

**“2025 ОНЫ ЦУСНЫ ДОНОРЫН ДЭЛХИЙН ӨДӨР”-ИЙГ
ТЭМДЭГЛЭН ӨНГӨРҮҮЛСЭН
ТУХАЙ ТАЙЛАН**

Улаанбаатар хот

2025.06.17

1. “Цусны донорын Дэлхийн өдөр”-ийн бэлтгэл ажлыг хангах

Захирлын 2025 оны 5 дугаар сарын 23-ны өдрийн А/31 дүгээр тушаалаар ЦДДӨ тэмдэглэн өнгөрүүлэх Ажлын хэсгийг 9 хүний бүрэлдэхүүнтэй байгуулж ажлын хэсгийн ахлагчаар Захиргаа, маркетингийн албаны даргыг томилсон. Ажлын хэсэг 2025 оны ЦДДӨ-ийг тэмдэглэн өнгөрүүлэх удирдамж, арга хэмжээний төлөвлөгөө, шаардлагатай зардал 20,3 сая төгрөгийн төсвийг захирлын 5 сарын 27-ны өдрийн А/32 дугаар тушаалаар батлуулж, ДЭМБ-ын Монгол дахь суурин төлөөлөгчийн газарт хүсэлт тавьж санхүүжилт шийдвэрлэгдсэн.

Аймаг, Нийслэлийн эрүүл мэндийн газар, Бүсийн оношилгоо эмчилгээний төв, нэгдсэн эмнэлгийн дарга, захирал нарт уг өдрийн арга хэмжээг харьяа нутаг дэвсгэртээ зохион байгуулж хамтран ажиллахыг хүссэн албан бичиг, ДЭМБ-ын сэдэв, удирдамж, зургийг орчуулгын хамт хүргүүлж, арга зүйгээр хангаж ажилласан. Ажлын хэсэг ЦДДӨ-ийг тэмдэглэн өнгөрүүлэх бэлтгэл ажлын төлөвлөгөөний дагуу бэлтгэл ажлыг хангаж, 6 сарын 14-ний өдрийн хүндэтгэлийн арга хэмжээний хөтөлбөрийг гарган чиглүүлж арга хэмжээ Улаанбаатар хот төдийгүй үндэсний хэмжээнд зохион байгуулалт сайтай болж өнгөрлөө.

ДЭМБ-ын удирдамж, холбогдох тушаал шийдвэр, мэдээллийг төвийн цахим хуудаст байршуулан ил тод нээлттэй байдлыг хангасан.

Баянгол дүүргийн ИТХ, ЗДТГ, МУЗН, Мөнгөн гүүр эмнэлэг, Улкер Монголиа байгууллага, Голомт банк, Сүү ХК зэрэг 10-аад байгууллага хүмүүнлэгийн үйлсийг дэмжиж хамтран зохион байгуулав.

2. “Цусны донорын Дэлхийн өдөр”-ийн Хүндэтгэлийн арга хэмжээ

2005 оны 5 сард болсон 58 дахь удаагийн Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Чуулга уулзалтын үеэр сайн дурын, авлагагүй цусны доноруудыг идэвхжүүлэх, тэднийг дэмжих зорилтыг олон улсын эрүүл мэндийн байгууллагын удирдлагууд санал нэгтгэйгээр дэмжиж, WHA58.13 тогтоолоор жил бүрийн 6 дугаар сарын 14-ний өдрийг Цусны донорын Дэлхийн өдөр болгон тэмдэглэх шийдвэрийг гаргасан.

Монгол Улсын Цус сэлбэлт судлалын салбар энэхүү Цусны донорын Дэлхийн өдөр”-ийн хүндэтгэлийн арга хэмжээг Нийслэл УБ хот төдийгүй Аймаг орон нутагт **“Цусаа өгч, Итгэл түгээе: Хамтдаа амьдрал бэлэглэе!** уриан дор нэгэн зэрэг тэмдэглэн өнгөрүүлээ.

“Цусаа өгч, Итгэл түгээе: Хамтдаа амьдрал бэлэглэе! уриан дор зохион байгуулагдаж буй энэ жилийн үйл ажиллагаа нь цус сэлбэлт шаардлагатай байгаа өвчтөнүүдэд чанартай, аюулгүй, хүртээмжтэй цус, цусан бүтээгдэхүүнээр хангах нөхцөлийг бүрдүүлэхийн тулд тогтмол хугацаанд цусаа хандивлах шаардлагатайг олон нийтэд таниулах зорилготой. Энэхүү уриа нь донорууд цусаа бэлэглэснээр тусламж хэрэгтэй байгаа олон хүний амьдралыг өөрчилж чадахыг онцолж байна. Цусаа хандивлах энгийн үйлдэл нь олон хүний амийг авардаг бөгөөд үүнд хамтын хичээл зүтгэл, эв нэгдэл хүчтэй нөлөөтэй болохыг харуулахыг зорьсон. Энэ аян нь цусны донорын ачаар амь нас нь аврагдсан хүмүүсийн бодит түүхийг сурталчлах, доноруудын туршлага, сэтгэгдлийг хуваалцах, тогтмол хугацаанд цусаа бэлэглэдэг байнгын доноруудыг урамшуулах, эрүүл

хүмүүс ялангуяа залуучуудыг цусаа бэлэглэн цусны донор болохын ашиг тусыг ухамсарлуулан уриалан дуудах зорилготой.

Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төвөөс Цусны донорын Дэлхийн өдөр"-ийн арга хэмжээг ЭМЯ, ДЭМБ, МУЗН, МДХ ТББ, Баянгол дүүргийн ИТХ, ЗДТГ-тай хамтран 2023 онд шинээр ашиглалтад орсон 600 хүртэлх зочинд нэг дор үйлчилгээ үзүүлэх боломжтой хурал зөвлөгөөн хурим найр зохион байгуулахад төгс тохиромжтой [Evento Ballroom](#) цогцолборт зохион байгууллаа. Хүндэтгэлийн арга хэмжээг Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төвийн захирал, АУ-ны доктор Б.Нарантуяа нээж, мэндчилгээ дэвшүүллээ. Цусны донорын Дэлхийн өдрийн арга хэмжээг үндэсний хэмжээнд Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төв пейж хуудас, [Newswire.mn](#) шууд дамжуулж иргэдэд хүргэв.



