нэмэлт хөтөлбөрийн бакалаврын түвшинд гурван кредит бүхий онол практик хосолсон 32 цагийн хөтөлбөр ордог жишиг бий. Үүнд эрүүл мэндийн шинжлэх ухааны үндэс, эрүүл мэндийн тогтолцоо, эрүүл мэндийн сэтгүүл зүйн чиг хандлага, эрүүл мэндийн сэтгүүлч гэж хэн бэ, эрүүл мэндийн харилцаа, эрүүл мэндийн сэдэв ба эх сурвалжтай ажиллах нь, эрүүл мэндийн кампанит ажлыг зохион байгуулах, эрүүл мэнийн салбарын тайлан судалгааг уншиж сурах, эрүүл мэндийн салбар болон хэвлэл мэдээллийн салбарын хууль эрх зүй, эрүүл мэндийн салбарт түгээмэл ашиглагддаг нэр томьёог уншиж сурах нь, эрүүл мэндийн нэвтрүүлэг бэлтгэх зэрэг хичээл багтдаг. Харин манай улсын хувьд ийнхүү мэргэших тохиолдол бага ч “Эрүүл мэндийн боловсрол олгоход хэвлэл мэдээллийн хэрэгслийн үүрэг оролцоо хэр чухал вэ гэсэн асуултад иргэдийн 54 хувь нь сэтгүүлчдийн үүрэг оролцоо маш чухал гэж хариулсан нь эрүүл мэндийн мэргэшсэн сэтгүүлч бэлтгэх цаг болсныг илэрхийлж буй хэрэг юм.

БАЙР СУУРЬ



Нийтийн эрүүл мэндийн мэдлэг боловсролыг дээшлүүлэхэд хэвлэл мэдээллийн ажилтнууд, сэтгүүлчдийн үүрэг, оролцоо нэн чухал. Тиймээс мэргэшүүлэх сургалтаар эрүүл мэндийн мэдээ мэдээллийг бэлтгэх, түгээх, арга аргачлалаас суралцах, мэдээ мэдээллийг үр дүнтэй олон нийтэд хүртээмжтэй хүргэхэд шаардлагатай ур чадварыг олж авна гэдэгт итгэлтэй байна

ЗМЯ-ны НЭМГ-ын Урьдчилан сэргийлэлт, хяналт зохицуулалтын хэлтсийн дарга Б.Туяа



Эрүүл мэндийн байгууллагын онцлогийг эрүүл мэндээр мэргэшсэн сэтгүүлч бэлтгэх хөтөлбөрт тусгаж өгмөөр байна. Тухайлбал, олон улсын хандлага талаас нь харахад хүний эрхийн ойлголтод “ахмад” гэдэг үгийг хэрэглэхдээ болгоомжилж senior, elder гэдэг үгийг хассан байх жишээтэй. Заавал байх ёстой агуулга, мэдлэгийн хүрээ, ур чадвар, хандлагын хүрээгээр хувилаад гаргаад өгчихвөл сургууль бүр хөтөлбөрөө гаргачих боломжтой юм.

АШУУИС-ийн профессор С.Наранчимэг



БСШУЯ-аас гаргасан хөтөлбөр боловсруулах загварыг баримтлах нь зүйтэй. 32 цагийн лекц, 32 цагийн семинар нийлээд 64 цаг нь гурван кредит гэхээр агуулгын хувьд боломжтой гэж харагдаж байна. Болж өгвөл гурван бүлэг сэдвээр ангилах саналтай байна. Эрүүл мэндийн сэтгүүл зүйн онолын үндэс суурь, хууль эрх зүй, ёс зүйн асуудал, хэрхэн хэвлэн нийтлэх вэ, яаж бичих вэ гэдэг арга зүйг оруулбал цэгцтэй болдог практик бий.

МУБИС-ийн Сэтгүүл зүйн тэнхим доктор (Ph.D), дэд профессор М.Одмандах

5 СУДАЛГАА

“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөдөлгөөний эхлэлээс үр дүнд чиглэсэн нэг гол ажил бол судалгаа. Монголчуудын эрүүл мэндийн нөхцөл байдал, амьдралын хэв маягийг танин мэдэх, учир зүй, шалтгаант нөхцөлийг тандах замаар цаашдын бодлого тодорхойлох нь төрийн бодлого, шинэчлэлийн эхлэл. Иймд “Эрүүл зүрх” төсөл, жирэмсний бүлгийн хяналтын тогтолцоо, Ахмадын эрт илрүүлэг, Эрүүл шүд, Донтох эмгэгийн тусламж үйлчилгээний хүртээмжийг нэмэгдүүлэх гэсэн таван төслийг өнгөрсөн гурван жилийн хугацаанд Хан-Уул дүүрэгт жишиг төсөл болгон хэрэгжүүлсэн. Уг таван судалгааны таван үр дүнг танилцуулъя.

■ “ЭРҮҮЛ ЗҮРХ”

Хан-Уул дүүргийн Засаг даргын Тамгын газартай хамтран сурагчдын эрүүл мэнд, эрүүл мэндийн боловсролыг нэмэгдүүлэх чиглэлээр Төрийн өмчийн ерөнхий боловсролын 23 сургуулийн 8083 сурагчийн 78.6 хувийг буюу 3644 зургаан настай хүүхдийг зүрхний эмгэгийн илрүүлэгт хамрууллаа.

8083
ХҮҮХЭД

1030
хэвийн бус

давтан
хянуулах
хугацаа заав

28.5%
0.8%
1.3%

■ Зүрхний бичлэгийг нийт 8083 хүүхдэд хийснээс 24 хувь буюу 1030 хүүхэд нь өөрчлөлттэй гарсан.

■ Зүрхний хэт авиан оношилгоогоор нийт үзлэгт хамрагдсан хүүхдүүдийн хоёр хувьд нь зүрхний эмгэг өөрчлөлт илэрснийг эцэг эхэд мэдээллийг зөвлөмжийн хамт өгч, давтан хянуулах хугацааг заасан.

■ Чих, хамар хоолойн үзлэгээр гүйлсэн булчирхайн эмгэг 28.5 хувьд, хэнгэргэн хальсны цоорол 0.8 хувьд, чихний сувгийн идээт үрэвсэл 1.3 хувьд, сонсголын шинжилгээний эмгэг 1.6 хувьд нь илэрсэн.

■ ЭРҮҮЛ ШҮД

Шүд цоорох өвчний тархалт дэлхийн улс орнуудын дунджаар 40-45 хувь байхад Монгол Улсын хувьд 80-90 хувьтай буюу хоёр дахин их байгаа. Хэдийгээр шүдний эмгэгийн илрүүлэг, эмчилгээ чиглэлд олон төсөл, хөтөлбөр хэрэгжсэн ч дорвитой өөрчлөлт гарахгүй байгаатай уялдан сонгосон сургуулийн сурагчдын дундах эмгэгийг илрүүлж, оношилгоо, эмчилгээний шийдлийг боловсруулах нь чухал. Энэ хүрээнд холбогдох мэргэжлийн багтай хамтран шүдний цооролтой хүүхдүүдийг оношилж, эмчилгээний хэрэгцээг тогтоохоор Хан-Уул дүүргийн 52-р сургуулийн сургуулийн нийт 4056 хүүхдийн 70-аас дээш хувийг буюу 2954 сурагчийг үзлэгт хамруулсан байна.

2954
ХҮҮХЭД

81.9%
өвчлөлтэй

■ 81.9 хувь нь ямар нэг шүдний өвчлөлтэй нь илэрсэн бөгөөд цоорол, цоорлын хүндрэл, паалангийн дутмагшил, ёзоор саатсан зэрэг эмгэг өөрчлөлт орсон байна.

