N1C/406/24-07-20

छत्तीसगढ़ शासन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग
मंत्रालय
महानदी भवन, अटल नगर, जिला- रायपुर

क्रमांक/782/नि.स./स./स्वा./2020/ रायपुर, दिनांक 23/07/2020

प्रति

कलेक्टर एवं जिला मजिस्ट्रेट
जिला- रायपुर (छत्तीसगढ़)

कलेक्टर, रायपुर
ADM
24 JUL 2020
कलेक्टर/अपर कले/अधीक्षक

विषय :- कोविड प्रकरणों के उपचार व्यवस्था के संबंध में दिशा-निर्देश।

---000---

आपके साथ दिनांक 23-07-2020 को State Command & Control Center, सर्किट हाउस में सम्पन्न बैठक में हुई चर्चा अनुसार दुर्ग जिला प्रशासन की भांति आपके जिले में भी जिला प्रशासन द्वारा पायलट मोड्स में कोरोना पॉजिटिव पाए गए केटेगरी C के मरीजों को होम आइसोलेट करने की अनुमति प्रदान की जा सकती है। होम आइसोलेशन हेतु अनुमति प्रदान करते समय निम्नलिखित बिन्दुओं का पालन अवश्य सुनिश्चित करें :-

1. होम आइसोलेशन हेतु मरीज के घर में अलग हवादार कमरा और अलग शौचालय होने पर ही उन्हे होम आइसोलेशन की अनुमति दी जाए।
2. इस हेतु निर्धारित प्रपत्र मे मरीज की भी अडरटेकिंग अवश्य ले ले।
3. होम आइसोलेशन की सम्पूर्ण अवधि के दौरान जिला स्वास्थ्य विभाग द्वारा इस हेतु नियुक्त स्वास्थ्यकर्मी प्रतिदिन मरीज/उनके अटेंडेंट से फोन के माध्यम से संपर्क में रहेगे – मरीज़ मे सांस लेने में कठिनाई, सीने मे लगातार दर्द या दबाव, होठ/चेहरे का नीला पड़ना, ऑल्टर्ड सेंसोरियम इत्यादि जैसे गंभीर लक्षण विकसित होने की सूचना प्राप्त होने पर उन्हें तत्काल समीपस्थ डेडिकेटेड कोविड हॉस्पिटल मे पहुँचाने की व्यवस्था जिला प्रशासन द्वारा की जाएगी।
4. होम आइसोलेशन के निर्देशो का मरीज तथा उनके परिजनों द्वारा अनुपालन सुनिश्चित करने हेतु स्थानीय स्तर पर निगरानी दलो की व्यवस्था किया जाना सुनिश्चित करे यदि मरीज़ द्वारा आइसोलेशन प्रोटोकॉल के किसी भी निर्देश की अवहेलना की जाए तो उन्हें तत्काल Covid Care Center शिफ्ट करते हुए अपनी ही अडरटेकिंग की अवहेलना करने एवं Epidemic Act के सम्बंधित प्रावधानो के उल्लंघन के अंतर्गत उन पर कार्यवाही करना भी सुनिश्चित करे।

Scanned by CamScanner

5. इस सम्बन्ध में मरीज के परिजनो और पडोसियो की भी समुचित काउन्सलिंग सुनिश्चित करे तथा आइसोलेशन की पूरी अवधि मे वे मरीज से समुचित दूरी बनाते हुए भी उनका मनोबल बनाये रखने में सहयोग करे।

उपरोक्त के सम्बन्ध मे विस्तृत दिशा निर्देश इस पत्र के साथ सलग्न कर आपकी ओर प्रेषित किये जा रहे है उनका अक्षरशः पालन सुनिश्चित करे – आपके द्वारा किये गए इस पायलट का विस्तृत अध्ययन एव मूल्यांकन Department of Preventive & Social Medicine, पडित जवाहर लाल नेहरु चिकित्सा महाविद्यालय, रायपुर द्वारा किया जायेगा – जिनकी रिपोर्ट के आधार पर ही आगे की कार्यवाही पर निर्णय लिया जाएगा।