Уг арга хэмжээнд Эрүүл мэндийн яамны Тусгай мэргэжлийн тусламж үйлчилгээ хариуцсан ахлах шинжээч М.Оюунчимэг, МУЗН-ийн Ерөнхий нарийн бичгийн даргын орлогч Т.Баярчимэг нар мэндчилгээ дэвшүүлж баяр хүргэв.



Хүндэтгэлийн арга хэмжээнд ДЭМБ-ын Эрүүл мэндийн тогтолцоо хариуцсан зохицуулагч Бенуа Мативет, ЭМЯ-ны Тусгай мэргэжлийн тусламж үйлчилгээ хариуцсан ахлах шинжээч М.Оюунчимэг, ЦССҮТ-ийн захирал Б.Нарантуяа, МУЗН-ийн Ерөнхий нарийн бичгийн даргын орлогч Т.Баярчимэг, МУЗН-ийн Эрүүл мэнд нийгэм хамгааллын газрын дарга Б.Гантулга, Монголын донорын холбоо ТББ-ын ерөнхийлөгч М.Сосорбарам, Баянгол Дүүргийн ИТХ-ын дарга П.Өлзийнаран, ИТХ-ын Захиргаа, эрх зүйн хэлтсийн дарга Г.Сурахбаяр, Нийгмийн хөгжлийн хэлтсийн дарга З.Балдандугар, Зохион байгуулалт, иргэний оролцоо, олон нийттэй харилцах асуудал хариуцсан ахлах мэргэжилтэн С.Эрдэнэтуяа нарын хүндэт зочид оролцов.

Уг хүндэтгэлийн арга хэмжээнд хүрэлцэн ирсэн хүндэт зочид, цусны донор, сайн дурын ажилтан, улаан загалмайчид, ард иргэд ОУ-ын байгууллагуудын төлөөлөл, Эрүүл мэнд, Банк санхүү, Хэвлэл мэдээлэл, Цэрэг, цагдаа, хууль, хүчний байгууллагуудын хамт олонд Цусны донорын Дэлхийн өдрийн мэнд хүргэж хүмүүнлэгийн сайн үйлсэд хамтдаа нэгдэхийг уриалав. Төвийн мэдээллийн санд бүртгэлтэй нийт цусны доноруудад захирлын талархлыг мэйл хаягаар, цахим орчинд мэндчилгээ, урилга илгээсэнд цусны донор, иргэд баярлан хариу талархал илэрхийлж байв.



МЭНДЧИЛГЭЭ

Өнөөдөр дэлхийн өнцөг булан бүрт **Цусны Донорын Дэлхийн Өдөр** -ийг "Цусаа өгч, Итгэл түгээе-хамтдаа амьдрал бэлэглэе!" уриан дор зохион байгуулж, цусаа бэлэглэснээр тусламж хэрэгтэй байгаа хэн нэгний амьдралыг өөрчилж чадахыг нэгэн дугаар ойлгож байна.

Аюулгүй, чанарын баталгаатай, тэгш хүртээмжтэй, тусламж, үйлчилгээний өвөрмөц онцлогтой салбарын үйл ажиллагааг Монгол Улсын Засгийн газар, Эрүүл мэндийн яамнаас бодлогоор зохиож ирсний үр дүнд өнөөдөр өндөр дөгжилтэй үлс орны жишгт хүрэхүйг хөгжиж байна.

Улсын хэмжээнд нийт цус цуглуулалт 2014 онд 26097 нэгж байсан бол 2024 онд 45577 нэгж болж 1.7 дахин өссөн, 2030 онд 58728 нэгж олж 2024 онтой харьцуулахад 1.3 дахин өсөх төлөвтэй байна.

Цус, цусан бүтээгдэхүүний үйлдвэрлэл 2014 онд 65.5 мянган нэгж байсан бол 2024 онд 127.6 мянган нэгж болж 1.9 дахин нэмэгдсэн үзүүлэлттэй, 2030 онд тэрхүү 159.7 мянган нэгжид хүрч 2024 онтой харьцуулахад 1.3 дахин нэмэгдэх төлөвтэй байна.

Харин хэрэглээ 2014 онд 47746 нэгж байсан бол 2024 онд 85772 нэгж болж 1.8 дахин өссөн боловч 2030 он гэхэд 104240 нэгж болж өсөх төлөвтэй байна.

Түүнээс хүүмүүлэг энэрэнгүй үлсийн эздэд эрхэм хүндэт цусны донорууд, цусны донорын үүснийг талархан дэмжиж ирсэн аж ахуйн нэгж, Олон улсын байгууллага, хамтран ажилладаг төр, хувийн хэвшлийн эрүүл мэндийн байгууллагууд, нийт иргэд та бүхний хамтын хүчээр Монгол улсын цус сэлбэлт судлалын салбарт нэн шаардлагатай цус, цусан бүтээгдэхүүний ноогийг бүрдүүлж, бэлэн байдлыг хангаад зогсохгүй эрдэнэт хүний алтан амийг аварч, амьдралыг сайжруулахад үнэлж баршгүй хувь нэмэр оруулж байдаг таатай байна.

Бусдын сайн сайхны төлөө нэгэн сэтгэлээр хамтран ажилладаг та бүхэндээ чин сэтгэлийн талархал, гүн хүндэтгэл илэрхийлж, эрүүл энх, аз жаргалыг хүсье!

ХҮМҮҮНЛЭГ ЭНЭРЭНГҮЙ САЙН ҮЙЛС ДЭЛГЭРЭХ БОЛТУГАЙ!

ХҮНДЭТГЭСЭН:
ЦССҮТ-ийн Захирал

Б.НАРАНТУЯА (Ph.D)

ТАЛАРХАЛ

Эрхэм хүндэт Танд болон танай гэр бүлд "Цусаа өгч, Итгэл түгээе-хамтдаа амьдрал бэлэглэе!" уриан дор зохион байгуулагдаж байгаа **Цусны Донорын Дэлхийн Өдөр** -ийн мэнд хүргэе!

Эрхэм цусны донор таны энэрэнгүй сэтгэлээр бусдын сайн сайхны төлөө бэлэглэсэн цус Монгол улсын Цус сэлбэлт судлалын салбарт нэн шаардлагатай цус, цусан бүтээгдэхүүний ноогийг бүрдүүлж, бэлэн байдлыг хангаад зогсохгүй эрдэнэт хүний алтан амийг аварч, амьдралыг сайжруулахад үнэлж баршгүй хувь нэмэр оруулж байдаг талархал илэрхийлье!