■ 73 хувь нь шүдний эмнэлэгт үзүүлдэг.

■ 42 хувь нь шүд цоорсон үед эмнэлэгт хандсан.

■ 65 хувь нь шүдээ ломбодуулах эмчилгээ хийлгэж байсан.



БҮР ДҮН

■ ЖИРЭМСНИЙ БҮЛГИЙН ХЯНАЛТ

Хан-Уул дүүргийн Эрүүл мэндийн төвд 61 мянга 125 нөхөн үржихүйн насны эмэгтэйчүүд эмнэлгийн тусламж үйлчилгээ авч байгаа бөгөөд “Эрүүл гэр бүлээс-Эрүүл хүүхэд” төрүүлэх зорилтын хүрээнд жирэмсний бүлгийн хяналтын төслийг “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөтөлбөрийн хүрээнд хэрэгжүүлж, 150 гаруй жирэмсэн эхийг хамруулаад байна. “Жирэмсний бүлгийн хяналт” нь дараах гурван бүрэлдэхүүн хэсэгтэй.

ЖИРЭМСНИЙ БҮЛГИЙН АЛГОРИТМ:

- Жирэмслэхээс өмнөх үеийн тусламж
- Жирэмсэн үеийн тусламж
- Төрсний дараах тусламж үйлчилгээ

■ ДОНТОХ ЭМГЭГИЙН ТУСЛАМЖ ҮЙЛЧИЛГЭЭ

“Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд Хан-Уул дүүрэгт аддиктологийн тусламж үзүүлэх цогц клиник байгуулах санаачилга дэвшүүлж, 2023 оны дөрөвдүгээр сард албажуулснаар “Сэтгэц нийгмийн нөхөн сэргээх клиник” нэгжийг байгуулсан.

ДОНТОХ ЭМГЭГИЙН ТУСЛАМЖ ҮЙЛЧИЛГЭЭ:

- Илрүүлэг
- Оношилгоо
- Эмчилгээ
- Хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжих

■ АХМАД НАСТАН

“Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд хүний нас, хүйсийн онцлогт тохирсон эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээг ард иргэдэд тогтмол хүргэж олон үе шаттай ажлууд хийгдэж байна. Тус арга хэмжээний нэг нь ахмадын үзлэг оношилгоо. 2023 оны хоёрдугаар сараас эхлэн нийт долоон удаагийн үзлэгээр 4000 ахмадыг эрүүл мэндийн үзлэг оношилгоонд хамруулсан байна. Нэг удаагийн үзлэгээр дунджаар 350-400 ахмад настныг хамруулж байна. Тус үзлэг оношилгоо “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд сар бүр тогтмол хийх болсон.

Хан-Уул дүүргийн жишиг дүүрэг болгох бодлогын хүрээнд тус ажил нь үндэсний хэмжээнд хүний нас биеийн онцлогт тохируулан хийгддэг шинжилгээ гэдгээрээ онцлог юм. Ахмадын дунд зүрх судас болон хоол боловсруулах эрхтэн тогтолцооны өвчлөл тэргүүлж байгааг тус ахмадын үзлэг оношилгоогоор илрүүлж дараагийн шатлал руу шилжүүлэн эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээг үзүүлж байна.

Үзлэгт хамрагдсан

4000
АХМАД

Нэг удаагийн үзлэгт хамрагдсан ахмадын тоо

350-400

ТҮР ХҮЛЭЭ, ХОЁР АСУУЛТ

Төрийн аливаа шийдвэр, санал санаачилгын үр дүн хэрэгжилтийг гардан хэрэгжүүлэгчид нь тухайн салбарын ажилтан, албан хаагчид. Иймд “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөтөлбөрийн хэрэгжилт, үр дүнгийн талаар Улсын гуравдугаар төв эмнэлгийн захирал Ц.Төмөр-Очир, Хавдар судлалын үндэсний төвийн Ерөнхий захирал Н.Эрдэнэхүү, Улсын нэгдүгээр төв эмнэлгийн захирал Б.Хишигжаргал, Гэмтэл согогийн үндэсний төвийн захирал Э.Галбадрах, “Эх нярай эмэгтэйчүүдийн үндэсний төв II” эмнэлгийн орлогч дарга Ц.Тулга нараас дараах хоёр асуултад хариулт авлаа.

1 “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөтөлбөрийг Монгол Улсын хэмжээнд хэрэгжүүлэх зайлшгүй шаардлага байсан уу?

2 -Хамрах хүрээ, үр дүнгийн талаар Та ямар бодолтой байна вэ?

Зүрх судасны төвтэй болох нь энэ чиглэлийн тусламжийг эх орондоо бүрэн нутагшуулах боломжийг олгоно



■ **Улсын гуравдугаар төв эмнэлгийн захирал Ц.ТӨМӨР-ОЧИР:**

-Зүрх судасны төв” байгуулах ажил өнгөрсөн хугацаанд олонтаа яригдаж, санал санаачилгын түвшинд идэвхтэй дэмжигдэж ирсэн ч төдийлэн ахиц гарахгүй байв. Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн зүгээс үүнд анхаарал хандуулж “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөрөөр дамжуулан бодлогын дэмжлэг үзүүлж, өнгөрсөн оны арваннэгдүгээр сард Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн Тамгын газар Япон Улсын “Токүшюүкай медикал групп”-тэй “Зүрх судасны үндэсний төв”-ийг байгуулах санамж бичиг үйлдсэн нь томоохон ахиц болж чадсан. Уг санамж бичгийн хүрээнд Монгол Улсад “Зүрх судасны төв”-ийг УГТЭ-ийг түшиглэн барьж байгуулах, тоног төхөөрөмжөөр хангах, түүнчлэн монгол эмч, эмнэлгийн мэргэжилтнүүдийг Япон Улсад дадлагажуулах, сургах ажлууд тусгагдсан. Эдгээр ажлын гүйцэтгэл маш идэвхтэй явагдаж байгаа бөгөөд “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд зурагдсан санамж бичгээр эхний ээлжинд манай улсаас 10 эмч, мэргэжилтэнтэй баг бүрэлдэхүүн саяхан Япон Улсын “Токүшюүкай медикал групп”-ийн зүрх судасны чиглэлийн шилдэг 10 эмнэлэгт туршлага судлах, санал солилцох уулзалт хийгээд ирсэн нь бодит үр дүнгийн эхлэл юм.



Монгол өв, тэгш хүнийг нийгэмд бүтээх зорилт тавьсанд талархаж байгаа

■ ХСҮТ-ийн Ерөнхий захирал Н.ЭРДЭНЭХҮҮ:

-Хөтөлбөрийг би талархан хүлээж авсан. Маш их дэмжиж байгаа. Учир нь нийгмийн эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээг олон асуудлаар хөндөж гаргаж ирсэн. Архийг олон жил ярилаа. Тэгвэл хөтөлбөрийн үр дүнд архи, согтууруулах ундааны зохистой хэрэглээг нэвтрүүлэхээр шийдсэн. Мөн хоёр жил тутамд архины градус хоёр хувиар буурах болсон зэрэг зөв шийдлүүд их бий. Зөөлөн зэрэглэлтэй хэрэглээнд дадсанаар осол гэмтэл, элдэв өвчлөл буурна. Мөн нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэхэд анхаарч ажиллаж байгаа юм билээ. Энэ бол маш чухал. Мэргэжлийн хүний хувьд эрүүл, өв тэгш монгол хүнийг нийгэмд бүтээхээр зорилт тавин ажиллаж байгаад талархаж байна.