सचिव
छत्तीसगढ शासन
स्वास्थ्य एव परिवार कल्याण विभाग

पृ. क्रमांक/783/नि.स./स./स्वा./2020/ नवा रायपुर, अटल नगर, रायपुर, दिनांक 23/07/2020

प्रतिलिपि-

1. आयुक्त, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, अटल नगर नवा रायपुर, छ. ग.।
2. संचालक, स्वास्थ्य सेवाये, छत्तीसगढ़, अटल नगर नवा रायपुर, रायपुर।
3. मिशन संचालक, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन छत्तीसगढ़, अटल नगर नवा रायपुर, रायपुर।
4. संचालक, चिकित्सा शिक्षा, रायपुर, छत्तीसगढ़।
5. अधिष्ठाता, पडित जवाहर लाल नेहरु चिकित्सा महाविद्यालय, रायपुर।
6. विभागाध्यक्ष, Department of Preventive & Social Medicine, पडित जवाहर लाल नेहरु चिकित्सा महाविद्यालय, रायपुर।
7. कार्यालयीन प्रति।

सचिव
छत्तीसगढ शासन
स्वास्थ्य एव परिवार कल्याण विभाग

Scanned by CamScanner

होम-आइसोलेशन के संदर्भ में ज़िला स्वास्थ्य विभाग हेतु दिशा-निर्देश

स्टेप 1

सर्वप्रथम ज़िला आईडीएसपी सर्विलेंस ऑफिस से स्वास्थ्य दल मरीज के घर का दौरा करेंगे। वे मरीज के स्वास्थ्य की स्थिति और होम आइसोलेशन हेतु उनके घर की उपयुक्तता की जांच करेंगे। ये सब जांच करने के बाद वे मरीज को बताएंगे कि मरीज होम- आइसोलेशन मे रह सकते है या नही।

स्टेप 2

अगर मरीज होम आइसोलेशन के लिए फिट पाए जाते है तथा उनका घर इस हेतु उपयुक्त पाया जाता है तो शीघ्रातिशीघ्र जिले के स्वास्थ्य विभाग द्वारा होम आइसोलेशन के दिशा-निर्देशो की जानकारी प्रदान करने हेतु मरीज को फोन/VC के माध्यम से प्रशिक्षित किया जायेगा तथा होम आइसोलेशन के सम्पूर्ण दिशा-निर्देशो के बारे मे जानकारी प्रदान की जाएगी। फ़ोन के माध्यम से होम आइसोलेटेड मरीजों के स्वास्थ्य की स्थिति का सतत आकलन करने हेतु विशेष रूप से नियुक्त स्वास्थ्य कर्मी द्वारा अगले 17 दिनो तक मरीज को हर दिन कॉल करके उनके स्वास्थ्य की निगरानी की जाएगी।

स्टेप 3

होम आइसोलेशन के 17 दिनों के बाद - अगर मरीज को आखिरी 10 दिनो मे बुखार या कोई अन्य लक्षण नही है तो उसकी जानकारी स्वास्थ्य दल द्वारा संबंधित चिकित्सक को प्रदाय किया जाना है- जिसके उपरान्त चिकित्सक द्वारा होम-आइसोलेशन खत्म करने अथवा नही करने के सबंध में निर्णय लिया जायेगा

होम-आइसोलेशन की प्रक्रिया के पूर्व निम्न तैयारी का अवश्य ध्यान रखें :

