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

क्रमांक/ 799 /निस/स/2020 रायपुर, दिनांक 31/07/2020

प्रति,

कलेक्टर एवं जिला मजिस्ट्रेट
जिला– समस्त (छत्तीसगढ़)

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

---000---

आपके जिले में संलग्न तालिका में दी गई संख्या अनुसार जिला प्रशासन द्वारा पायलट मॉडल में कोरोना पॉजिटिव पाए गए केटेगरी C (लक्षण रहित) के मरीजों को होम आइसोलेट करने की अनुमति प्रदान की जा सकती है । होम आइसोलेशन के पायलट प्रोजेक्ट के दौरान जिला प्रशासन के उत्तरदायित्व एवं मरीज हेतु शर्तें निम्नानुसार होंगी :–

A. जिला प्रशासन के उत्तरदायित्व

1. पायलट प्रोजेक्ट के दौरान होम आइसोलेशन में रह रहे समस्त मरीजों की निगरानी एवं सम्पूर्ण समन्वय हेतु जिला स्तर पर 24X7 कॉल सेंटर एवं कण्ट्रोल रूम की स्थापना की जाएगी ।
2. होम आइसोलेशन की अनुमति देने के पूर्व जिले के दल द्वारा सम्बंधित मरीज के घर का निरीक्षण किया जायेगा। होम आइसोलेशन हेतु मरीज का घर 3BHK होने पर तथा मरीज के लिए घर में अलग हवादार कमरा और अलग शौचालय होने पर ही उन्हें होम आइसोलेशन की अनुमति दी जाए ।
3. किसी भी स्थिति में गंभीर बीमारी जैसे– ह्रदय रोग, कैंसर, किडनी के गंभीर रोग इत्यादि से ग्रसित मरीज अथवा अकेले रह रहे मरीज को होम आइसोलेशन की पात्रता नहीं होगी, क्योंकि स्वास्थ्य में गिरावट आने पर उन्हें तत्काल अस्पताल पहुँचाया जाना कठिन होगा ।
4. प्रत्येक होम आइसोलेटेड मरीज के घर के बाहर लाल रंग का स्टीकर निर्धारित प्रारूप में अवश्य चस्पा किया जाये ।
5. जिन मरीजों को होम आइसोलेशन की अनुमति प्रदान की जावेगी उनसे निर्धारित प्रपत्र में अंडरटेकिंग अवश्य ले लें ।
6. होम आइसोलेशन की सम्पूर्ण अवधि के दौरान जिला स्वास्थ्य विभाग द्वारा इस हेतु नियुक्त स्वास्थ्यकर्मी प्रतिदिन चिकित्सकों/उनके अटेंडेंट से फोन के माध्यम से संपर्क में रहेंगे। मरीज में सांस लेने में कठिनाई, सीने में लगातार दर्द या दबाव, होंठ/चेहरे का नीला पड़ना, ऑल्टर्ड सेंसोरियम इत्यादि जैसे गंभीर लक्षण विकसित होने की सूचना प्राप्त होने पर उन्हें तत्काल समीपस्थ डेडिकेटेड कोविड हॉस्पिटल में पहुँचाने की व्यवस्था जिला प्रशासन द्वारा की जाएगी ।

7. जिले द्वारा ऐसे सभी मरीजों को जिनमें गंभीर लक्षण विकसित होने की सूचना प्राप्त होती है उन्हें तत्काल अस्पताल भेजने हेतु आवश्यक समन्वय करने के लिए एक रैपिड एक्शन टीम का गठन किया जायेगा ।

8. होम आइसोलेशन के निर्देशों का मरीज तथा उनके परिजनों द्वारा अनुपालन सुनिश्चित करने हेतु स्थानीय स्तर पर निगरानी दलों की व्यवस्था किया जाना सुनिश्चित करें ।

9. यदि मरीजों द्वारा आइसोलेशन प्रोटोकॉल के किसी भी निर्देश की अवहेलना की जाए तो उन्हें तत्काल Covid Care Center शिफ्ट करते हुए अपनी ही अंडरटेकिंग की अवहेलना करने एवं Epidemic Act के सम्बंधित प्रावधानों के उल्लंघन के अंतर्गत उन पर कार्यवाही करना भी सुनिश्चित करें ।