Таван жилийн дараа манайх нийгмээрээ зөв хэвшилтэй болж чадна

■ Улсын нэгдүгээр төв эмнэлгийн захирал Б.ХИШИГЖАРГАЛ:

-Манайд өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх үйл ажиллагаа үндсэндээ хаягдсан. Өвдсөн хойно нь эмчилдэг тогтолцоо л байсан. "ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН" үндэсний хөдөлгөөний хүрээнд өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх, хэрхэн эрүүл, зөв амьдралын хэвшлийг бий болгох вэ гэдгийг ярьж, хэрэгжүүлж буй нь том дэвшил. Үр дүн мэдээж хурдан гарахгүй байх. Магадгүй таван жилийн дараа монгол хүний дундаж наслалт уртсаж, нийгмээрээ амьдралын зөв хэвшилтэй болж чадна.



Өвдөхөөс өмнө эрүүл мэндээ хамгаалах үзэл баримтлалд суурилсан хөтөлбөрийн зорилт маш зөв бодлого

■ ГССҮТ-ийн захирал Э.ГАЛБАДРАХ:

-Монгол Улсын эрүүл мэндийн салбарын бодлого эмнэлгийн тусламж үйлчилгээ рүү чиглэсэн буюу өвдсөн иргэдийг эмчилж эдгээхэд л анхаарч байсан. Харин "ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН" үндэсний хөдөлгөөн бол өвдөхөөс нь өмнө эрүүл мэндээ хамгаалах, өвчин эмгэг үүсгэж байгаа эрсдэлт хүчин зүйлээс сэргийлэх, эрүүл зөв амьдралын хэв маягийг төлөвшүүлэх, иргэдийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх, эрүүл зан үйл бий болгох үзэл баримтлалд суурилсан маш зөв бодлого. Урьдчилан сэргийлэхэд зарцуулсан нэг ам.доллар эмнэлгийн тусламж үйлчилгээнд зарцуулагдаж байгаа 16 ам.доллартай тэнцдэг гэдэг олон улсын судалгаа байдаг. Том агуулгаар харвал улс орны эдийн засагт өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх нь эмнэлгийн тусламж үйлчилгээнд зарцуулагдах байсан маш их мөнгө санхүүг хэмнэн гэсэн үг. Нөгөө талаасаа ард иргэд өвдөхгүй байна гэдэг хамгийн чухал агуулга юм.



Хөтөлбөрийн хүрээнд эх, ураг, эмэгтэйчүүд, нярай хүүхдэд үзүүлэх төрөлжсөн тусламж үйлчилгээг нэмэгдүүлж чадсан

■ Эх нярай эмэгтэйчүүдийн үндэсний төв II эмнэлгийн орлогч дарга Ц.ТУЛГА:

-“ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” үндэсний хөтөлбөрийн хүрээнд бид таван чиглэлээр хамтран ажиллаж байгаа. Тухайлбал, “Эрүүл эх-эрүүл нялхас” буюу эх нялхасын эрүүл мэндийн тусламж үйлчилгээний чадавхийг сайжруулах төсөл хөтөлбөрийн хүрээнд эх, ураг, эмэгтэйчүүд, нярай хүүхдэд үзүүлэх төрөлжсөн мэргэжлийн тусламж үйлчилгээг нэмэгдүүллээ. Хан-Уул дүүргийн сургуулийн насны 8030 хүүхдийн дунд зүрхний эмгэг илрүүлэх болон өсөлт бойжилтийн үзлэгийг эхлүүлсэн. Дүүргийн цэцэрлэгийн насны хүүхдийн дунд цагаан хорхойн шинжилгээ хийх бэлтгэл ажлыг хангахаас гадна 21 дүгээр хороотой хамтран архины хамаарал бүхий 14 эмэгтэйг хэвтүүлэн эмчлэх болон сэтгэлзүйн зөвлөгөө өглөө. Мөн л тус дүүргийн иргэд ялангуяа төрийн албан хаагчдыг эрт илрүүлэг, оношилгоо шинжилгээнд хамруулах ажлыг зохион байгуулснаар энэ оны эхний гурван сарын байдлаар 6500 гаруй иргэн оношилгоонд хамруулж байна.

“ЦАГ ГАРГАЯ”

биеийн тамирын үндэсний аяныг эхлүүллээ

Монгол Улсын Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүхийн санаачилгаар “Цаг гаргая” биеийн тамирын үндэсний аяныг 2023 оны дөрөвдүгээр сарын 3-наас зургадугаар сарын 24-нийг дуустал улс орон даяар зохион байгуулсан нь нийтийн эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх, эрүүл зан төлөв, дадал хэвшлийг сурталчлах “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөний зорилтот аян болов. Ингэхдээ зөвхөн спортоор хичээллэх, биеийн тамирын дасгал хөдөлгөөнийг сурталчлах бус нийгмийн сэтгэл зүй, гэр бүлийн харилцаа, үр хүүхдээ энэрэх хайрлах сэтгэлийн мөн чанарыг ойлгуулах, ярилцах, хамтдаа асуудлаа шийдэх, гарц гаргалгааг эрж хайх амьдралын үнэнийг хаалга тогшин сануулж, зөвлөх өргөн агуулгыг багтаахыг чухалчилсан байдаг. Энэ нь “Өөртөө цаг гаргая, Эрүүл мэнддээ цаг гаргая, Гүйхэд цаг гаргая, Зөвд цаг гаргая, Алхахад цаг гаргая, Гэр бүлдээ цаг гаргая, Хайрлахад цаг гаргая, Хайртай бүхэндээ цаг гаргая, Спортод цаг гаргая, Уншихад цаг гаргая” зэрэг уриалгыг нийгэмд түгээж, цахим хэрэглээгээр дамжуулан таниулан сурталчилсан бөгөөд нийтдээ 745 байгууллагын 406 мянган иргэн хамрагдсан уг аяныг 21 аймаг, нийслэлийн есөн дүүрэг, 18 төрийн бус байгууллагатай хамтран зохион байгуулав.

Монгол Улсын 2,804,187 иргэн спортоор хичээллэх боломжтой ч...!

Харамсалтай нь, иргэд тэр бүр спортоор хичээлдэггүй. Уг нь мэдээллийн гарчигт өгүүлсэн спортоор хичээллэх боломжтой 2,804,187 иргэний шалтгаан нөхцөл байдлыг дотор нь задлан шинжлэхэд 2,331,325 нь бүр боломжтойгоор барах уу боломжтой хүмүүс. Иймд “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөнөөс спортоор хичээллэгч иргэдийнхээ тоог эхний ээлжинд Азийн дундаж руу ойртуулах зорилго тавьсан. Энэ нь нийт хүн амын 60 хувийг ямар нэг байдлаар спорттой холбох, спортоор хичээллүүлэх зорилт.