Бусдын сайн сайхны төлөө цусаа бэлэглэдэг, хариу нэхдэггүй ачтан танд чин сэтгэлийн талархал, гүн хүндэтгэл илэрхийлж, эрүүл энх, аз жаргалыг хүсье!

ХҮМҮҮНЛЭГ ЭНЭРЭНГҮЙ САЙН ҮЙЛС ДЭЛГЭРЭХ БОЛТУГАЙ!

ЦССҮТ-ийн Захирал

Б.НАРАНТУЯА (Ph.D)

Цусны донорын Дэлхийн өдрийг тохиолдуулан Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн зарлигаар 120 буюу түүнээс дээш цус, цусны бүрэлдэхүүн хэсгээ өгсөн “Хүндэт донор” Си Ди Ар Пи Компаний Бригадын ахлах ажилтан Равжирын Чинзориг, УНТЭ-ийн Мэдээгүйжүүлэлт эрчим эмчилгээ, мэс заслын тасгийн ажилтан Жарантайн Лхамсүрэн, Синохайдр корпорайшн Монголий ХХК-ийн ХАБЭА-н сургагч багш Очирхүрээгийн Зоригт, Натул ХХК-ий Натул эмнэлгийн Их эмч Нацагдоржийн Лхажий, хувиараа хөдөлмөр эрхэлдэг Баяраагийн Мөнхбаатар нарыг эрхэм хүмүүсийг “Шударга журам” медалиар шагналаа.



Баянгол дүүрэг 60 жилийн түүхт ойгоо угтан Хүмүүнлэгийн үйлсийг дэмжиж дүүргийн нийт иргэдийн цусны донорын талаарх сурталчилгаа нөлөөллийн арга хэмжээг үе шаттай зохион байгуулж, цусны донорын эгнээг өргөжүүлэх, цус цусан бүтээгдэхүүний нөөцийг бүрдүүлэх, Дүүргийн нутаг дэвсгэрт цус цуглуулах суурин төв байгуулахад дэмжлэг үзүүлэх, Цусны донорын тэмдэглэлт өдрүүдийг хамтран зохион байгуулж донор алдаршуулах, сайн дурын, авлагагүй цусны донорын эгнээг өргөжүүлэх, цус, цусан бүтээгдэхүүний байнгын нөөцийг бүрдүүлэх, сая сая хүний эрүүл мэнд, амьдралын чанарыг дээшлүүлэх, алтан амийг аврах ариун үйлсийн төлөө тогтвортой хамтран ажиллаж ирснийг үнэлэн, “Цусны донорын Дэлхийн өдөр”-ийг тохиолдуулан Баянгол дүүргийн ИТХ, ЗДТГ-ыг **Цусны донор дүүрэг**, Дотоодын цэргийн 805 дугаар анги, Ач Анагаах Ухааны Их Сургууль, Интермед клиникийг тус тус **“Цусны донор хамт олон”**-оор шалгаруулж өргөмжлөв.





ЭМЯ-ны Тусгай мэргэжлийн тусламж үйлчилгээ хариуцсан ахлах шинжээч М.Оюунчимэг, МУЗН-ийн ерөнхий нарийн бичгийн даргын орлогч Т.Баярчимэг, ЦССҮТ-ийн Б.Нарантуяа, Баянгол дүүргийн ИТХ-ын дарга П.Өлзийнаран нар “Цусаа өгч, ИТгэл түгээе: Хамтдаа амьдрал бэлэглэе!” уриан дор болж буй Цусны донорын Дэлхийг тохиолдуулан цусны донорын сургалт сурталчилгаа, донор элсүүлэх, цус цуглуулах, нийгэм хүмүүнлэгийн арга хэмжээнд тогтмол оролцож, амжилт гаргасан Монголын донорын холбоо ТББ, Сонгино хайрхан дүүрэг, Баянзүрх, Баянгол дүүргийн Улаан Загалмайн дунд шатны хороодыг “Шилдэг донор элсүүлэгч хамт олон”-оор, HWPL Олон улсын төрийн бус байгууллага “**ХҮМҮҮНЛЭГИЙН ҮЙЛСИЙГ СУРТАЛЧЛАГЧ БАЙГУУЛЛАГА**” тус тус шалгаруулан шагнаж алдаршуулав.





Авлагагүй, сайн дурын цусны донорын үйлсийг тогтвортой дэмжиж хамтарч ажилладаг МУБИС, БТС-ийн Биеийн тамир спортын онол арга зүйн тэнхимийн ахлах багш, эмч АУ-ны доктор, дэд профессор Дамбасанжаа овогтой Цолмонтаяа “**Энэрэл алтан медаль**”, Ионголын Банк Бус Санхүүгийн Байгууллагуудын холбооны маркетингийн менежер Г.Бат-Ирээдүйг “**Нигүүлсэл алтан медаль**”, Этүгэн их сургуулийн сургалтын албаны мэргэжилтэн А. Мянган, ШУТИС-ийн Эрүүл мэндийн төвийн сувилагч Р.Цэрэндаш нарыг “**Нигүүлсэл мөнгөн медаль**”-иар тус тус шагнаж баяр хүргэлээ.





Монгол Улсын хамгийн олон буюу 220-257 удаа цус цусны бүрэлдэхүүн хэсгээ өгсөн
Топ донор Д.Эрдэнэчулуун, Д.Бум-Эрдэнэ нарт 20 жилийн баярын мэнд хүргэж Мөнгөн гүүр
эмнэлэг 500,000 төгрөгийн эрүүл мэндийн үзлэгийн эрх, ЦССҮТ гарын бэлэг гардуулж
алдаршуулсан байна.



Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төв 100 удаа цус, цусны бүрэлдэхүүн хэсгээ өгч 300 хүнд амьдрал бэлэглэсэн Т.Энхтайванд “**Мөнгөн донор**”, 70 удаа цус болон цусны бүрэлдэхүүн хэсгээ өгч 210 хүнд амьдрал бэлэглэсэн Д.Хаянхярваад “**Хүрэл донор**” цол тэмдгийг тус тус олгож гарын бэлэг өгсөн бол Мөнгөн гүүр эмнэлэг урьдчилан сэргийлэх үзлэгийн багц, гарын бэлгээр урамшуулж байгааг Маркетингийн менежер Э.Төгөлдөр, Сувилахуйн албаны дарга Б.Цогзолмаа нар гардуулж баяр хүргэлээ.