- कोरोना संक्रमित मरीज़ को रखने हेतु घर में अलग हवादार कमरा और अलग शौचालय (टॉयलेट) होना अनिवार्य है। यदि मरीज़ के घर में अलग कमरा या शौचालय न हो, तो मरीज़ के लिए 'कोविड केयर सेंटर' मे व्यवस्था सुनिश्चित की जाएगी।
- जिले के द्वारा नियुक्त स्वास्थ्य दल मरीज के स्वास्थ्य की निगरानी के लिए प्रतिदिन मरीज/अटेंडेंट को कॉल करेंगे।
- मरीज की 24 घंटे देखभाल के लिए उनके घर मे एक अटेंडेंट (देखभाल करने वाला) का होना बेहद जरुरी है।
- यदि मरीज के परिवार का कोई सदस्य बुजुर्ग हैं, जिनकी उम्र 55 साल से अधिक हो, घर में कोई गर्भवती हो या फिर किसी गंभीर बीमारी जैसे कैंसर, अस्थमा, सांस की बीमारी, डायिबटीज, बीपी, हृदय रोग, गुर्दे की बीमारी आदि से पीडित कोई सदस्य हो, तो उन्हें मरीज़ के ठीक होने तक मरीज़ से दूर रहने कि सलाह दें संभव हो तो किसी रिश्तेदार या जानकार के घर पर ठहराने की व्यवस्था करने हेतु मरीज़ के परिवार को सलाह दें क्योंकि कोरोना संक्रमण इन वल्नरेबल समूहो के लिए खतरनाक हो सकता है।
- मरीज की देखभाल कर रहे अटेंडेंट तथा परिवार के सदस्यों को चिकित्सकीय सलाह अनुसार हाइड्रोक्सीक्लोरोक्वीन की प्रोफाइलेक्टिक डोज प्रोटोकॉल के अनुसार तत्काल दी जाये।
- मरीज के द्वारा आइसोलेशन के नियमो का पालन करने हेतु अंडरटेकिंग भरा जाना सुनिश्चित करे साथ ही साथ मरीज तथा अटेंडेंट द्वारा होम-आइसोलेशन के दिशा-निर्देशो का पालन भी सुनिश्चित करे