Бидний сайн мэддэг Азийн зарим улсын спортоор тогтмол хичээллэгчдийн хувьтай харьцуулбал

60%
АЗИ ТИВИЙН ДУНДАЖ

ХЯТАД 76%
БНСУ 67%
ЯПОН 66%
МОНГОЛ 17%



АНХААР

чихрийн хэрэглээгээ хяна



НАСАНД ХҮРЭГЧДИЙН
ЧИХЭРЛЭГ УНДААНЫ
ХЭРЭГЛЭЭ

17.7% БААР РЕСТОРАНД

36.4% АЖИЛ, СУРГУУЛЬ

41.2% ГЭРТЭЭ

ТОГТМОЛ ХЭРЭГЛЭДЭГ

ШИЙДЭЛ

1

Шалтгааныг судлах, эрсдэлийг бууруулах- Эрүүл хүн ам, хүүхэд залуус- боловсрол- шүд угаах арчлах дадал төлөвшүүлэх

2

Шүдний өвчлөлтэй бүлгийг эмчлэх, эрүүлжүүлэх хянах- эмнэлэг, хүний нөөц, Тогтолцоо хийгээд эрх зүйн шинэчлэл, Тусламжийн зохион байгуулалт, санхүүжилт



Чихэр бол амт. Мөн сэтгэл ханамж. Гэхдээ энэ амт, сэтгэл ханамж нь эргээд өвчин болж, эрүүл мэндэд асар их хохирол учруулдгийг та бид олонтаа ярих болсон. Гэсэн ч сүүлийн жилүүдэд чихэрлэг ундаа, чихрийн бүтээгдэхүүний хэрэглээ улам бүр нэмэгдэх болсон бөгөөд эдгээрээс үүдэлтэй өвчин эмгэгийг эрт илрүүлэх, гол нь шалтгаант нөхцөлийг хэрэглэхгүй байх нь монголчуудын өөрөө өөрийгөө өвчнөөс хамгаалах, урьдчилан сэргийлэх арга ухаан юм. Иймд “Эрүүл Монгол хүн” үндэсний хөдөлгөөнөөс татварын бодлогоор дамжуулан чихэр, чихэрлэг бүтээгдэхүүний хэрэглээг бууруулах бодлого барьж байна. Учир нь, өдгөө дэлхийн 54 улс болон АНУ-ын долоон муж Чихэрлэг ундаанд онцгой албан татвар ногдуулснаар хэрэглээг бууруулж, халдварт бус өвчинтэй тэмцэх орлогыг бий болгож чаджээ.

БАЙР СУУРЬ

М.Ундрам: Хүүхдийн нэг удаагийн бэлэгний сахрын хэмжээ 20 өдрийн чихрийн хэрэглээтэй тэнцэж байна



-Манай улсын хувьд нэг хүнд өдөрт 367 мл, сард 11.1 литр чихэрлэг ундаа ногдож байгаа нь зөвхөн тэдгээрээс авч буй чихрийн хэмжээ нь ДЭМБ-ын зөвлөмж хэмжээнээс даруй гурав дахин их

байна. Хүний наснаас хамааран хоногт авах илчлэг өөр өөр бөгөөд хоногийн нийт илчлэгийн таван хувиас бага хэмжээг чихэрнээс авахыг ДЭМБ-аас зөвлөдөг. Хүүхдийн хоногт хэрэглэх чихрийн зохист хэмжээ нь 4-өөс доош насанд чихэр хэрэглэхгүй, 4-6 насанд 15 гр, 7-10 настайд 20 гр, 11-ээс дээш насанд 25 гр чихэрлэг бүтээгдэхүүн хэрэглэх нь зохистой гэж зөвлөдөг. Гэтэл нэг уут хүүхдийн бэлгэнд дунджаар 400 гр сахар агуулагдаж байгаа нь хүүхдийн 20 өндрийн хэрэглээтэй тэнцэж байна.

АШУИС-ийн ахлах багш, Анагаах Ухааны доктор М.УНДРАМ

СИОПТ

УЛААНБААТАР



МОНГОЛЫН САГСАН БӨМБӨГИЙН ХОЛБООНЫ ДЭД ЕРӨНХИЙЛӨГЧ **Т.Мөнхсайхан:**

Сагсан бөмбөгийн спортыг шинжлэх ухаанч байдлаар хөгжүүлэх болсноор тамирчдын маань амжилт хурдацтай өсөж дэлхийд үнэлэгдэж эхэллээ

Саяхныг хүртэл Монголын сагсан бөмбөгийн холбоод эв түнжингүй, хуваагдмал байв. 10 гаруй жилийн турш үргэлжилсэн энэхүү үл ойлголцол спортын хөгжлийг боомилж, авьяас чадвартай залуус олон улсын тэмцээнд оролцож чадалгүй амжилт, карьераараа хохирсон.

Энэ бүхний эцэст Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх уг асуудалд анхаарлаа хандуулж, сагсан бөмбөгийн холбоодыг хүлээн авч уулзан талцал, үл ойлголцлоо умартан нэгдэн нийлж, нэг холбоотой болохыг уриалсан. Улмаар 2022 оны дөрөвдүгээр сарын 20-нд тус холбооны бүх гишүүд хуралдаж, ерөнхийлөгчөөрөө Г.Батцэнгэлийг сонгож, зургаан дэд ерөнхийлөгчөө тодруулсан түүхтэй. Тэдгээр дэд ерөнхийлөгчийн нэг нь Эрүүл мэндийн сайд асан, Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан юм. Монгол Улс сагсан бөмбөгийн холбоо нэг статустай болж, FIBA-д бүртгэлтэй болсноор манай тамирчид олон улсын тавцанд өрсөлдөж, дэлхийд үнэлэгдэх үүд хаалга нээгдсэн. Энэ талаар Сагсан бөмбөгийн холбооны дэд ерөнхийлөгч Т.Мөнхсайхан ярихдаа “Холбоод нэгдэж Үндэсний дээд лигээ өндөр түвшинд зохион байгуулах болсноор тамирчдын оролцоо, үр чадвар дээшилсэн. Сүүлийн хоёр

жилийн хугацаанд манай улсын сагсан бөмбөгийн хөгжил илт дээшилж байна. Шигшээ багийнхан зөвхөн авьяасаараа тоглодог байсан үе ард хоцорлоо. Цаашдаа ААШТ, ДАШТ-д амжилттай оролцохын тулд шинжлэх ухаанч байдлаар хөгжүүлэх ёстой. Сагсан бөмбөгийн баг гэдэг зөвхөн тамирчин, дасгалжуулагч хоёр биш.

Үр чадвар, хүчний бэлтгэлээс гадна бэлтгэлийн явцад хөлсөөр алдаж буй эрдэс бодисыг нөхөх, шим тэжээлтэй хоол хүнс, нэмэлт бүтээгдэхүүн хэрэглэх, бэртэл гэмтлээс сэргийлэх хөдөлгөөн засал, эрүүл мэндийн үйлчилгээ зэрэгт бүх талаас нь анхаарах чухал. Ингэснээр тамирчдын амжилт ахиж, дэлхийн тавцанд үнэлгээ нь өндөрсөж сагсан бөмбөгийн спорт шинжлэх ухаанч байдлаар хөгжих эхлэл тавигдлаа. Өмнө нь FIBA-д бүртгэлгүй байсан учраас олон улсын эрэмбэд Монголын тамирчид багтдаггүй байв. Харин одоо эмэгтэй шигшээ олон улсад 100-аас дотогш орж, эрэгтэй шигшээ 108-д

эрэмбэлэгдэж байна. Жил ирэх тусам урагш ахиж буй нь маш том үзүүлэлт. Уруудаж байсан сагсан бөмбөгийн спорт ахих түвшиндээ орчихлоо.