10. इस संबंध में मरीज के परिजनों और पड़ोसियों की भी समुचित काउंसलिंग सुनिश्चित करें ताकि आइसोलेशन की पूरी अवधि में वे मरीज से समुचित दूरी बनाते हुए भी उनका मनोबल बनाये रखने में सहयोग करें ।

11. होम आइसोलेशन में रह रहे मरीज के परिजन भी घर से बाहर नहीं जायेंगे तथा दैनिक वस्तुओं की उपलब्धता आवश्यकतानुसार सुनिश्चित किये जाने हेतु आवश्यक प्रबंध करें ।

12. होम आइसोलेशन किये जाने वाले मरीजों की समस्त सूचनाएं यथा नाम, पता, संपर्क, होम आइसोलेशन की तिथि इत्यादि की समस्त जानकारी वार्ड/पंचायत कार्यालय में उपलब्ध होनी चाहिए ।

13. होम आइसोलेटेड मरीज के घर के घरेलू अपशिष्ट का संग्रहण एवं समुचित प्रबंधन जिला प्रशासन के माध्यम से किया जायेगा ।

14. जिला प्रशासन द्वारा होम आइसोलेटेड मरीजों से संबंधित समस्त जानकारी प्रतिदिन राज्य की आईडीएसपी शाखा को उपलब्ध कराई जाएगी ।

B. होम आइसोलेटेड मरीज हेतु आवश्यक शर्तें

1. सभी मरीजों को निर्धारित प्रपत्र में अनिवार्यतः अंडरटेकिंग देनी होगी । अंडरटेकिंग की अवहलेना अथवा Epidemic Act के संबंधित प्रावधानों के उल्लंघन की स्थिति में निर्धारित कानून के तहत मरीज पर कार्यवाही की जा सकेगी ।

2. मरीज एवं उनके परिजन किसी भी परिस्थिति में अपने घर से बाहर नहीं निकलेंगे और न ही बाहर से कोई परिजन, मित्र इत्यादि उनसे मिलने आ सकेगा ।

3. जिन मरीजो को होम आइसोलेशन की अनुमति प्रदान की जावेगी उनके घर में घरेलू कार्य में बाहर से सहायता हेतु किसी भी नौकर, माली, बाई, ड्राईवर, गार्ड इत्यादि का प्रवेश पूर्णतः वर्जित रहेगा ।

4. मरीज अपने लिए थर्मामीटर एवं पल्स ऑक्सीमीटर की व्यवस्था पूर्व से सुनिश्चित कर लें । दिए गए प्रपत्र अनुसार मरीज को अपने स्वास्थ्य की सतत निगरानी करनी है तथा वे जिला स्वास्थ्य दल को अपने और अपने परिवार के स्वास्थ्य की अद्यतन स्थिति से अवगत कराते रहेंगे ।

5. मरीज अपने किसी परिचित डाक्टर का नाम उपलब्ध करायें जो उस मरीज की स्वास्थ्य की नियमित मॉनीटरिंग करें एवं उस मरीज की स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक

विवरण निर्धारित प्रपत्र में दर्ज करेगा। संलग्न प्रपत्र में डाक्टर की सहमति उपलब्ध करायेगा।

6. सांस लेने में कठिनाई, सीने में लगातार दर्द या दबाव, होंठ/ चेहरे का नीला पड़ना, ऑल्टर्ड सेंसोरियम इत्यादि जैसे किसी भी गंभीर लक्षण विकसित होने की दशा में मरीज तत्काल जिला कण्ट्रोल रूम/जिला स्वास्थ्य विभाग को सूचित करेंगे

उपरोक्त के संबंध में विस्तृत दिशा निर्देश इस पत्र के साथ संलग्न कर आपकी ओर प्रेषित किये जा रहे हैं उनका अक्षरशः पालन सुनिश्चित करें । आपके होम आइसोलेशन के पायलट प्रोजेक्ट का विस्तृत अध्ययन एवं मूल्यांकन Department of Preventive & Social Medicine संबंधित शासकीय मेडिकल कॉलेज द्वारा किया जायेगा, जिनकी रिपोर्ट के आधार पर ही आगे की कार्यवाही पर निर्णय लिया जाएगा ।

संलग्न–

1. पायलट हेतु जिलेवार मरीजों की निर्धारित संख्या ।
2. होम आइसोलेशन हेतु विस्तृत दिशा–निर्देश ।