Scanned by CamScanner

होम-आइसोलेशन कर रहे मरीज़ के लिए आवश्यक निर्देश

- सबसे पहले अपने मोबाइल फोन पर 'आरोग्य सेतु ऐप' डाउनलोड करे और 24 घंटे ऐप पर नोटिफिकेशन और लोकेशन ट्रैकिंग (जी.पी.एस. ट्रैकिंग) को ऑन रखे।
- किसी भी स्थिति मे मरीज आइसोलेशन अवधि के दौरान अपने घर से बाहर नही निकलेंगे तथा मरीज के द्वारा आइसोलेशन के नियमो का पालन करने हेतु अंडरटेकिंग भी भरी जानी है।
- जिले के स्वास्थ्य दल द्वारा प्रतिदिन मरीज़/अटेंडेंट को कॉल किया जायेगा - मरीज/अटेंडेंट को उनके सारे कॉल उठाना है और उन्हें प्रतिदिन मरीज़ की क्लिनिकल स्थिति की सही जानकारी देना है।
- मरीज़ हमेशा ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क पहन कर रहें तथा 8 घंटे तक उपयोग के बाद मास्क को फेंक दें। यदि मास्क गीला या गन्दा हो जाता है, तो इसे वे तुरंत बदल दें। निपटान के पूर्व मास्क पर 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट सल्यूशन का छिड़काव करें और इस तरह कीटाणु रहित करने के बाद ही मास्क एक बंद कूड़े दान में फेंकें।
- 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट सल्यूशन बनाने के लिए बाजार मे मिल रहे सोडियम हाइपोक्लोराइट ब्लीच (जिसमें 5% क्लोरीन हो) या ब्लीचिंग पाउडर (जिसमे 30% क्लोरीन हो) का प्रयोग किया जा सकता है - 1 लीटर घोल बनाने के लिए 200 मिली सोडियम हाइपोक्लोराइट ब्लीच को 800 लीटर पानी में मिलाकर या 33 ग्राम ब्लीचिंग पाउडर को 1 लीटर पानी में मिलाकर ये साल्यूशन आसानी से घर पर बनाया जा सकता है | ये साल्यूशन का प्रयोग करते वक्त निम्न दिए गए बातों का ध्यान देना होगा:
    - इसका इस्तेमाल करते समय ग्लव्स और मास्क पहनें।
    - इस साल्यूशन का इस्तेमाल करके घर की सफाई जैसे पोंछा लगा सकते है। इसका प्रयोग अक्सर छुए जाने वाले सतह जैसे स्विच बोर्ड, खिडिकयां, चेयर, डाइनिंग टेबल, अलमारी इत्यादि को साफ करने के लिए भी कर सकते हैं।
    - इस साल्यूशन का प्रयोग करके शौचालय की सफाई भी की जा सकती है।
    - इस साल्यूशन का इस्तेमाल किसी भी मटैलिक सतह जैसे सिक्यूरिटी लॉक, दरवाजे के हैंडल इत्यादि पर न किया जाये इससे जंग लग सकता है। इन सतहो को साफ करने के लिए सैनिटाइजर का प्रयोग कर सकते हैं।
- मरीज़ होम-आइसोलेशन के दौरान अपने कमरे मे ही रहें, घर के अन्य कमरों मे न जाए। दरवाजे खिड़कियाँ, टेबल जैसी चीजों को छूने से बचें। ऐसा नहीं करने पर मरीज़ घर के अन्य सदस्यों को भी कोरोना से संक्रमित कर सकते हैं।
- मरीज़ केवल अपने लिए चिन्हित शौचालय का ही प्रयोग करें।
- मरीज ज्यादा से ज़्यादा आराम करें। किसी भी स्थिति में शरीर मे पानी की कमी न होने दें। हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए जरुरी है कि तरल पदार्थ जैसे सूप, पानी, जूस इत्यादि पीते रहें।
- प्रतिदिन तीन बार कम कार्बोहाइड्रेट, उच्च प्रोटीन युक्त आहार, सब्जी और फलो का सेवन करें।
- मरीज़ हमेशा मास्क, रुमाल या अपनी कोहनी ढँक कर ही खांसे या छींके।
- मरीज़ अपने हाथों को साबुन और पानी से कम से कम 40 सेकंड तक धोए या अल्कोहल युक्त सैनिटाइजर से साफ करें।

Scanned by CamScanner

- मरीज घर के अन्य लोगों के साथ व्यक्तिगत वस्तु जैसे- बर्तन, तौलिए आदि को साझा न करें।
- मरीज अपने कमरे मे वह चीजें, जिन्हे बार-बार छुआ जाता है, जैसे टेबल, दरवाजे का हैंडल, मोबाइल फोन, कम्प्यूटर, रिमोट, इत्यादि को साफ रखें। उन्हें 1% हाइपोक्लोराइट सल्यूशन या सैनिटाइजर का उपयोग करके साफ करें।
- डॉक्टर के निर्देशो का पालन करे। दवाइयां नियमित लेते रहें। यदि मरीज़ अन्य बीमारी की दवाइयां लेते हैं, तो डॉक्टर की सलाह जरूर लें।
- मरीज़ अपने स्वास्थ्य की स्वयं निगरानी करते रहे । प्रतिदिन तापमान में बढ़ोत्तरी या अन्य लक्षणों के दिखने पर तत्काल जिले के स्वास्थ्य दल को सूचित करें। (प्रपत्र संलग्न)
- मरीज आइसोलेशन के दौरान किसी भी प्रकार का नशा, शराब अथवा धूम्रपान ना करें।