Сагсан бөмбөгийн спортоор хичээллэх хүүхэд залуусын тоо ч нэмэгдэж байна. Хүүхэд наснаасаа спортоор хичээллэж, эрүүл мэнддээ анхаарал тавьдаг зөв амьдралын хэв маягийг хэвшүүлж эхэлсэн нь “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” байх хамгийн том эхлэл. Спортын хэтийн зорилго бол энэ. Бусад спортын холбоод ч үлгэр дууриалал авч хөгжлийн алхам хийж эхэллээ. Бүх спорт хөгжиж дэлхийд амжилт гаргавал цөөн хүн амтай манай улсад эрүүл ирээдүй бий болох болно” гэлээ. Хоёрхон жилийн өмнө яах нь тодорхойгүй хоёр тийш харсан холбоодын хөлд үрэгдэж байсан тамирчид өнөөдөр Азийн аварга шалгаруулах тэмцээнд өөрсдийн үр чадвараа тамгалж, дараагийн том тэмцээндээ сэтгэл зовох зүйлгүй бэлтгэж байна. Тодруулбал, тэд өдгөө олимпын эрхийн тэмцээндээ бэлдээд завгүй байгаа Монголын ЗХЗ эмэгтэй, эрэгтэй шигшээ багийнхантай Сагсан бөмбөгийн холбооны дэд ерөнхийлөгч Т.Мөнхсайханы хамт бэлтгэлийнх нь үеэр уулзаж цөөн хором ярилцав.

Б.Ариунцэцэг: Утсаа оролдох хэдхэн минутаа дасгал хөдөлгөөнд зориулаарай



/Сагсан бөмбөгийн 3х3 эмэгтэй шигшээ багийн тамирчин/

-Анх хэзээнээс сагсан бөмбөгөөр хичээллэж эхэлсэн бэ?

-Би ЕБС-ийн долдугаар ангид байхаасаа сагсан бөмбөгийн спортоор хичээллэж эхэлсэн. Хүүхэд байхад спортод төдийлөн сонирхолгүй, хүүхэлдэйн кино үзэхийг л илүү санадаг байсан ч нагац ах маань гадаа сагс тоглодог болсон нь миний энэ спортод дурлах шалтгаан болсон. Ах нарыгаа дагаж гадаа халтайж, сайртатлаа сагс тоглосоор байгаад долдугаар ангиасаа сургуулийн тэмцээнд оролцон шигшээ багт багтаж, дараа нь аймгийнхаа шигшээд, улсын шигшээ гээд амжилтаа үргэлжлүүлсэн. Миний хувьд хүнтэй харилцахдаа тааруухан, их дотогшоо хүүхэд байсан ч спортоор хичээллэж эхэлснээр нээлттэй болсон. Багийн ажиллагаа, бусдыг хүндлэх зэрэг маш олон давуу талыг надад бий болгож өгсөн.

-Залуусыг спортод уриалаач?

-Залуус дүү нартаа, ер нь бүх монголчууддаа уриалаад хэлэхэд заавал тамирчин гэлтгүй гэртээ байгаа ээж, эмээ, хүүхэд хөгшин залуу гэлтгүй бүх хүн дасгал хөдөлгөөн хийвэл эрүүл мэндэд ач тустай. Дасгал хөдөлгөөнийг дадал хэвшил болгох хэцүү байсан ч хэзээ ч битгий шантраарай. Бага багаар дасгал хийж, өөрийн биедээ дасал болгож, эрүүл мэнддээ анхаарал тавиарай. Би нэгэн цагт тамирчин байхаа больсон ч долоо хоногт ядаж гурван удаа дасгал хөдөлгөөнөө хийсээр байх болно. Заавал фитнест очиж дасгал хийх шаардлагагүй шүү дээ. Өглөө гараад алхчихдаг эсвэл 15 минут гүйхэд л болно. Утсаа оролдох хэдхэн минутдаа биеэ хөдөлгөж, эрүүл чийрэг байгаарай.

Ө.Индра: Олимпын эрх авах тэмцээнд амжилттай оролцохыг зорьж байна

/Сагсан бөмбөгийн 3х3 эмэгтэй шигшээ багийн тамирчин/



-Таны ойрын зорилт?

-Миний хувьд, тавдугаар ангиасаа сагс тоглож эхлээд өнгөрсөн жил шигшээ багт орсон. Манай гэр бүлийнхэн спортын хүмүүс учраас олон төрлийн спортоор хичээллэдэг. Хөлбөмбөг тоглож үзсэн. Боксоор ч хичээллэж байлаа. Гэрийнхээ гадна найзуудтайгаа сагс тоглоно. Ингээд аль эв дүйтэй, гоё гэсэн спортоо сонгосон нь сагсан бөмбөг. Урд өмнө нь тоглодог байсан юм шиг эв дүйтэй байсан маань нөлөөлсөн болов уу. Бусад спортоос илүү амархан чадаад байлаа. Нөгөөтэйгүүр, багийн спорт болохоор гоё. Ер нь бүх зүйлд нь дуртай. Тийм ч болохоор тавдугаар сарын дундуур болох олимпын эрх авах тэмцээнд л амжилттай оролцохыг зорьж бид багаараа маш их хичээж байгаа.

-Нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэх ач холбогдлыг мэргэжлийн тамирчин хүний хувьд хэлээч?

-Спорт хүний биед маш сайнаар нөлөөлдөг. Өглөө бүр дасгал хөдөлгөөн хийвэл ядаж л хөдөлгөөний дутагдалд орохгүй. Тийм учраас өглөөдөө алхаад, ууланд гарч цэвэр агаар амьсгалдаг байгаарай. Мэргэжлийн тамирчин шиг бэлтгэл хийх албагүй ч өөрсдөдөө тохируулаад алхаж гүйгээд хөдөлгөөнтэй байхад л болно.

О.Хулан: Эх орон, аавынхаа нэрийг дуудуулж талбайд гарах юугаар ч харьцуулашгүй мэдрэмж



/Сагсан бөмбөгийн 3х3 эмэгтэй шигшээ багийн тамирчин/

-Сагсан бөмбөгийн спортоос авдаг мэдрэмжээсээ хуваалцаач?

-Би ахынхаа тоглолтыг үзсээр байгаад сагсан бөмбөгийн спортод дурлаж байсан. Өмнө нь хэзээ ч сагс тоглож болох юм байна, тэгээд бүр амжилт гаргана гэж бодож байгаагүй. Харин одоо бол "Монголиа" гэдэг өмсгөл өмсөөд, эх орон, аавынхаа нэрийг дуудуулж талбайд гарах нь юугаар ч харьцуулшгүй мэдрэмж. Хожсон ч, хожигдсон ч хамаагүй. Шигшээ багт

тоглож яваадаа маш их талархдаг. Өдөр бүр бэлтгэлээ хийж, илүү сайжрахыг хүсэж байна.

-Монголд багийн спортыг бий болгоход, эрүүл монгол хүнийг төлөвшүүлэхэд нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэх шаардлагатай юм байна гэдэг төрийн бодлого гараад хэрэгжээд явж байна. Энэ талаар тамирчин хүний хувьд юу хэлэх вэ?

-Нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлж байгаад маш их баяртай байгаа. Учир нь эрүүл биед саруул ухаан оршдог. Манай нийгэм ямар их стресстэй байгаа билээ. Жижигхэн хотдоо нэг өнцгөөс нөгөө рүү нь очих гэж үнэт цагаа үрж байгаа. Ихэнх нь суугаа ажилтай, хөдөлгөөний дутагдалтай болчихож. Тэр хэрээрээ асар их бухимдалтай байна шүү дээ. Ер нь энэ бол ганц Монголын асуудал биш юм билээ. Дэлхий дахинд байгаа асуудал. Бүх зүйл цахимжаад, амьдралын хэв маягт хүртэл асар их өөрчлөлт орсон. Тиймээс энэхүү хөтөлбөрийг эхлүүлээд орхилгүй ажил хэрэг болгоод бүхий насны хүмүүсийг хамруулаад яваасай. Ер нь эрүүл амьдралын нууц нь хөдөлгөөн юм.

-Хөтөлбөрийг ахалж буй Т.Мөнхсайхан зөвлөх өөрөө сагсан бөмбөгийн холбооны дэд ерөнхийлөгчөөр ажилладаг юм билээ. Та бүхнийг хэрхэн дэмждэг вэ?