Сайн дурын, авлагагүй цусны донорын эгнээг өргөжүүлэх, цус, цусан бүтээгдэхүүний байнгын нөөцийг бүрдүүлэх, сая сая хүний эрүүл мэнд, амьдралын чанарыг дээшлүүлэх, алтан амийг аврах ариун үйлсийн төлөө тогтвортой хамтран ажиллаж ирснийг үнэлэн Ulker Mongolia байгууллага, Сүү ХК, JCI конгресс салбар байгууллагуудыг “Хүмүүнлэгийн үйлсийг дэмжигч шилдэг байгууллага” болов.



Монголын Банк Бус Санхүүгийн Байгууллагуудын холбооноос санаачлан зохион байгуулдаг “АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭЭ” аяныг уг баярыг тохиолдуулан “Онцлох арга хэмжээ”-гээр шалгаруулж алдаршуулав.



Олон жил тууштай хамтран ажилласан Бурханы сүм дэлхийн сайн мэдээний авралын зар нийгэмлэг, “WeLoveU” Олон улсын байгууллага зэрэг байгууллагын удирдлага хамт олныг 20 жилийн ойг тохиолдуулан “Талархлын эзэд”-ээр тодруулж баяр хүргэлээ.



Улсын Их Хурлын гишүүн Аюушийн Ариунзаяа, Жигжидсүрэнгийн Чинбүрэн, Нацагдоржийн Батсүмбэрэл нарын гишүүд Бусдын төлөө цусаа өгч АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭЛ дэлхийн цусны Донорын өдөр гэсэн рийл хийж цахим мэндчилгээ дэвшүүлж цусны донорын үйлс ямар чухал хэрэгцээтэй болохыг өгүүлэн цусаа бэлэглэхийг уриалсан байна.

Улсын Их Хурлын гишүүн Жигжидсүрэнгийн Чинбүрэн мэндчилгээ дэвшүүлж Монгол улсын хэмжээнд нийт 170 мянга гаруй цусны донор бүртгэгджээ. Эдгээр 170 мянган хүн нэг удаа цусаа өгөхөд өвдөж зовсон 500 гаруй мянган хүнд эрүүл мэнд, амь нас бэлэглэж байдаг юм. Донор болохоор төлөвлөж, санаанд тань яваа бол цаг алдахгүй зориглон эхлүүлэхийг уриалъя! Бусдын эрүүл мэнд, амь насыг аврахаас гадна таны амьдралын хэв маягт маш их эрүүл, эерэг нөлөө авч ирдэг юм шүү! Цусны донорууддаа дахин дахин баярлалаа, Элэг солих хагалгааг жишээлбэл таны өгсөн цусаар тэтгэн амьдруулж байдаг гэдгийг мэндчилгээндээ онцолсон юм.



2025 онд Улсын хэмжээнд 35 буюу түүнээс дээш цус, цусны бүрэлдэхүүн хэсгээ өгсөн 198 цусны донор Хүндэт донорын болзол хангасны 84 нь Нийслэлээс тодорсон байна. Урилга авч хүрэлцэн ирсэн 60 гаруй хүндэт донорт Хүндэт донорын үнэмлэх, тэмдгийг гардуулж баяр хүргэлээ.





21 настай Асылбекин Елдосыг “Хамгийн залуу Хүндэт донор”-оор онцлон алдаршуулсан бол ЦССҮТ-ийн захирал асан Эм эмнэлгийн хэрэгслийн хяналт зохицуулалтын газрын дарга АУ-ны доктор, профессор Н.Эрдэнэбаяр Хүндэт донорын хангасан нь онцлог байв. Залуу Хүндэт донор Асылбекин Елдос баярын сэтгэгдлээ хуваалцаж Залуучуудыг цусны донорын эгнээнд нэгдэхийг уриалсан юм.



Хүндэтгэлийн арга хэмжээний урлагийн мэндчилгээ:

“Цусаа өгч, Итгэл түгээе: Хамтдаа амьдрал бэлэглэе! уриан дор орон даяар нэгэн зэрэг тэмдэглэсэн Цусны донорын Дэлхийн өдрийн Хүндэтгэлийн арга хэмжээнд арга хэмжээг хамтран зохион байгуулагч Баянгол Дүүргийн Хүүхдийн морин хуурын “Аяс” чуулга оролцож Монгол Улсын Төрийн дуулал, Жалам хар аясаар арга хэмжээг эхлүүлж, Улсын дуурь бүжгийн чуулгын гоцлол дуучин МУ-ын СТА Д.Ариунболд, Баянгол дүүргийн Гэр бүл, ёслолын ордны дуучин Маралмаа, Voice-ийн шилдэг оролцогч дуучин Г.Даваадалай нарын уран бүтээлчид ая дуугаараа мэндчилгээ дэвшүүлж талархал илэрхийллээ.



3. 2025 оны Цусны донорын Дэлхийн өдрөөр хэвлэл мэдээллийн 10 гаруй байгууллага мэдээлэл бэлтгэж түгээв.

2025 оны ЦДДӨ-ийг тэмдэглэн өнгөрүүлэх хүндэтгэлийн арга хэмжээнд MYONTB, SBN TV, Монгол HD, MNB.mn, Eagle TV8, TB-9, “Өнөөдөр” сонин, News.mn, Unuudur.mn, Gogo.mn, Mnb.mn, Ikon.mn, ТУГ.мн, Newswire.mn, Montsame.mn, Sergelt.mn зэрэг 5 телевиз, 1 радио, 1 өдөр тутмын сонин, 6 мэдээллийн сайтын сэтгүүлчид хүрэлцэн хүрэлцэн ирж мэдээ бэлтгэсэн ба Төвийн захирал, Цусны чанар аюулгүй байдлын албаны дарга, дотоод аудитор, ахмад хүндэт донорын төлөөлөл, шинээр хүндэт донорын болзол хангасан донор зэрэг давхардсан тоогоор 10 гаруй төлөөлөл сайн дурын авлагагүй цусны донор үйлс, 2025 оны цусны донорын Дэлхийн өдрийн арга хэмжээний онцлогийн талаар ярилцлага өгч олон нийтэд мэдээлэл сурталчилгаа хийж цусны донорын эгнээнд нэгдэх, цус, цусан бүтээгдэхүүний байнгын нөөцийг бүрдүүлэхэд иргэд, байгууллага хамт олныг оролцохыг уриаллаа.

Төвийн веб сайт, пейж хуудас, Амьдрал бэлэглэе, Донор та баатар группээр ёслол хүндэтгэлийн арга хэмжээ болон Цусны донорын Дэлхийн өдрийн тохиолдуулан тодруулсан шилдгүүд, хүндэт доноруудыг алдаршууллаа.