मरीज़ द्वारा अपने स्वास्थ्य की सतत निगरानी की जानी है

- दिन में दो बार (सुबह और रात) या कभी भी मरीज़ को बुख़ार महसूस होता है तो मरीज़ अपना स्वास्थ्य परीक्षण ज़रूर करें।
- मरीज़ थर्मामीटर से अपना तापमान लें। आश्रित मरीज़ों के मामले में, अटेंडेंट तापमान चेक कर सकते हैं। तापमान जांचने से पहले और बाद में मास्क और डिस्पोज़ेबल ग्लव्स का प्रयोग करें और हाथ धोएं।
- मरीज़ प्रतिदिन अपनी पल्स दिन में 2 बार एक मिनट के लिए जाँचें। जाँच के बाद तापमान, पल्स रेट और कोई अन्य लक्षण को - मरीज़ द्वारा सलग्न प्रपत्र पर समय और तारीख के साथ नोट किया जाना है तथा चेक-अप के लिए आने वाले रोजाना फोन कॉल पर स्वास्थ्य दल को बताया जाना है ।
- अगर मरीज़ का तापमान 100°F (37.8°C) से ज्यादा हो या पल्स 100 बीट्स प्रति मिनट से अधिक हो, तो तुरंत स्वास्थ्य दल से संपर्क करें।
- बुखार के अलावा, COVID-19 के नीचे दिए गए लक्षणों के लिए मरीज़ एवं उनके अटेंडेंट पूर्णतः सतर्क रहें, क्योंकि इन संकेतों के मिलते ही डॉक्टर की सलाह पर मरीज़ को तुरंत अस्पताल ले जाना पड़ सकता है:
    - सांस लेने में कठिनाई।
    - छाती में लगातार दर्द या दबाव।
    - होंठों / चेहरे का नीला पड़ जाना।
    - ऑल्टर्ड सेंसोरियम

<u>यदि मरीज़ में ऊपर बताए गए लक्षण दिखें तो अटेंडेंट/मरीज़ के परिजन फ़ोन पर स्वास्थ्य दल से तुरंत संपर्क करें।</u>