-Сагсан бөмбөгийн хөгжилд маш их хувь нэмэр оруулж байгаа хүний нэг нь. Манай мэргэжлийн холбоод нэгдэж, нэг удирдлага дор орсон. Ингэснээр сагсан бөмбөгийн спорт ямар хэмжээнд үнэлэгдэж, хөгжиж байгааг харж байгаа байх. Манай улсын сагсан бөмбөг олон улсын анхаарлын төвд орлоо. Эдгээр хүмүүсийн оролцоо

их учраас ийм хэмжээнд хүрсэн гэж ойлгож, баярлаж явдаг.

М.Цэрэнлхам: Орон нутагт спортын хөгжлийг сайтар анхаараарай гэдгийг шийдвэр гаргагчдад дуулгаад өгөөрэй

/ЗхЗ сагсан бөмбөгийн эмэгтэй шигшээ багийн тамирчин/



-Монголд чөлөөт цагаа зөв боловсон өнгөрүүлэх орчин нөхцөл тодорхой хэмжээнд бий болж байна. Үеийн залуус, дүү нартаа Монгол Улсын сагсан

бөмбөгийн шигшээ багийн тамирчны хувьд юу гэж уриалах вэ?

-Спортоор хичээллэсэндээ маш их баярладаг. Дан ганц өөрийгөө хөгжүүлээд зогсохгүй багаар ажиллахад суралцсан. Нэгнээ ойлгож, хүндлэхэд суралцлаа. Ер нь спортоос хүн юу суралцах ёстой, цаашлаад амьдралын ямар зөв дадлыг бий болгох вэ гэдгийг бүгдийг нь олж авсан. Би өөртөө маш их итгэлтэй. Хэн нэгнээс айж эмээдэггүй, хэлэхээ хэлчихдэг. Тиймээс хүн бүр мэргэжлийн тамирчин болох албагүй. Гэхдээ чөлөөт цагаа зөв боловсон өнгөрүүлэхээс эхлээд хувь хүний төлөвшилд асар их зүйлийг бий болгож өгдөг. Өөрт тохирсон спортоор хичээллээрэй, залуус аа.

-Нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэх “ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН” хөтөлбөрийг хэрэгжүүлээд

багагүй хугацаа өнгөрчээ. Энэхүү хөтөлбөрийн талаар хэр мэдээлэлтэй байна вэ?

-Мэдэлгүй яахав. Тамирчид дуу нэгтэйгээр хөтөлбөрийг дэмждэг. “Эрүүл Монгол хүн” хөтөлбөр үндэсний хэмжээнд олон салаатай хэрэгжих энэхүү хөтөлбөрийг маш их дэмжиж байгаа. Цаг хугацааны хувьд жаахан хожуу эхэлчихлээ гэж боддог. Биднийг хүүхэд байх үед энэхүү хөтөлбөр хэрэгжиж эхэлсэн бол гэж бодогдсон. Тэгсэн бол Монгол Улсад нийтийн биеийн тамир, багийн спорт илүү өндөр хөгжих байсан болов уу. Гэхдээ хожуу ч гэсэн эхэлсэнд баяртай байна. Тэр дундаа нийслэлийн иргэдэд илүү хамрагдах боломж боллоцоо нь нээлттэй байдаг. Иймд цаашдаа орон нутагт спортын хөгжлийг сайтар анхаараарай гэдгийг шийдвэр гаргагчдад дамжуулж өгөөрэй.

А.Азбаяр: Эрүүл Монгол хүнийг бэлтгэх бодлогыг төрөөс дэмжиж, тууштай хэрэгжүүлж байгаад сэтгэл хангалуун байгаа

/ЗхЗ сагсан бөмбөгийн эрэгтэй шигшээ багийн тамирчин/



- Сагсан бөмбөгөөр хичээллэж эхэлсэн түүх?

- Сагсан бөмбөгөөр анх долдугаар ангиасаа хичээллэж эхэлсэн. Харин албан ёсны тамирчин болоод





Ерөнхийлөгч У.Хүрэлсүх 3x3 сагсан бөмбөгийн үндэсний шигшээ багийн тамирчдад баяр хүргэж хүлээн авч уулзав. Сингапур Улсад зохион байгуулагдсан FIBA 3x3 сагсан бөмбөгийн 2024 оны Ази тивийн аварга шалгаруулах тэмцээнд Монгол Улсын үндэсний шигшээ эрэгтэй, эмэгтэй баг тос хүрэл медаль хүртсэн юм.

удаагүй байна. Өөрөөр хэлбэл, 2023 оны хоёрдугаар сараас эхэлсэн. Сагсан бөмбөгөөр спортоор хичээллээд 4-5 жил болсон. Хоббиндоо хөтлөгдөөд хичээллэхээр болсон. Давхар найз нөхөд, багш нарын нөлөө ч бий. Гэхдээ өөрөө илүү дурлаж, сонголтоо хийсэн учраас сэтгэл ханамжтай байдаг.

-Чөлөөт цагаа хэрхэн өнгөрүүлдэг вэ?

-Чөлөөт цагаа зааланд өнгөрүүлнэ. Зааландаа бараг амьдарч байгаа. Миний амьдралын тал хугацаа зааланд өнгөрсөн. Үүндээ ч маш их баяртай байдаг. Үеийнхээ хүүхдүүдтэй харьцуулахад арай өөр түвшинд байгаа юм шиг мэдрэмж төрдөг. Өөрийгөө хөгжүүлж, өөртэйгөө ажиллаж сурлаа. Хамгийн зөв зүйлээ зөв газраа хийж байна. Энэ мэдрэмжийг өдөр бүр авах нь сайхан шүү.

-Монгол Улс нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэх чиглэлд таны хэлэх санал хүсэлт?

-Хүний амьдралын хамгийн чухал зүйл бол эрүүл мэнд. Эрүүл монгол хүнийг бэлтгэх бодлогыг төрөөс дэмжиж, тууштай хэрэгжүүлж байгаад сэтгэл хангалуун байгаа. Бүх монголчуудынхаа бие махбодь болон сэтгэл зүйн эрүүл мэндэд төрөөс анхаарч эхэлжээ гэдэг бол яах аргагүй сайн зүйл. Бүх хүн өөртөө хайртай байж, ямар нэгэн спортоор хичээллэж, чөлөө цагаа зөв боловсон өнгөрүүлээсэй гэж тамирчин хүнийхээ хувьд уриалъя. Манай холбооны дэд ерөнхийлөгч Т.Мөнхсайхан ах энэ хөтөлбөрийг тууштай хэрэгжүүлж

байгаа юм билээ. Ер нь тамирчдаа маш их дэмждэг. Сэтгэл зүйн болон эрүүл мэндийн хувьд анхаарал хандуулдаг. Мэргэжилтэй нь холбоотой байх.

Ч.Тэмүүлэн: Өглөөдөө гарч алхах, 10 минут хөнгөн гүйх зэргээр дасгал хийдэг байгаарай

/Сагсан бөмбөгийн 3x3 эрэгтэй шигшээ багийн тамирчин/



-Сагсан бөмбөгийн спортыг сонгоход нөлөөлсөн хүн бий юу?

-Намайг бага байхад эгч маань сагс тоглодог байсан. Харах хүнгүй учраас эгчийгээ дагаж спорт зааланд л өнждөг байлаа. Тэр үеэс энэхүү спортыг сонирхож, 15 настайдаа тоглож эхэлсэн. Хоёр жилийн өмнө 3x3 U18 тэмцээнд баг бүрдүүлэх үед бэлтгэл хийж шигшээ багийн бүрэлдэхүүнд орж байсан.

