राजस्थान सरकार
चिकित्सा एवं स्वास्थ्य विभाग

क्रमांकः प.1(1)चिस्वा/ग्रुप–2/2020

जयपुर, दिनांक : 21.03.2020

एडवायजरी

कोरोना वायरस COVID-19 से बचाव एवं रोकथाम हेतु COVID-19 से संक्रमित व्यक्ति से सम्पर्क में आये अथवा संक्रमित देशों से आने वाले यात्री एवं ऐसे यात्रियों के सम्पर्क में आये व्यक्तियों को होम क्वारैंटाइन में रखा जा रहा है। विभाग द्वारा जारी आदेश दिनांक 19.03.2020 की निरन्तरता में होम क्वारैंटाइन में रखे व्यक्तियों को निम्मानुसार एडवायजरी जारी की जा सकती है:–

गृह निरूद्ध (होम क्वारैंटाइन) के दौरान रखी जाने वाली सावधानियाँ

होम क्वैरैंटाइन में रहने वाले को चाहिए कि :–

- यथासंभव ऐसे कमरे में रहे जो हवादार हो एवं उस कमरे में ही अटेच्ड टॉयलेट हो। परिवार के किसी अन्य सदस्य को यदि उसी कमरे में रहना पड़े तो दोनों व्यक्तियों के बीच कम से कम एक मीटर की दूरी बनाये रखे आवश्यक है।
- वह घर में निवास करने वाले अन्य व्यक्तियों विशेषकर बुजुर्गो, गर्भवती महिलाओं, बच्चों और सह–रूग्णता वाले व्यक्तियों से दूर रहे। आगन्तुको (मित्र, रिश्तेदार आदि) से नहीं मिले।
- वह अपने घर से बाहर न निकले।
- किसी भी परिस्थिति में किसी भी सामाजिक/ धार्मिक सभा में शामिल न हो।
- अपने हाथों को साबुन एवं पानी से अच्छी तरह से समय–समय पर रगड़ कर धोयें अथवा एल्कोहल वेस्ड हैंड सेनेटाइजर का उपयोग करे।
- दैनिक उपयोग में आने वाले घरेलू सामान आपस में साझा न करें, जैसे पानी का गिलास –कप व अन्य बर्तन, तौलिया, बिस्तर, मोबाईल और अन्य आईटम।
- सर्जिकल मास्क हर समय लगाये रखे। मास्क प्रति 6 से 8 घण्टे के भीतर बदले तथा पुराने मास्क को तत्काल नष्ट करे। पुराने मास्क को दुबारा इस्तेमाल में ना लेवे।
- रोगियों /रोगियों की देखभाल करने वाले व्यक्तियों एवं अन्य परिवारजनों द्वारा पहने जाने वाले मास्क साधारण ब्लीच सोल्यूशन (5 प्रतिशत) अथवा सोडियम हाईपों क्लोराइट सोल्यूशन (1 प्रतिशत) से विसंक्रमित करने के पश्चात् जला कर या जमीन में गहरा दबा कर नष्ट करने चाहिए।
- कोरोना वायरस के लक्षण (खांसी, बुखार, सांस लेने में तकलीफ) दिखाई देने पर तुरन्त नजदीकी स्वास्थ्य केन्द्र, मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, स्टेट कंट्रोल रूप 0141–2225624 अथवा हैल्प लाईन नम्बर 011–23978046 पर सम्पर्क करें।

गृह निरूद्ध (होम क्वैरैंटाइन) में रहने वाले व्यक्ति के परिवार वालों को चाहिए कि –

- ऐसे व्यक्ति की देखभाल परिवार के किसी जिम्मेदार एक ही व्यक्ति द्वारा की जानी चाहिए।
- गृह निरूद्ध (होम क्वैरैंटाइन) व्यक्ति द्वारा उपयोग में लिये जा रहे बिस्तर, कपड़े, अन्य दैनिक सामान अथवा त्वचा के सीधे सम्पर्क में आने से बचना चाहिए।
- कपड़ों अथवा सतह् की सफाई करते समय डिस्पोजेबल दस्तानों का उपयोग करना चाहिए।
- सावधानी पूर्वक दस्ताने निकालने के पश्चात् साबुन अथवा एल्कोहल बेस्ड हैंड सेनेटाइजर से अच्छी तरह रगड़ कर हाथ धोने चाहिए।
- आगन्तुको को होम क्वैरेन्टाइन में रहने वाले व्यक्ति से मिलने नहीं देना चाहिए।

होम क्वैरैंटाइन में रहने वाले व्यक्ति के लिए पर्यावरणीय स्वच्छता –

- क्वारेन्टाइन किये व्यक्ति के कमरे को व उसकी सतहों को (बैड, टेबिल आदि को प्रतिदिन) 1 प्रतिशत सोडियम हाईपोक्लोराइट सोल्यूशन के साथ कीटाणुरहित किया जाना चाहिए।
- टायलेट एवं उसकी सतहों को कीटाणुरहित करने के लिए नियमित रूप से ब्लीच /फेनोलिक कीटाणुनाशक से साफ करना चाहिए।
- क्वारेन्टाइन किये व्यक्ति द्वारा इस्तेमाल किये गये कपड़ों की सफाई सामान्य डिटरर्जेट से पृथक–पृथक रूप से करनी चाहिए तथा कपड़े भी अलग से धूप में सुखाने चाहिए ।

21/03/2020

(रोहित कुमार सिंह)
अतिरिक्त मुख्य सचिव

प्रतिलिपि निम्न को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित हैः–

1. निजी सचिव, मा. मुख्यमंत्री महोदय।
2. निजी सचिव, मा. मुख्य सचिव महोदय।
3. विशिष्ठ सहायक, मा. चिकित्सा मंत्री महोदय/मा. चिकित्सा राज्य मंत्री महोदय
4. निजी सचिव, महानिदेशक पुलिस, राज.
5. समस्त संभागीय आयुक्त, राज.
6. समस्त जिला कलक्टर, राज.
7. समस्त पुलिस अधीक्षक, राजस्थान
8. समस्त प्रधानाचार्य एवं नियंत्रक, मेडिकल कॉलेज, राज.
9. समस्त निदेशक, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाये राज. जयपुर
10. समस्त प्रमुख चिकित्सा अधिकारी, राज.
11. समस्त मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, राज.
12. निदेशक, सूचना एवं जन सम्पर्क विभाग
13. जन सम्पर्क अधिकारी, चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाऐं, राज. जयपुर।
14. निजी /रक्षित पत्रावली

(संजय कुमार) 21.3.2020
शासन उप सचिव