Scanned by CamScanner

होम-आइसोलेशन में मरीज़ के अटेंडेंट के लिए जरूरी निर्देश

- मरीज़ के अटेंडेंट का स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए और उस की उम्र 24 से 50 वर्ष के बीच होनी चाहिए। उन्हें न तो डायबीटीज, बीपी, हृदय रोग, अस्थमा, फेफडो या लीवर रोग जैसी कोई बीमारी ना हो और न ही वे इम्यूनोकंप्रोमाइज्ड, गर्भवती या कैंसर पीड़ित हों।
- मरीज के अटेंडेंट को हमेशा फोन के माध्यम से ज़िले द्वारा नियुक्त स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के संपर्क में रहना होगा।
- मरीज़ के संपर्क मे आने के पूर्व से ही अटेंडेंट ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क का प्रयोग अवश्य करे। उपयोग के दौरान मास्क के सामने वाले भाग को छुआ नहीं जाना चाहिए। यदि मास्क गीला या गंदा हो जाता है तो उसे तुरंत बदल लें। उपयोग करने के बाद मास्क को पीछे से खोलने और ऊपर बताई गई प्रक्रिया के मुताबिक डिसइन्फेक्ट करने हेतु अटेंडेंट को निर्देशित करें। प्रयोग के बाद मास्क को हमेशा बंद कूड़े दान में ही फेंके। मास्क को फेंकने के बाद अपने हाथों को अच्छी तरह से धो ले।
- बिना हाथ धोए अपने चेहरे, नाक या मुंह को न छुए।
- अटेंडेंट को मरीज़ या मरीज़ के वातावरण के संपर्क में आने के बाद हाथों को अच्छे से धोना है। शौचालय जाने से पहले और बाद में, खाना बनाने से पहले और बाद मे अपने हाथों को अच्छे से धोना है व स्वच्छ रखना है। ध्यान रहे कि हाथों को साबुन और पानी से कम से कम 40 सेकंड तक धोना है। अल्कोहल युक्त सैनिटाइजर का उपयोग भी कर सकते हैं।
- हाथ धोने के बाद पेपर टॉवल या टिश्यू से हाथों को पोछें। यदि पेपर टॉवल उपलब्ध ना हो, तो अपने लिए सुनिश्चित साफ तौलिये का उपयोग करें और जब तौलिया गीला हो जाए, तो उसे बदल दे।
- अटेंडेंट को हमेशा मास्क और डिस्पोजेबल ग्लव्स पहनने हेतु और मरीज़ के देखभाल करते वक्त एक प्लास्टिक एप्रन का उपयोग करने हेतु निर्देशित करें। साथ ही एप्रन को हमेशा साफ रखने और सोडियम हाइपोक्लोराइट सल्यूशन से साफ करने हेतु निर्देशित करें।
- अटेंडेंट को मरीज़ के थूक, लार या छींक के सीधे संपर्क में आने से बचने हेतु निर्देशित करें। अटेंडेंट मरीज़ को संभालते समय डिस्पोज़ेबल ग्लव्स का उपयोग करें। ग्लव्स पहनने से पहले और उतारने के बाद अटेंडेंट हाथों को ज़रूर धोएं।
- कोरोना संक्रमित व्यक्ति द्वारा उपयोग की गई वस्तुओं (जैसे बर्तन, तौलिया या बेडशीट) के सीधे संपर्क में आने से अटेंडेंट बचें।
- मरीज द्वारा उपयोग किये जाने वाले वस्तु जैसे कपड़े, तौलिए, बेडशीट की सफाई या हैंडलिंग करते समय अटेंडेंट ट्रिपल-लेयर मेडिकल मास्क और डिस्पोजेबल ग्लव्स का उपयोग करे। साथ ही उन्हें मरीज़ के कपड़े, बिस्तर, लिनेन, स्नान और हाथ के तौलिए को अलग करने और 60-90 डिग्री सेल्सियस (140-194° फारेनहाइट) गर्म पानी व डिटर्जेंट से धोने और धूप मे अच्छे से सुखाने हेतु निर्देशित करें।
- मरीज़ को भोजन उनके कमरे के बाहर से ही प्रदाय किया जाये। खाना एक स्टूल या टेबल पर रख दिया जाना चाहिए। अटेंडेंट को निर्देशित करें कि वे भोजन देते समय मरीज के सीधे संपर्क मे नही आए और हमेशा उनके प्लेट, चम्मच और बर्तनों को संभालते समय डिस्पोज़ेबल ग्लव्स का उपयोग करे।

Scanned by CamScanner

- मरीज द्वारा उपयोग किये जाने वाले बर्तनों को साबुन या डिटर्जेंट से साफ किया जाना है और उन्हे साफ करते वक्त डिस्पोजेबल ग्लव्स पहनने हेतु संबंधित को निर्देशित करें। बर्तनो को पूरी सफाई के बाद फिर से उपयोग किया जा सकता है।
- मरीज के कमरे, बाथरुम और शौचालय की सतहों को रोजाना कम से कम एक बार साफ और कीटाणु रहित करना आवश्यक है। सफाई के लिए पहले घरेलू साबुन या डिटर्जेंट का उपयोग, इसके बाद 1% हाइपोक्लोराइट सल्यूशन से डिसइन्फेक्शन किया जाना है।
- अटेंडेंट सुनिश्चित करें कि मरीज निर्धारित उपचार का पालन करते रहे।
- अटेंडेंट और मरीज़ के संपर्क में रहने वालों द्वारा प्रतिदिन शरीर के तापमान के साथ अपने स्वास्थ्य की निगरानी किया जाना अनिवार्य है। अगर वे कोरोना के किसी भी लक्षण (बुखार/ जुकाम/ खांसी/ सांस लेने में कठिनाई) को पाते हैं, तो इसकी सूचना तुरत फोन पर स्वास्थ्य दल को दें।
- होम-आइसोलेशन के पहले दिन से मरीज़ के ठीक होने तक यह कोशिश की जाये कि घर का कोई सदस्य अनावश्यक घर से बाहर ना निकले। परिवार के सदस्य अपने रिश्तेदारों, दोस्तों या पडोसियों से अनुरोध करें कि वे उनकी जरुरत की चीजों जैसे- दूध, सब्जी, फल इत्यादि की खरीदारी कर उनके दरवाजे पर रख दें अथवा परिवार के सदस्य होम डिलीवरी के माध्यम से आवश्यक सामान खरीदें।