-Нийтийн биеийн тамирыг хөгжүүлэхийн ач холбогдлыг та хэрхэн хардаг вэ?

-Ер нь дасгал хөдөлгөөн хийсний дараа бие маш гоё сэргэдэг. Яг үнэндээ илүүдэл жинтэй хүмүүсийг хараад дасгал хөдөлгөөн яагаад хийдэггүй юм бол, өглөөдөө гарч алхаад эсвэл суннал хийж чаддаггүй юм байхдаа гэж боддог. Заавал тамирчид шиг дасгал хийх албагүй.

Өглөөдөө гарч алхах, 10 минут хөнгөн гүйх зэргээр дасгал хийдэг байгаасай гэж боддог. Ядаж л илүүдэл жингүй байна. Эрүүл амьдралын хэв маягаар дэлхийн залуус гоёж байна. Брэндээр гоёж бус биеэ урлаж, эрүүл хэв маягаар гоёж амьдраарай гэж залууст хэлэхийг хүсдэг.

С.Биндэрья: Спорт намайг тайвшруулдаг

/Сагсан бөмбөгийн 3x3 эрэгтэй шигшээ багийн тамирчин/



-Хэзээнээс мэргэжлийн тамирчин болохоор шийдэв?

-Сагсан бөмбөгийн спортыг 10 настайгаасаа сонирхож эхэлсэн. Тэмцээнд орж эхлэх хүртлээ гадаад тоглодог байлаа.

14 настайгаасаа тэмцээнд оролцож эхэлсэн. Яг мэргэжлийн тамирчин болох шийдвэр 17 настайдаа гаргасан. Ковидын жилүүдэд сургууль цахимаар хичээллэж байх үед "Этүгэн" их сургуулийн дасгалжуулагч О.Баярцогтын удирдлага дор хичээллэсэн юм. Тэр үеэс ур чадвараа дээшлүүлж мэргэжлийн тамирчин болохоор сэтгэл шулуудсан.

-Ямар мэргэжлээр суралцаж байна вэ. Цаашдын чинь зорилго төлөвлөгөөнөөс хуваалцаж болох уу?

Заавал тамирчид шиг дасгал хийх албагүй. Өглөөдөө гарч алхах, 10 минут хөнгөн гүйх зэргээр дасгал хийдэг байгаасай гэж боддог. Ягаж л илүүдэл жингүй байна. Эрүүл амьдралын хэв маягаар гэлхийн залуус гоёж байна.

-Этүгэн их сургуульд шүдний эмч мэргэжлээр сурдаг. Одоо хоёрдугаар дамжааны оюутан. Цаашдаа 23 насны ДАШТ удахгүй болно. Тэр тэмцээнд амжилттай оролцохыг зорьж байгаа.

-Хүүхэд, залууст спортоор хичээллэхийн давуу талыг хэлж, уриалж өгөөч?

-Монголчууд ер нь дасгал хөдөлгөөн хийдэггүй. Нийтээрээ дасгал хөдөлгөөн хийгээд бүжиглээд байвал

урт насална шүү дээ. Ерөнхийлөгчийн Тамгын газраас "ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН" үндэсний хөтөлбөрийг хэрэгжүүлж, иргэдийг нийтийн биеийн тамирт уриалж байгаад талархаж байна. Манай холбооны дэд ерөнхийлөгчөөр Ерөнхийлөгчийн Эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх Т.Мөнхсайхан ах ажилладаг. Бидний гэмтэл бэртэл, эрүүл мэндэд тун сайн анхаардаг. Тамирчид бэлтгэл хийх

үедээ хөлсөөрөө эрдсээ их алддаг. Тэрийг нөхөхийн тулд уух амин дэм, бэлдмэлээр манай холбооны удирдлагууд маш сайн хангадаг. Тамирчдын хувьд бэртэл гэмтэл хамгийн том дайсан байдаг шүү дээ. Тийм учраас бэртэл гэмтлээс сэргийлэх, эрүүл мэндийн эмчилгээ үйлчилгээнд анхаарал тавьж байгаад баярлалаа. ■



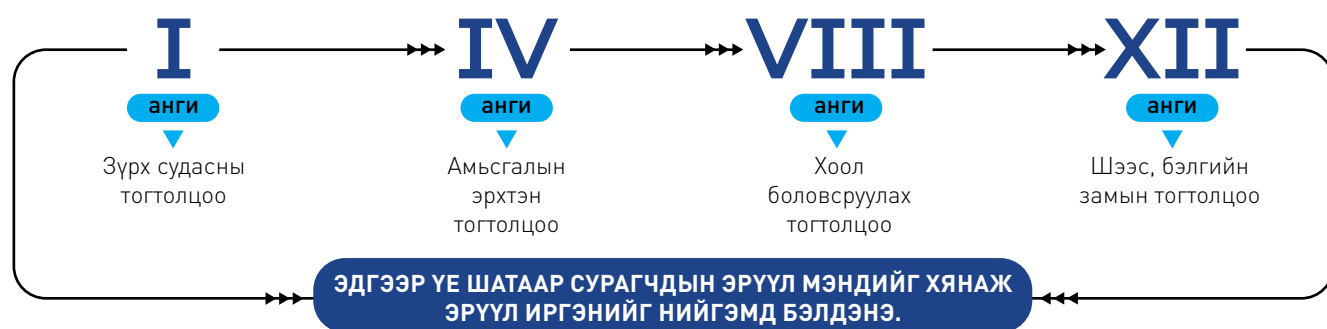
Эрүүл иргэн улсын баялаг

Сургуульд орж байгаа зургаан настай хүүхдүүдийн зүрх судасны тогтолцооны үзлэг, оношилгоог тогтмол хийдэг болно.



28.10. Ерөнхий боловсролын сургуулийн суралцагчийн эрүүл мэндийн хяналт, тандалтын цахим бүртгэлийн сан бүрдүүлэх, холбогдох хуульд заасан урьдчилан сэргийлэх, эрт илрүүлэх үзлэг, шинжилгээ, оношилгоонд суралцагчийг тодорхой насны давтамжтай хамруулах үйл ажиллагааг эрх бүхий этгээдийн баталсан журмын дагуу харьяалах нутаг дэвсгэртээ зохион байгуулна.

Сургуулийн өмнөх болон ерөнхий боловсролын тухай хуулиас



Өвдөхөөсөө өмнө урьдчилан сэргийлдэг байя

МОНГОЛ ХҮНИЙ ЭРҮҮЛ МЭНДЭД ДАРАМТ
БОЛЖ БУЙ ЭРСДЭЛТ 5 ХҮЧИН ЗҮЙЛ:



АРХИНЫ ТАЛААРХИ

ХУДАЛ

МЭДЭЭЛЭЛ



ХУДАЛ

АРХИ УУХААР ХАЛУУЦДАГ



Архи судасны ханыг тэлснээр дулаацсан мэт мэдрэмж төрүүлдэг ч биеийн дулааныг улам багасгадаг

АРХИ СТРЕСС ТАЙЛДАГ



Архи ууснаар адрналины хэмжээ ихсэж тайвширсан мэт санагддаг ч бие махбодын ачаалал нэмэгдүүлж улам ядраадаг.

АРХИ ИЛЧЛЭГГҮЙ



Спиртийн агууламж ихтэй хатуулаг өндөр байх тусмаа архины илчлэг өндөр байдаг

АЖЛЫН ЧАДАМЖ
НЭМЭГДҮҮЛДЭГ



Архинаас үүдэлтэй хөөрлийн мэдрэмж сэтгэлзүйд “Би чадна” гэсэн мэдрэмж төрүүлдэг ч анзааргагүй болгож, анхаарал сарнилтыг нэмэгдүүлдэг.