№	Хэвлэл мэдээллийн хэрэгслийн нэр	Мэдээллийн хэлбэр	Мэдээлэл болон ярилцлага өгсөн хүн
Телевиз, радио			
1	MYONTB	Ярилцлага	ЦССҮТ-ийн захирал Б.Нарантуяа, Албаны дарга Э.Тунгалагтуяа
2	MYONP	Ярилцлага	ЦССҮТ-ийн албаны дарга Э.Тунгалагтуяа, Шударга журам медальт донор Ж.Лхамсүрэн
3	SBN tv	Ярилцлага	ЦССҮТ-ийн захирал Б.Нарантуяа
4	Монгол HD	Ярилцлага	ЦССҮТ-ийн захирал Б.Нарантуяа
5	Eagl tv	Ярилцлага	ЦССҮТ-ийн захирал Б.Нарантуяа
6	TB-9	Ярилцлага	Маркетинг, нийгмийн эрүүл мэндийн ажилтан Д.Дулмаа
Сонин, мэдээллийн сайт			
6	“Өнөөдөр” сонин	Мэдээ	Албаны дарга Э.Тунгалагтуяа
7	News.mn	Мэдээ	Хэвлэл мэдээллийн ажилтан Д.Лхагвадорж
8	Unuudur.mn	Мэдээ	Хэвлэл мэдээллийн ажилтан Д.Лхагвадорж
9	Gogo.mn	Мэдээ	Албаны дарга Э.Тунгалагтуяа Э.Тунгалагтуяа, Хүндэт донор Ш.Гантулга
10	Mnb.mn	Мэдээ	Албаны дарга Э.Тунгалагтуяа
11	lkon.mn	Фото мэдээ	
12	ТУГ.мн	Ярилцлага, мэдээ, сурвалжлага	ЦССҮТ-ийн дотоод аудитор Т.Алимаа Топ донор Д.Бум-Эрдэнэ, Өсвөрийн улаан загалмайчин Н.Төгөлдөр
13	Newswire.mn	Шууд дамжуулалт	Албаны дарга Э.Тунгалагтуяа Э.Тунгалагтуяа Хэвлэл мэдээллийн ажилтан Д.Лхагвадорж
14	Montsame.mn	Видео болон сайтын мэдээ	
15	Sergelt.mn	Мэдээ	Хэвлэл мэдээллийн ажилтан Д.Лхагвадорж
Цахим орчин, пейж хуудас			

16	Дотоодын цэргийн 805 дугаар анги /пейж хуудас/	Мэдээ	
17	Baganuur Ulaan Zagalmai khoroo /пейж хуудас/	Мэдээ	
18	Монголын улаанзагалмай нийгэмлэг /пейж хуудас/	Мэдээ	
19	Дорнод аймгийн улаан загалмайн хороо Dornod RED CROSS /пейж хуудас/	Мэдээ	
20	Баянгол дүүргийн Иргэдийн Төлөөлөгчдийн Хурал /пейж хуудас/	Мэдээ	
21	Монголын банк бус санхүүгийн байгууллагуудын холбоо /пейж хуудас/	Мэдээ	
22	БЗД-ийн 14 дүгээр сургуулийн ӨУЗ Бүлгэм /пейж хуудас/	Мэдээ	
23	Баянзүрх дүүргийн Улаан загалмайн Дунд шатны хороо /пейж хуудас/	Мэдээ	
24	ЦССҮТ /пейж хуудас/	Шууд дамжуулалт	Эрдэм шинжилгээ, хамтын ажиллагааны алба
25	ЦССҮТ /пейж хуудас/	Мэдээ, сурвалжлага, ярилцлага	Хэвлэл мэдээллийн ажилтан Д.Лхагвадорж

4. Цусны донорын Дэлхийн өдрөөр хийгдсэн сургалт сурталчилгааны материал

№	Нэр	Тоо	Нэгж үнэ /₮/	Нийт үнэ /₮/	Тайлбар
1.	Нугалбар зөвлөмж-1	2500	508	1,270,000	Зураг 3
2.	Нугалбар зөвлөмж-2	2500	508	1,270,000	Зураг 4
3.	Плакат АЗ	500	2223	1,111,500	Зураг 5
4.	Зөвлөмж	8000	533	4,264,000	Зураг 1
5.	Тэмдэглэлийн хуудас олшруулах, түгээх /Мемо/	500	3718	1,859,000	Зураг 2
6.	2025 оны онцлох донор алдаршуулах материал	10	300,000	3,000,000	

7.	Цусны донорын Дэлхий өдрийн сурталчилгааны хулдаасан хэвлэл /3,50*4,71,/	5	150,000	750,000	
8.	2025 оны "Цусны донор хамт олон"-ыг алдаршуулах, өргөмжлөл	3	120,000	360,000	
9.	Цусны донор байгууллагын сурталчилгааны хаяг	3	500,000	1,500,000	
10.	Монгол Улсын хамгийн олон удаа цусаа өгсөн донорыг алдаршуулах материал	2	400,000	800,000	
11.	Байгууллагын бэлэг тэмдэг Дорго бүхий шинэ донорын сурталчилгааны материал	200	16,000	3,200,000	
12.	Олон удаа цусаа өгсөн цусны байнгын донор алдаршуулалтын "Бахархал 50,40,30,20,10" тэмдэг	100	6000	600,000	
13.	Плакат, 2 төрлийн нугалбар зөвлөмж, Мемо тэмдэглэлийн хуудас, цус өгөхийн өмнөх болон дараах зөвлөмж боловсруулах, хянах зардал	1	405,000	405,000	
	Нийт			20,389,500	

Зураг 1

ЦУСАА ӨГСНИЙ ДАРААХ ЗӨВЛӨМЖ

-  Зүү хатгасан хэсэгт гарын наалт/боолтон дээрээ 5 минут дарах, наалт/боолтыг 3-4 цагийн дараа авах
-  15 минутаас багагүй хугацаанд амарч, хөнгөн зууш идэх
-  2 хоног шингэн зүйл ердийнхөөс их уух
-  Ууланд авирах, биеийн хүчний дасгал хөдөлгөөн хийхгүй байх
-  2-4 цагийн дотор тамхи татахгүй байх

ЦУСАА ӨГСНИЙ ДАРААХ ЗӨВЛӨМЖ

-  Дотор муухайрах, толгой эргэх шинж тэмдэг илэрвэл шууд доороо явган суух
-  Бүгчим орчинд удаан хугацаагаар байхгүй байх (халуун нар, саун гэх мэт)
-  Төмрөөр баялаг хоол хүнс хэрэглэх

Хэрвээ та цусаа өгсний дараа таны цус өөчтөнд сэлбэхэд аюултай байж болзошгүй шалтгаанаа хэлэхээ мартсан эсвэл тодруулах зүйл байвал ЦССҮТ-ийн 7011-2857 утсанд хандана уу?