सबसे आवश्यक– **ज़िला स्वास्थ्य दल सतत काउंसलिंग के माध्यम से यह सुनिश्चित करें कि होम-आइसोलेशन की प्रक्रिया में सभी परिजनों द्वारा मरीज़ से दूरी अवश्य बनाकर रखी जाये , परन्तु पूरी अवधि में वे सभी परिजन मरीज़ के भावनात्मक संबल बन उनका मनोबल बढ़ाते रहें।**

इस हेतु परिवार के सदस्य, रिश्तेदार और दोस्त- मरीज़ से दूरी बनाकर रखते हुए भी-

- फोन व विडियो कॉल के माध्यम से मरीज़ के संपर्क में रहें ।
- मरीज की आवश्यकताओं पर ध्यान दें
- मरीज़ को अपने पसंदीदा किताबें पढ़ने, टेलीविजन शो, फ़िल्में देखने इत्यादि के लिए प्रेरित करे

Scanned by CamScanner

कोरोना मरीज़ के पड़ोसियों के लिए सुझाव

अगर किसी की बिल्डिंग में कोई कोरोना मरीज़ होम-आइसोलेशन में है, तो वे घबराएं नहीं। पड़ोसियों को कुछ सावधानियां बरतनी हैं, जिससे वह अपने और अपने परिवार को कोरोना से सुरक्षित रख सकते हैं।

- पड़ोसी यह सुनिश्चित करें कि बिल्डिंग के कॉमन एरिया जैसे लिफ्ट या सीढ़ियाँ, रेलिंग, स्विच बोर्ड प्रतिदिन दो बार 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट साल्यूशन से सैनिटायज हो।
- अक्सर छुए जाने वाली जगहें जैसे सीढ़ियों की रेलिंग या लिफ्ट के बटन, इत्यादि पर वे खास ध्यान दें और उन्हें सीधे छूने की जगह रुमाल इत्यादि का उपयोग करें।
- जब तक मरीज ठीक ना हों, तब तक वे उनकी मदद करें - उनकी जरूरत का सामान जैसे कि दवाइयाँ, राशन, सब्जी इत्यादि उनके घर के दरवाज़े के बाहर रख दें। पैसे का लेन-देन डिजिटल पेमेंट्स द्वारा या मरीज़ के ठीक होने के बाद किया जा सकता है
- पड़ोस में कोई होम-आइसोलेशन में है, तो वे समय-समय पर उनसे फ़ोन पर बात करते रहे और उनका मनोबल बढ़ायें। साथ ही, वे मरीज़ के परिवार की हर संभव सहायता करें।
- वे यह अवश्य ध्यान रखें कि हर समय मरीज से उचित दूरी बना के रखे। खासकर बच्चे, बुजुर्ग और गर्भवती महिलाओं को दूर रखें।
- **याद रहे, लड़ाई बीमारी से है, बीमार से नहीं।** अतः ये सुनिश्चित करें कि मरीज के घर के आस पास रहने वाले कोई भी - व्यक्ति मरीज या उसके परिवार को किसी भी प्रकार की कोई परेशानी न पहुँचाएं।
- **यदि मरीज़ होम-आइसोलेशन के नियमों का पालन नहीं कर रहा है अथवा उससे संबंधित किसी भी अन्य तरह की सहायता के लिए छत्तीसगढ शासन की हेल्पलाइन सेवा 104 पर कॉल कर तत्काल सूचित करें।**