(निहारिका बारिक सिंह)
सचिव
छत्तीसगढ़ शासन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

पृ. क्रमांक/ 800 /निस/स/2020, नवा रायपुर, दिनांक 31/07/2020

प्रतिलिपि :–

1. अपर मुख्य सचिव, मुख्यमंत्री सचिवालय, मंत्रालय, अटल नगर नवा रायपुर।
2. विशेष सहायक, मान. मंत्रीजी, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, रायपुर।
3. अपर मुख्य सचिव, छ0ग0 शासन, चिकित्सा शिक्षा विभाग, रायपुर।
4. आयुक्त/संचालक, स्वास्थ्य सेवायें, छत्तीसगढ़।
5. मिशन संचालक, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, छत्तीसगढ़।
6. समस्त मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, छत्तीसगढ़।

को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु।

सचिव
छत्तीसगढ़ शासन
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

Sr.	Districts	No. of Patients for whom Home Isolation can be allowed on fulfillment of given conditions
1	Balod	10
2	Baloda Bazar	10
3	Balrampur	5
4	Bastar	10
5	Bemetara	10
6	Bijapur	5
7	Bilaspur	20
8	Dantewada	5
9	Dhamtari	10
10	Durg	20
11	GPM	5
12	Gariyaband	10
13	Janjgir Champa	10
14	Jashpur	5
15	Kanker	5
16	Kawardha	10
17	Kondagaon	5
18	Korba	10
19	Koriya	5
20	Mahasamund	10
21	Mungeli	10
22	Narayanpur	5
23	Raigarh	10
24	Raipur	50
25	Rajnandgaon	10
26	Sukma	5
27	Surajpur	5
28	Surguja	10

होम–आइसोलेशन के संदर्भ में जिला स्वास्थ्य विभाग हेतु दिशा–निर्देश

स्टेप 1

सर्वप्रथम जिला 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 में रह सकते हैं या नहीं।

स्टेप 2

अगर मरीज होम आइसोलेशन के लिए फिट पाए जाते हैं तथा उनका घर इस हेतु उपयुक्त पाया जाता है तो शीघ्रातिशीघ्र जिले के स्वास्थ्य विभाग द्वारा होम आइसोलेशन के दिशा–निर्देशों की जानकारी प्रदान करने हेतु मरीज को फोन/VC के माध्यम से प्रशिक्षित किया जायेगा तथा होम आइसोलेशन के सम्पूर्ण दिशा–निर्देशों के बारे में जानकारी प्रदान की जाएगी। फोन के माध्यम से होम आइसोलेटेड मरीजों के स्वास्थ्य की स्थिति का सतत आंकलन करने हेतु विशेष रूप से नियुक्त स्वास्थ्य कर्मी द्वारा अगले 17 दिनों 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 दिनों में बुखार या कोई अन्य लक्षण नहीं हैं तो उसकी जानकारी स्वास्थ्य दल द्वारा संबंधित चिकित्सक को प्रदाय किया जाना है– जिसके उपरान्त चिकित्सक द्वारा होम–आइसोलेशन खत्म करने अथवा नहीं करने के संबंध में निर्णय लिया जायेगा

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

- कोरोना संक्रमित मरीज को रखने हेतु घर में अलग हवादार कमरा और अलग शौचालय (टॉयलेट) होना अनिवार्य है। यदि मरीज के घर में अलग कमरा या शौचालय न हो, तो मरीज के लिए 'कोविड केयर सेंटर' में 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 में एक अटेंडेंट (देखभाल करने वाला) का होना बेहद जरुरी है।
- यदि मरीज के परिवार का कोई सदस्य बुजुर्ग हैं, जिनकी उम्र 60 साल से अधिक हो, घर में कोई गर्भवती हो या फिर किसी गंभीर बीमारी जैसे कैंसर, अस्थमा, सांस की बीमारी, डायिबटीज, बीपी, ह्रदय रोग, गुर्दे की बीमारी आदि से पीड़ित कोई सदस्य हो, तो उन्हें मरीज के ठीक होने तक मरीज से दूर रहने कि सलाह दें संभव हो तो किसी रिश्तेदार या जानकार के घर पर ठहराने की व्यवस्था करने हेतु मरीज के परिवार को सलाह दें क्योंकि कोरोना संक्रमण इन वल्नरेबल समूहों 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 नियमों का पालन करने हेतु अंडरटेकिंग भरा जाना सुनिश्चित करें साथ ही साथ मरीज तथा अटेंडेंट द्वारा होम–आइसोलेशन के दिशा–निर्देशों का पालन भी सुनिश्चित करें