Та судалгаанд хамрагдана уу?



Scan me

Зураг 2

ЦУСАА ӨГЧ, ИТГЭЛ ТҮГЭЭ: ХАМТДАА АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭЭ!



ЦУСАА ХААНА ӨГЧ БОЛОХ ВЭ?



БАЙНГҮРХ ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТОО:

Цус цуглуулах цагт: ДАВАА-БАЯСАНТ 08:30-13:00
ЦЭЦЭА, ТЭНТ, АНГАРЫН
Бэлтгэх цус цуглуулах төв:
Сав-Фуринг 2 дугаар дэвсгэр хоньотон
Биеийн тархит 09:00-13:00 цагт явуулагдах.

7011 2857, 9498 2857
www.donors.mn
facebook.com/цус_сайхант
facebook.com/цус_сайхант_бэлтгэх_төв
facebook.com/донор_та_баатар

Аймаг, орон нутагт:
Аймагийн ИТ-ийн Цусны сайбар төвд хандана уу.



СУХБААТАР ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТОО:

Хөдөлгөөнт хамбарлалт цус цуглуулах: ДАВАА-БАЯСАНТ



ДОНХОНГОЛГАРЫН ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТОО:

Хөдөлгөөнт хамбарлалт цус цуглуулах: ДАВАА-БАЯСАНТ

ЦУСАА ӨГЧ, ИТГЭЛ ТҮГЭЭ: ХАМТДАА АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭЭ!



Зураг 3

ЦУС, ЦУСНЫ БҮРЭЛДЭХҮҮН ХЭСЭЭ ӨГСНӨӨР ТАНД ЯМАР АЧ ХОЛБОГДОЛТОЙ ВЭ?

Нэг удаа цусаа өгснөөр 3 ХҮНД АМЬДРАЛ бэлэглэнэ.

Донорын үйлсэд нэгдэх нь сэтгэлийн хямрал, ганцаардал үүсэх эрсдэлийг бууруулж СЭТГЭЦИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДЭД ТУСТАЙ.

Цусаа тогтмол хугацаанд өгөх нь бие махбодид төмрийн хэт ачааллыг бууруулж ТӨМРИЙН ИЛҮГДЭЛ, ХОРТ ХАВДАР, ЗҮРХНИЙ ШИГДЭЭС, ТАРХИНД ЦУС ХАРВАХ ӨВЧНҮДЭЭС СЭРГИЙЛНЭ.

Нэг удаагийн цус өгөхөд хүн ойролцоогоор 650 КАЛОРИ ШАТААДАГ байна.

Хэрвээ та цусаа өгсний дараа таны цус өвчтөнд салбхад аюултай байж болохгүй шалтгаанаа хэлэхээ мартсан эсвэл тодруулах зүйл байвал ЦССУТ-ийн 7011-2857 утсанд хандана уу?

Та Цус салбарт судлалын үндэсний төвийн тусламж, үйлчилгээ үнэлэх судалгаанд хамрагдана уу?



Та уг судалгаанд хамрагдсанаар манай байгууллагын удирдлага, зохион байгуулалт, тусламж, үйлчилгээ, чанар, хүртээмжийг сайжруулахад чухал нөлөө үзүүлэх болно.

ТАНЫ ӨГСӨН ЦУС 3 ХҮНД АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭНЭ. ТА ХААНА ЦУСАА ӨГЧ БОЛОХ ВЭ?



БАЯНЗҮРХ ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТӨВ:
Улсын хоёрдугаар төв эмсэлгийн зүүн талд /хашаан дотор/



СҮХБААТАР ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТӨВ:
Улсын нэгдүгээр төв эмсэлгийн залгаа



ДҮНЖИНГАРАВ ЦУС ЦУГЛУУЛАХ ТӨВ:
Дунжингарав худалдааны төв, Нийслэлийн нэг цэгийн үйлчилгээний төвд

Цус цуглуулах цаг:
ДАВАА-БААСАН
08:30-13:00
БӨМӨА, НӨӨА: Амьдрал
Баянзүрх цус цуглуулах төв:
Сар бүрийн 2 дахь долоо хоногийн
Биеба гаригт 09:00-13:00 цагт ажиллана.
7011-2857, 9498-2857

Хавдгагчид салбарээр цус цуглуулах
ДАВАА-БААСАН

www.donor.mohs.mn
facebook.com/Цус салбарт судлалын үндэсний төв
facebook.com/Амьдрал бэлэглэе
facebook.com/Донор та баятар

Айнаг, орон нутагт
Аймгийн НЗ-ийн Цусны салбар төвд хандана уу.



Цусны Донорын Дэлхийн Өдөр
2025.06.14

ЦУСНЫ ДОНОР

17-60 нас
Эм 45кг Эр 50кг
дээш жинтэй
Өөрт ямар нэгэн зовиургүй
бол сайн дураараа цусны
донорын эгнээнд нэгдээрэй.

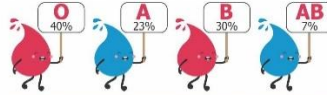
ЦУС, ЦУСНЫ БҮРЭЛДЭХҮҮН ХЭСЭГ

Цус нь хүний биеийн жингийн 6-8%-ийг (4-6 литр) эзэлнэ.



Таны цуснаас улаан эс, ялтаст эс, сийвэн гэсэн 3 төрлийн бүтэцдэхүүнийг ялган авдаг.

ТАНЫ ЦУСНЫ БҮЛЭГ АЛЬ НЬ ВЭ?