ज़िला प्रशासन हेतु निर्देश

- संबंधित ज़िला प्रशासन एवं पुलिस प्रशासन यह सुनिश्चित करेंगे कि मरीज़ किसी भी स्थिति में अपने घर से बाहर न निकलें। मरीज़ के घर से बाहर निकलने तथा बाहर घूमते पाए जाने पर समस्त जिम्मेदारी ज़िला प्रशासन की होगी।
- ज़िला प्रशासन द्वारा होम आइसोलेटेड मरीज़ों की स्थिति की समीक्षा प्रतिदिन की जाएगी। उक्त समीक्षा हेतु बैठक/ WhatsApp Group इत्यादि के माध्यम से किया जाना सुनिश्चित करेंगे।
- जिला स्तर से गूगल डॉक् (Google Docs) विकसित कर मरीज़ो से संबंधित समस्त जानकारी/ स्थिति प्रतिदिन अद्यतन किया जायेगा तथा आवश्यकता पडने पर राज्य स्तर को तत्काल उपलब्ध कराया जायेगा।
- होम आइसोलेशन के प्रभाव की समीक्षा हेतु PSM विभाग, पं. जवाहर लाल नेहरु मेडिकल कॉलेज रायपुर द्वारा मूल्यांकन किया जायेगा। उक्त मूल्यांकन में जिला प्रशासन/ पुलिस प्रशासन आवश्यक समन्वय तथा सहयोग प्रदान करेंगे।

Scanned by CamScanner

होम आइसोलेशन के संदर्भ में मरीज़ द्वारा दी जाने वाली अंडरटेकिंग का प्रपत्र

Patient's Undertaking

मैं .....

पिता/पति .....

निवासी.....

को COVID-19 के पॉजिटिव प्रकरण के रूप में उपचारित किया जा रहा है। मैं अपनी स्वेच्छा से होम आइसोलेशन की निर्धारित अवधि के दौरान हर समय आइसोलेशन के नियमों का पालन करूँगा/करूँगी। इस दौरान मैं अपने तथा परिवार के स्वास्थ्य की निगरानी करूंगा/करूँगी साथ ही साथ जिले के स्वास्थ्य दल को अपने तथा परिवार के स्वास्थ्य की अद्यतन स्थिति से अवगत कराते रहूँगा/रहूँगी।

यदि मेरे अथवा परिवार के किसी भी सदस्य में COVID-19 के अनुरूप कोई भी लक्षण उत्पन्न होते है तो भी इसकी सूचना तत्काल ज़िले के स्वास्थ्य दल को प्रदान करूँगा/करूँगी।

मुझे स्वास्थ्य दल द्वारा आइसोलेशन अवधि में रखी जाने वाली सावधानियों के बारे में विस्तार से बताया गया है, जिनका मुझे उक्त अवधि में पालन करना आवश्यक है।

मैं आइसोलेशन प्रोटोकॉल के किसी भी निर्देश के अनुपालन नहीं करने/अवहेलना करने की स्थिति में निर्धारित कानून के तहत कार्यवाही के लिए मैं स्वयं उत्तरदायी रहूंगा/रहूंगी।

हस्ताक्षर .....

दिनाक .....

मोबाइल नंबर .....

Scanned by CamScanner

सलग्नक- 2

मरीज़ द्वारा स्व-परीक्षण प्रपत्र

उक्त प्रपत्र को प्रतिदिन मरीज अथवा अटेंडेंट द्वारा भरा जायेगा और जिले के स्वास्थ्य दल द्वारा प्रतिदिन उनके फोन आने पर अवगत कराया जायेगा।

	पल्स रेट		तापमान (बुखार)		टिप्पणी
दिन	सुबह	शाम	सुबह	शाम	(यदि कोई हो तो)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					

Scanned by CamScanner