होम–आइसोलेशन कर रहे मरीज के लिए आवश्यक निर्देश

- सबसे पहले अपने मोबाइल फोन पर 'आरोग्य सेतु ऐप' डाउनलोड करें और 24 घंटे ऐप पर नोटिफिकेशन और लोकेशन ट्रैकिंग (जी.पी.एस. ट्रैकिंग) को ऑन रखें।
- किसी भी स्थिति में मरीज आइसोलेशन अवधि के दौरान अपने घर से बाहर नहीं निकलेंगे तथा मरीज के द्वारा आइसोलेशन के नियमों का पालन करने हेतु अंडरटेकिंग भी भरी जानी है।
- जिले के स्वास्थ्य दल द्वारा प्रतिदिन मरीज अटेंडेंट को कॉल किया जायेगा – मरीजध्अटेंडेंट को उनके सारे कॉल उठाना है और उन्हें प्रतिदिन मरीज की क्लिनिकल स्थिति की सही जानकारी देना है।
- यदि मरीज के परिचय में कोई चिकित्सक उनकी प्रतिदिन मॉनीटरिंग करने हेतु उपलब्ध है तो उनके द्वारा मरीज की क्लिनिकल स्थिति की मॉनीटरिंग करते हुए जानकारी संलग्न प्रपत्र में भरा जायेगा, चिकित्सक सहमति पत्र सलग्न है ।
- मरीज 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 फेकें।
- 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट सल्यूशन बनाने के लिए बाजार में 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, खिड़कियां, 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 सतहों को साफ करने के लिए सैनिटाइजर का प्रयोग कर सकते हैं।

- मरीज होम–आइसोलेशन के दौरान अपने कमरे मे ही रहें, घर के अन्य कमरों में न जाएं। दरवाजे, खिड़कियाँ, टेबल जैसी चीजों को छूने से बचें। ऐसा नहीं करने पर मरीज घर के अन्य सदस्यों को भी कोरोना से संक्रमित कर सकते हैं।
- मरीज केवल अपने लिए चिन्हित शौचालय का ही प्रयोग करें।
- मरीज ज्यादा से ज्यादा आराम करें। किसी भी स्थिति में शरीर में 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 फलों का सेवन करें।
- मरीज हमेशा मास्क, रुमाल या अपनी कोहनी ढँक कर ही खांसें या छीकें।
- मरीज अपने हाथों को साबुन और पानी से कम से कम 40 सेकंड तक धोएं या अल्कोहल युक्त सैनिटाइजर से साफ करें।
- मरीज घर के अन्य लोगों के साथ व्यक्तिगत वस्तु जैसे– बर्तन, तौलिए आदि को साझा न करें।
- मरीज अपने कमरे मे वह चीजें, जिन्हें 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 निर्देशों का पालन करें। दवाइयां नियमित लेते रहें। यदि मरीज अन्य बीमारी की दवाइयां लेते हैं, तो डॉक्टर की सलाह जरूर लें।
- मरीज 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।

मरीज द्वारा अपने स्वास्थ्य की सतत निगरानी की जानी है

- दिन में दो बार (सुबह और रात) या कभी भी मरीज को बुखार महसूस होता है तो मरीज अपना स्वास्थ्य परीक्षण जरूर करें।
- मरीज थर्मामीटर से अपना तापमान लें। आश्रित मरीजों के मामले में, अटेंडेंट तापमान चेक कर सकते हैं। तापमान जांचने से पहले और बाद में मास्क और डिस्पोजेबल ग्लव्स का प्रयोग करें और हाथ धोएं।
- मरीज प्रतिदिन अपनी पल्स दिन में 2 बार एक मिनट के लिए जाँचें। जाँच के बाद तापमान, पल्स रेट और कोई अन्य लक्षण को – मरीज द्वारा संलग्न 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 मरीज का तापमान 100 F (37.8C) 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 मरीज एवं उनके अटेंडेंट पूर्णतः सतर्क रहें, क्योंकि इन संकेतों के मिलते ही डॉक्टर की सलाह पर मरीज को तुरंत अस्पताल ले जाना पड़ सकता हैरू
  - सांस लेने में कठिनाई।
  - छाती में लगातार दर्द या दबाव।
  - होंठों/चेहरे का नीला पड़ जाना।
  - ऑल्टर्ड सेंसोरियम