АРХИ ХООЛ ШИНГЭЭДЭГ



Архи бодисын солилцоог удаашруулаг бөгөөд өөх шатаах хурдыг бууруулж, хоолны шингэцийг муутгадаг.



ҮНЭНДЭЭ

ЭМЧ ЗӨВЛӨЖ БАЙНА

ХАРВАЛТ



УНТЭ-ийн Мэдрэлийн эмнэл зүйн төвийн мэдрэлийн эмч, анагаах ухааны магистр

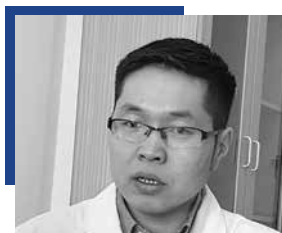
Дэлхийн харвалттай тэмцэх байгууллагаас хийсэн судалгаагаар 1999 онд 6 хүн тутмын 1 нь харваж байсан бол өнөөдөр 4 хүн тутмын хүн нь харваж байна.

Б.Саруулцэцэг: Тархины харвалт хаана ч, хэзээ ч тохиолдож болзошгүй тул даралтаа хянах хэрэгтэй

ХАРВАЛТААС ХЭРХЭН СЭРГИЙЛЭХ ВЭ

1	2	3	4	5
Артерийн даралтаа тогтмол хянах	Хоол хүнсээ анхаарах	Тогтмол дасгал хөдөлгөөн хийх	Зүрх судасны эмчээс зөвлөгөө авах	Хорт зуршлаа анхаарахад тархины харвалтаас урьдчилан сэргийлэх бүрэн боломжтой

ТАМХИ



СЭМҮТ-ийн тамхины асуудал хариуцсан мэргэжилтэн

Тамхи 7000 гаруй төрлийн химийн бодис агуулдаг. Тэдгээрийн 250 гаруй нь эрүүл мэндэд сөрөг нөлөөтэй, 69 бодис нь хорт хавдар үүсгэдэг.

Ж.Гантулга: Тамхи нь хэрэглэгчдийнхээ 50 хувийг үхэлд хүргэдэг

ТАМХИНААС ГАРСНААР:

1	2	3	4	5	4
Амтлах, үнэрлэх мэдрэмж сайжирна	Цусны эргэлт нэмэгдэнэ	Зүрхний шигдээсний эрсдэл буурна	Анхаарал төвлөрөлт сайжирна	Зүрхний титэм судасны эмгэгээр өвчлөх эрсдэл хоёр дахин багасна	Цус харвах эрсдэл буурна

СОНСГОЛ



Чих, хамар хоолойн эмч

Дэлхий дээр сонсголын бэрхшээлтэй 466 сая хүн амьдарч байгаагаас 34 сая нь хүүхдүүд байна.

Х.Ариунсанаа: Чихэвчийг зохистой хэрэглээгүйгээс 17-20 насныхан сонсгол алдаж, дүлийрч байна

ЧИХЭВЧИЙГ 20:20-ЫН ДҮРМИЙГ ТА МЭДЭХ ҮҮ

Чихэвчийг 20:20-ын дүрмээр буюу хорин минутын хугацаанд энгийн ярианы хүчээр сонсох ёстой. Эрүүл ахуйн шаардлагыг хэтрүүлэн хэрэглэсний улмаас хүүхдүүд сонсголоо алдаж дүлийрч байна. Сонсгол нэгэнт алдаж дүлийрсэн бол нөхөн сэргээх боломжгүй учраас чихэвчний эрүүл ахуйн зөв хэрэглээг хэвшүүлэе.

НОЙР



Хан-Уул дүүргийн ЭМТ-ийн хүүхдийн эмч

Эрт унтдаг хүүхэд бие бялдрын хөгжил сайтай болохоос гадна хичээл сурлагадаа сайн байдаг.

Ц.Ариунаа: Хүүхэд эрт унтах нь дархлааг сайжруулж, өсөлтөд зөргөөр нөлөөлдөг

Өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх аргуудын нэг нь эрт унтах юм. Хүүхэд гэлтгүй том хүн ч орой 21.00 цагт унтаж хэвших хэрэгтэй. Хүүхэд эрт унтвал ДАРХЛААНЫ БОДИС ЯЛГАРЧ, ӨСӨЛТ ХУРДСАЖ, ӨНДӨР болдог.

СЭТГЭЦ, НҮД



Хан-Уул дүүргийн Эрүүл мэндийн төвийн Сэтгэц, нийгмийн сэргээн засах клиникийн тасгийн эрхлэгч

Дэлгэц ширтэж олон цагийг өнгөрөөх нь таны бие, ялангуяа нүдэнд маш их хохирол учруулдаг.

Э.Пүрэвсүрэн: Дэлгэцийн хэт их хэрэглээ тархины судсыг ачаалж нойргүйдэл, мэдрэлийн ядаргаанд оруулдаг

ЭРТ УНТАЖ АМРАХЫН АЧ ТУС:

- Мэдрэлийн үйл ажиллагаа сайжирна
- Зүрхний үйл ажиллагаа дэмжигдэнэ
- Бодисын солилцоо сайжирна
- Бие энергиэр тэтгэгдэнэ
- Анхаарал төвлөрөл сайжирна
- Булчингийн чадал нэмэгдэнэ
- Дархлаа сайжирна
- Сэтгэл санаа тогтворжино

ЦАГААН ХОРХОЙ



Хан-Уул дүүргийн ЭМТ-ийн хүүхдийн эмч

Цагаан хорхойтой хүүхдүүдийн дарлаа сулардаг, цус багадалтад ордог.

Ц.Ариунаа: Хаалга, шатны бариул, лифтний товчинд хүрсэн бол гараа сайтар угаахгүй бол цагаан хорхойны халдвар ихэссэн

Шимэгч хорхой хүүхдүүдийн цусыг шимээд цус багадалтад хүргэдэг. Цус багадалтад орсон хүүхдүүд махан хоолонд дургүй эсрэгээрээ чихэрлэг хүнсээр түлхүү хооллодог болдог. Чихэр цусыг хүчилшүүлдэг, хүүхдийг ханиад томуунд өртөмхий болгодог.

ШҮД



Хан-Уул дүүргийн нүүр ам, гажиг заслын их эмч, АУ-ны магистр

Шүдний өвчин нь зүрхний өвчин, чихрийн шижин зэрэг эрүүл мэндийн олон хүндрэлийг бий болгодог.

Г.Төрбат: Сүүн шүд унаад байнгын шүд ургах үед эцэг эхчүүд хүүхдийнхээ шүдний арчилгаанд анхаарах хэрэгтэй байна

ШҮДЭЭ АРЧЛАХ, АМНЫ АРИУН ЦЭВРЭЭ АНХААРАХ НЬ ДАРААХ ЭРСДЭЛИЙГ БУУРУУЛДГИЙГ МЭДЭХ ҮҮ

- Зүрхний өвчин,
- Цус харвалт
- Чихрийн шижин
- Альцгеймер
- Уушгины халдвар
- Бөөрний асуудал
- Үргүйдэл
- Дутуу төрөлт
- Бэлгийн сулрал
- Хорт хавдар



**ЭРҮҮЛ
МОНГОЛ
ХҮН** ҮНДЭСНИЙ
ХӨДӨЛГӨӨН

СЭТГҮҮЛИЙН ЦАХИМ ХУВИЛБАР

