छत्तीसगढ़ शासन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

नॉवेल कोरोना वायरस संक्रमण के संदर्भ में
'होम आइसोलेशन' हेतु मार्गदर्शिका

कोरोना वायरस के सन्दर्भ में होम आइसोलेशन की परिभाषा

कोरोना वायरस के संक्रमण से आम-जन के बचाव एवं वातावरण में विषाणु के संचरण की संभावना को रोकने के लिए कोरोना से प्रभावित देशों या संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आये व्यक्तियों का विचरण उसके घर तक सीमित करने हेतु 'होम आइसोलेशन' किया जाता है।

'होम आइसोलेशन' में क्या-क्या करना और क्या - क्या नही करना है ?

होम आइसोलेटेड व्यक्ति को क्या करना है

1. व्यक्ति एक अलग कमरे में रहे जो हवादार तथा स्वच्छ हो जहाँ संलग्न टॉयलेट एवं बाथरूम की व्यवस्था हो।
2. व्यक्ति 14 दिवस तक घर में उस निर्धारित कमरे में ही रहे।
3. व्यक्ति अपने स्वास्थ्य के सम्बन्ध में जागरूक रहे एवं लक्षण उत्पन्न होने पर तत्काल फोन पर जिला नोडल अधिकारी / मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी/ जिला सर्वेलेंस अधिकारी को सूचित करे।
4. खांसते व छींकते समय रुमाल का उपयोग करें, नियमित रूप से हाथ धोएं और ऐसे प्रयोग किये कपड़ों/रुमाल इत्यादि को साबुन/डिटर्जेंट से धोना सुनिश्चित करें।
5. अधिक मात्रा में तरल पदार्थ लेते रहना है।

कोरोना वायरस से बचने सावधानियां

हाथ धोएं | चेहरा ना छुएं | बीमार लोगों से बचें

होम आइसोलेटेड व्यक्ति को क्या नहीं करना है?

1. भीड़ वाले स्थान में ना जावें।
2. घर के साझे स्थान जैसे किचेन, हाल इत्यादि का उपयोग कम से कम करें।
3. परिवार के अन्य सदस्यों के निकट संपर्क में ना आयें।
4. बार-बार अपना चेहरा या आँखें ना छुएं।
5. घर में अतिथि या अन्य बाहरी व्यक्ति को आमंत्रित ना करें।
6. इधर उधर ना छींके ना थूकें - जहाँ तक हो सके पानी भरे बर्तन में ही थूंके जिससे छींटों से होने वाले संक्रमण की आशंका को कम से कम किया जा सके।
7. बु ुर्ग व्यक्ति, गर्भवती महिला एवं बच्चों से विशेष तौर पर दूर रहें।

होम आइसोलेटेड व्यक्ति के परिजनों को क्या करना है?

1. जहाँ तक हो सके परिवार के कम से कम व्यक्ति (संभव हो तो सिर्फ एक) ही होम आइसोलेटेड व्यक्ति की देखभाल करे। देखभाल करने वाला व्यक्ति हमेशा मास्क पहन कर ही होम आइसोलेटेड व्यक्ति के समीप जाए।
2. जहाँ तक हो सके परिवार के बाकी सदस्य अलग कमरे में रहें, यदि ऐसा नही संभव हो तो कम से कम एक मीटर की दूरी बना कर रखे।
3. होम आइसोलेटेड व्यक्ति का विचरण सीमित रखने में सहयोग करें।
4. जहाँ तक हो सके होम आइसोलेटेड व्यक्ति द्वारा घर के साझे स्थानों में विचरण न किया जाये। यदि किसी कारणवश उन स्थानों में व्यक्ति को जाना पड़ता है तो घर के जिन साझे स्थानों का उपयोग होम आइसोलेटेड व्यक्ति द्वारा भी किया जा रहा है, उनके खिड़की, रोशनदान इत्यादि खुले रखे जाएं।
5. परिवार के सभी सदस्य नियमित रूप से हाथ धोएं।
6. होम आइसोलेटेड व्यक्ति के संपर्क में आये सभी कपडे, बेडशीट, टॉवेल इत्यादि, उनके द्वारा छुए गये सतह जैसे टेबल, बेड फ्रेम इत्यादि को5% ब्लीच सोल्यूशन तथा 1% सोडियम हाइड्रोक्लोराइट के मिश्रण से तथा उनके द्वारा उपयोग किये जा रहे बाथरूम, टॉयलेट इत्यादि को नियमित रूप से कीटाणुनाशक से साफ करें।
7. आइसोलेटेड व्यक्ति में अथवा परिवार के किसी भी सदस्य में कोई भी लक्षण उत्पन्न होने पर तत्काल फोन पर जिला नोडल अधिकारी / मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी/ जिला सर्वेलेंस अधिकारी को सूचित करें।
8. यदि घर में पालतू पशु हों तो उन्हें होम आइसोलेटेड व्यक्ति से दूर रखें।

होम आइसोलेटेड व्यक्ति के परिजन क्या ना करें

1. आइसोलेटेड व्यक्ति के साथ बर्तन, कपड़े एवं बिस्तर इत्यादि साझा ना करें।
2. आइसोलेटेड व्यक्ति का मास्क एवं अन्य व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण सामग्री घर के अन्य सदस्य उपयोग ना करें।

अधिक जानकारी के लिए स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, छत्तीसगढ़ के 24X7 हेल्पलाइन नं. 104 पर कॉल करें या ई-मेल करें cgepidemic@gmail.com

HealthCgGov HealthCgGov