यदि मरीज में ऊपर बताए गए लक्षण दिखें तो अटेंडेंटध्मरीज के परिजन फोन पर स्वास्थ्य दल से तुरंत संपर्क करें।

होम–आइसोलेशन में मरीज के अटेंडेंट के लिए जरूरी निर्देश

- मरीज के अटेंडेंट का स्वास्थ्य अच्छा होना चाहिए और उस की उम्र 24 से 50 वर्ष के बीच होनी चाहिए। उन्हें न तो डायबीटीज, बीपी, ह्रदय रोग, अस्थमा, फेफड़ो 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 जिले द्वारा नियुक्त स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के संपर्क में रहना होगा।
- मरीज के संपर्क में आने के पूर्व से ही अटेंडेंट ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क का प्रयोग अवश्य करें। 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 लें।
- बिना हाथ धोए अपने चेहरे, नाक या मुंह को न छुएं।
- अटेंडेंट को मरीज या मरीज 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 में 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 दें।
- अटेंडेंट को हमेशा मास्क और डिस्पोजेबल ग्लव्स पहनने हेतु और मरीज 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 मरीज के थूक, लार या छींक के सीधे संपर्क में आने से बचने हेतु निर्देशित करें। अटेंडेंट मरीज को संभालते समय डिस्पोजेबल ग्लव्स का उपयोग करें। ग्लव्स पहनने से पहले और उतारने के बाद अटेंडेंट हाथों को जरूर 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 करें। साथ ही उन्हें मरीज 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 में अच्छे से सुखाने हेतु निर्देशित करें।
- मरीज 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 में नहीं आए और हमेशा उनके प्लेट, चम्मच और बर्तनों को संभालते समय डिस्पोजेबल ग्लव्स का उपयोग करें।
- मरीज द्वारा उपयोग किये जाने वाले बर्तनों को साबुन या डिटर्जेंट से साफ किया जाना है और उन्हें साफ करते वक्त डिस्पोजेबल ग्लव्स पहनने हेतु संबंधित को निर्देशित करें। बर्तनों 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 रहें।
- अटेंडेंट और मरीज 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 तुरंत फोन पर स्वास्थ्य दल को दें।
- होम–आइसोलेशन के पहले दिन से मरीज 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 पड़ोसियों 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 आवश्यकः– **जिला स्वास्थ्य दल सतत काउंसलिंग के माध्यम से यह सुनिश्चित करें कि होम–आइसोलेशन की प्रक्रिया में सभी परिजनों द्वारा मरीज से दूरी अवश्य बनाकर रखी जाये , परन्तु पूरी अवधि में वे सभी परिजन मरीज के भावनात्मक संबल बन उनका मनोबल बढ़ाते रहें।**

- इस हेतु परिवार के सदस्य, रिश्तेदार और दोस्त– मरीज से दूरी बनाकर रखते हुए भी–
- फोन व विडियो कॉल के माध्यम से मरीज के संपर्क में रहें ।

- मरीज की आवश्यकताओं पर ध्यान दें ।
- मरीज को अपने पसंदीदा किताबें पढ़ने, टेलीविजन शो, फिल्में देखने इत्यादि के लिए प्रेरित करें ।

कोरोना मरीज के पड़ोसियों के लिए सुझाव

अगर किसी की बिल्डिंग में कोई कोरोना मरीज होम–आइसोलेशन में है, तो वे घबराएं नही। 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 दरवाजे के बाहर रख दें। पैसे का लेन–देन डिजिटल पेमेंट्स द्वारा या मरीज के ठीक होने के बाद किया जा सकता है ।
- पड़ोस में कोई होम–आइसोलेशन में है, तो वे समय–समय पर उनसे फोन पर बात करते रहे और उनका मनोबल बढ़ायें। साथ ही, वे मरीज 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 पहुँचाएँ।
- यदि मरीज होम–आइसोलेशन के नियमों का पालन नहीं कर रहा है अथवा उससे संबंधित किसी भी अन्य तरह की सहायता के लिए छत्तीसगढ़ शासन की हेल्पलाइन सेवा 104 पर कॉल कर तत्काल सूचित करें अथवा 100 नंबर पर पुलिस को सूचित करें।