Эрхэм үйлчилүүлэгч та ЦССУТ болон ЦСТ-д цусаа өгсөн болон цусны бүлэг тодорхойлуулах үйлчилгээ авсан бол та өөрийн цусны бүлгийг мэдээллээ E-mongolia-ийн Эрүүл мэнд цэнэсээр харах боломжтой

ЦУСНЫ ДОНОРЫН ТӨРЛҮҮД

Шалгуур	Бүхэл цусны донор	Аферезийн донор	Сийвэн	Эс
Нас	17-60	18-55	18-55	18-55
Жин	Эрэгтэй: 50кг Эмэгтэй: 45кг	Эрэгтэй: 55кг Эмэгтэй: 50кг		
Өгөлт хоорондын хугацаа	Эрэгтэй: 2 сар Эмэгтэй: 3 сар	14 хоног	1 сар	1 сар
Нэг удаа авах хэмжээ	350мл 400мл	600 мл	250мл 300мл	250мл 300мл
Зарцуулах хугацаа	30 минут	40 минут		

ЦУСАА ӨГӨХДӨӨ ДАРААХ ЗҮЙЛСИЙГ АНХААРНА УУ!

- Та өөрийгөө мөн болохыг батлах
- Эм тариа 10-14 хоног хэрэглээгүй байх
- 6 цагаас дээш унтаж амрах
- Согтууруулах ундаа 3 хоног хэрэглээгүй байх
- Шингэн зүйл ердийнхөөс илүү уух
- Сүү, сүүн бүтэцдэхүүн, өөх тостой хоол, өнгөтэй ундаа, жүүс 1-2 хоног хэрэглээгүй байх

ЦУС, ЦУСНЫ БҮРЭЛДЭХҮҮН ХЭСЭГ ТОГТМОЛ ХУГАЦААНД ӨГДӨГ
ДОНОР ТАНД БАЯРЛАЛАА

ЦУСАА ӨГСНИЙ ДАРАА АНХААРАХ ЗҮЙЛС

- Гарын боолт, наалтыг 3-4 цагийн дараа авах
- Удаан хугацаагаар зогсохгүй байх
- 15 минутаас багатай хугацаанд амарч, хөнгөн зууш идэх
- Бүгчин орчинд удаан хугацаагаар байхгүй байх /халуун нар, саун г.м /
- 2 хоног шингэн зүйл ердийнхөөс их уух
- Ууланд авирах, биеийн хүчний дасгал хөдөлгөөн хийхгүй байх
- Төмрөөр баялаг хоол хүнс хэрэглэх
- Согтууруулах ундаа хэрэглэхгүй байх
- Дотор муухайрах, толгой эргэх шинж тэмдэг илэрвэл шууд доороо явган суух
- 2-4 цагийн дотор танхи татахгүй байх

ЦУС ӨГСНИЙ ДАРАА:
• Улаан эс 3-4 өдрийн дотор ясны чөмөгнөөс бүрэн нөхөгддөг.
• Сийвэн 24 цагийн дотор эзлэхүүний хувьд хэвийн болдог.
• Төмөр 6-8 долоо хоногийн дараа бүрэн нөхөгдөнө.

Зураг 4

ЦУСНЫ ДОНОРЫН ТӨРЛҮҮД

Донорын төрөл	Бүхэл цусны донор	Аферезийн донор	
		Сийвэн	Эс
Нас	17-60	18-55	18-55
Жин	Эрэгтэй: 50 кг дээш Эмэгтэй: 45 кг дээш	Эрэгтэй: 55 кг дээш Эмэгтэй: 50 кг дээш	
Өгөлт хоорондын хугацаа	Эрэгтэй: 2 сар тутамд Эмэгтэй: 3 сар тутамд	14 хоног	1 сар
Зарцуулах хугацаа	30 минут	50 минут	50 минут
Нэг удаа авах хэмжээ	350 мл 400 мл	600 мл	250-300 мл
Цус цуглуулах цаг		06 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	

ТАНЫ ӨГСӨН ЦУС 3 ХҮНД АМЬДРАЛ БЭЛЭГЛЭНЭ. ТА ХААНА ЦУСАА ӨГЧ БОЛОХ ВЭ?

Баянзүрх Цус Цуглуулах Төв:
Улсын хоёрдугаар төв эмнэлгийн зүүн талд /Хашаан дотор/

Сүхбаатар Цус Цуглуулах Төв:
Улсын нэгдүгээр төв эмнэлгийн залгаа

Дүнжингарав Цус Цуглуулах Төв:
Дүнжингарав худалдааны төв, Нийслэлийн нэг цэгийн үйлчилгээний төвд

Цус цуглуулах цаг:
ДАВАА-БАЛСАН
08:30-13:00
68МБ, НЭМ, Амарна

Баянзүрх цус цуглуулах төв:
Сар бүрийн 2 дахь долоо хоногийн Бямба гаригт 09:00-13:00 цагт ажиллана.

7011-2857, 9498-2857

www.donor.mohs.mn
facebook.com/Цус салбалт судлалын үндэсний төв
facebook.com/Амьдрал бэлэглээ
facebook.com/Донор та баатар

Айнаг, орон нутгт
Аймгийн ИЗ-ийн Цусны салбар төвд хандана уу.

ЦУСАА ӨГЧ, ИТГЭЛ ТҮГЭЗЭ:
ХАМТДАА АМЬОРАЛ БЭЛЭГЛЭЭ!

Цусны Донорын Дэлхийн Өдөр
2025.06.14

ЦУС ӨГСНӨӨР ТАНД ЯМАР АЧ ХОЛБОГДОЛТОЙ ВЭ?

ЭРҮҮЛ МЭНДЭХЭЭ ХЯНАХ БОЛОМЖТОЙ

Мэргэшсэн эмч таны судасны цогшилт, цусны даралт, биеийн температур, жин өндөр, цус багадалт /гемоглобин/, эсрэг биеийн ерөнхий үзүүлэлтийг цус өгөхийн өмнө үзэх болно.

Ингэснээр зарим өвчнийг эрт үед нь илрүүлэх, урьдчилан сэргийлэх боломжтой.

Жишээ нь: Артерийн даралт ихсэх, цус багадах г.м

ГЕМОХРОМАТОЗ /ТӨМРИЙН ИЛҮҮДЭЛ/-ЭЭС СЭРГИЙЛНЭ

Гемохроматоз /төмрийн илүүдэл/ нь удамшил, архи согтууруулах ундааны хэт хэрэглээ, цус багадалт болон зарим эмгэгийн улмаас бие махбодид төмрийн шимэгдэлт алдагдаж хуримтлал үүссэнтэй холбоотой үүсдэг эмгэг юм. Цусаа тогтмол хугацаанд өгөх нь төмрийн хэт ачааллыг бууруулах ба энэхүү өвчнөөр өвдөх эрсдэлийг бууруулдаг.