जिला प्रशासन हेतु निर्देश

- संबंधित जिला प्रशासन एवं पुलिस प्रशासन यह सुनिश्चित करेंगे कि मरीज किसी भी स्थिति में अपने घर से बाहर न निकलें। मरीज के घर से बाहर निकलने तथा बाहर घूमते पाए जाने पर समस्त जिम्मेदारी जिला प्रशासन की होगी।
- जिला प्रशासन द्वारा होम आइसोलेटेड मरीजों 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 मरीजों से संबंधित समस्त जानकारीध स्थिति प्रतिदिन अद्यतन किया जायेगा तथा आवश्यकता पड़ने 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।

संलग्नक– 1

होम आइसोलेशन के संदर्भ में मरीज 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 करूँगाध करुँगी । इस दौरान मैं–

1. अपने तथा परिवार के स्वास्थ्य (तापमान, पल्स, ऑक्सीजन सेचुरेशन इत्यादि) की निगरानी करूंगा/करुँगी 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 हैं तो भी इसकी सूचना तत्काल जिले के स्वास्थ्य दल को प्रदान करूँगा/करुँगी ।

2. मैंने अपनी तथा अपने परिवार की स्वास्थ्य की निगरानी करने के लिए डॉ .... से सहमति प्राप्त कर ली है जो प्रतिदिन प्रत्यक्ष दूरभाष से क्लिनिकल स्थिति की निगरानी करेंगे तथा उसका रिकॉर्ड निर्धारित प्रपत्र में संधारित करेंगे।

3. आइसोलेशन अवधि के दौरान मैं तथा मेरे साथ निवासरत परिवार के सदस्य घर से बाहर नहीं जायेंगे तथा अपने किसी भी परिजन अथवा मित्र को अपने घर पर आमंत्रित नहीं करूँगा/करुँगी ।

4. घरेलू कार्य में सहायता हेतु मैं बाहर से किसी भी नौकर, माली, बाई, ड्राईवर, गार्ड इत्यादि को नहीं बुलाऊंगा/बुलाऊंगी ।

5. आवश्यकता पड़ने पर मेरे आवागमन की जानकारी मोबाइल ट्रैकिंग के माध्यम से प्राप्त किये जाने हेतु मैं सहमति देता/देती हूँ तथा लोकहित में मेरी जानकारी सार्वजनिक भी की जा सकती है ।

6. 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 ।

7. 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 तथा ऐसी स्थिति में मुझे किसी भी शासकीय कोविड केयर संस्था में स्थानांतरित किया जायेगा ।

हस्ताक्षर .....

दिनांक .....

मोबाइल नंबर .....

चिकित्सक सहमति पत्र

मैं डॉ. ..... अपनी सहमति प्रदान करता हूं कि अपने मरीज श्री/श्रीमती ..... जो की COVID पॉजिटिव है की स्वास्थ्य की मॉनीटरिंग (तापमान, पल्स, ऑक्सीजन सेचुरेसन) निर्धारित अवधि तक् प्रतिदिन करूँगा तथा उसका रिकॉर्ड संधारित करूँगा।

दिनांक ——————————

हस्ताक्षर .....

रजिस्ट्रेशन नं.....

संलग्नक- 3

मरीज़ द्वारा स्व-परीक्षण प्रपत्र

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

	तापमान (बुख़ार)		पल्स रेट		ऑक्सीजन सेचुरेशन		टिप्पणी
दिन	सुबह	शाम	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							

COVID-19

घर के अंदर प्रवेश निषेध है

कोरोना पॉजिटिव होम आयसोलेटेड मरीज़ का निवास

यह घर विशेष निगरानी में है

होम आयसोलेशन की अवधि

दिनांक: _____ से _____ तक

मरीज़ का नाम:

पता:

कुल सदस्य:

कोरोना पॉजिटिव मरीज़ या उनके साथ निवासरत परिवार के सदस्य बाहर घूमते पाए जाने पर जिला कंट्रोल रूम नम्बर _____ को सूचित करें

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग,

जिला: , छत्तीसगढ़