ЭЛЭГ ГЭМТЭХЭЭС СЭРГИЙЛНЭ

Цусаа тогтмол өгөх нь бие махбод дахь төмрийн хэт ачааллаас үүдэлтэй элэг, зүрхний өвчлөлийг бууруулах ач тустай. Төмрөөр баялаг хоол хүнс хэрэглэх нь хүний биед агуулагдах төмрийн түвшинг нэмэгдүүлдэг болно. Хоол хүнсээр орж ирсэн төмрийн багахан хэсгийг хэрэглээд илүүдэл төмөр зүрх, элэг, нойр булчирхайд хадгалагддаг. Энэ нь эргээд элэгний хатуурал, элэгний дутагдал, нойр булчирхайг гэмтээх, зүрхний эмгэг үүсэх эрсдэлийг нэмэгдүүлдэг байна.

КАЛОРИ ШАТААНА

Нэг удаагийн цус өгөлтөөр хүн ойролцоогоор 650 калори шатаадаг хэмээн Калифорнийн их сургуулийн эрдэмтэн судлаачид мэдээлсэн. Цусаа тогтмол бэлэглэдэг донор нь жингээ барих боломжтой боловч үүнийг ямар ч үед турах аргагээж бодох ёсгүй.

ХОРТ ХАВДРААР ӨВДӨХ ЭРСДЭЛИЙГ БУУРУУЛНА

Цусаа тогтмол хугацаанд өгснөөр хүний биед агуулагдах илүүдэл төмрийн түвшинг бууруулж, хорт хавдрын эрсдэлээс сэргийлдэг. АНУ-ын хавдрын үндэсний институтын сэтгүүлд хэвлэгдсэн судалгаагаар төмөр нь бие дэх чөлөөт радикалыг ихэсгэх ба энэ нь хавдар болон насжилтад нөлөөлдөг гэжээ. Судлаачид 4-5 жилийн турш 1200 хүнийг 2 бүлэгт хуваан даган судалсан бөгөөд 1-р бүлгийн хүмүүс жилд 2 удаа цусаа өгч бие дэх илүүдэл төмрийн агууламж нь буурч байсан бол 2-р бүлэг хүмүүс нь цус хандивлагүй жирийн хүмүүс байсан. Уг судалгааны дүнд донор бүлгийн хүмүүсийн цусан дахь төмрийн түвшин, хавдрын эрсдэл, нас баралт нөгөө бүлэг хүмүүстэй харьцуулахад бага байжээ.

ЦУС ӨГӨХ НЬ ЗҮРХНИЙ ШИГДЭСЭЭР ӨВЧЛӨХ ЭРСДЭЛИЙГ БУУРУУЛНА

Цусаа тогтмол өгөх нь зүрхний шигдээс болон тархинд цус харвах эрсдэлийг бууруулдаг. Энэ нь мөн л төмрийн илүүдэлтэй холбоотой бөгөөд илээдсэн төмрийн биеэс зайлуулах нь дээрх эмгэгээс сэргийлдэг. АНУ-ын Анагаах ухааны нийгэмлэгийн сэтгүүлд/JAMA/ нийтлэгдсэн судалгаагаар 6 сар тутам цусаа хандивлаж буй 43-61 насны хүмүүсийн дунд зүрхний шигдээс, цус харвалт бага болохыг тогтоожээ. АНУ-ын Эпидемиологийн сэтгүүлээс гаргасан судалгаанд судлаачид 2682 эрэгтэйг түрүүн аргаар сонгон 9 жилийн турш даган судалсан бөгөөд жилд 1-ээс доошгүй удаа цусаа өгсөн хүмүүс, цусаа өгөөгүй хүмүүстэй харьцуулахад зүрхний шигдээсээр өвчлөх магадлал 88% бага байжээ.

ЦУС ӨГӨХ НЬ ТАНЫ СЭТГЭЦИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДЭД ТУСТАЙ

Нэг удаагийн цус өгөлтөөр 3 хүний амийг авардаг. Цусаа өгөх нь нөгөө талаар сайн дурын ажил юм. Сайн дурын ажил эрхлэх нь сэтгэцийн эрүүл мэндэд тустай бөгөөд сэтгэцийн хямрал, ганцаардлаас үүсэх эрсдэлийг бууруулдаг гэж судлаачид дүгнэжээ. Ердийн орчноосоо гарч нийгмийн харилцаанд орж хэн нэгэнд сайн зүйл хийх нь сэтгэлд хамгийн сайн хэлбэрээр нөлөөлдөг.

ЦУС, ЦУСНЫ БҮРЭЛДЭХҮҮН ХЭСЭГ ГЭЖ ЮУ ВЭ?

Цус нь хүний биеийн жингийн **6-8%-ийг эзэлнэ**

Цуснаас үндсэн 3 төрлийн бүтээгдэхүүн ялган авна. Үүнд: **УЛААН ЭС, ЯЛТАС ЭС, СИЙВЭН**

Сийвэн нь цусны нэг хэсэг юм. Нийт цусны 54% нь сийвэнгээс тогтох бөгөөд сийвэнийн 90% нь ус, 7% нь уураг, цус бүлэгнүүлэгч хүчин зүйлс болон эрдэс, липидүүд байдаг ба алтан шаргал тунгалаг өнгөтэй.

Ялтаас нь нийт цусны 1-ээс бага хувийг эзэлнэ. Энэ эс нь цус тогтоох буюу цусны бүлэгнэлтэд чухал үүрэгтэй юм.

Нийт цусны 45%-ийг нь улаан эс эзлэх бөгөөд хүчилтөрөгчийг уушгинаас биеийн эд эс рүү дамжуулах амин чухал үүрэгтэй эс юм.

ЦУС, ЦУСАН БҮТЭЭГДЭХҮҮНИЙ ХЭРЭГЛЭЭ

Хэрэглэгч	Хэрэглээ
Мас засал	16.0%
Эрчимт эмчилгээ	27.0%
Дотор	27.1%
Төрөх эмэгтэйчүүд	9.2%
Хавдар	5.0%
Хүүхэд	2.6%
Бусад	13.1%

Зураг 5



Бусад: Хулдаасан хэвлэл



НЭГДСЭН ТАЙЛАН БИЧСЭН:

ЦССҮТ-ИЙН ЗАХИРГАА,
МАРКЕТИНГИЙН АЛБАНЫ ДАРГА

Ч.БАТБОЛД