

संचालनालय स्वास्थ्य सेवाएं
मध्यप्रदेश

क्रमांक/आई.डी.एस.पी./2020/65/
प्रति,

भोपाल, दिनांक 13/05/2020

समस्त कलेक्टर, मध्यप्रदेश।
समस्त मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी,
मध्यप्रदेश।

विषय:— Pre-Symptomatic / अति मंद लक्षण वाले Covid-19 पुष्ट केसेस हेतु होम आईसोलेशन संबंधी दिशानिर्देश के संबंध में।

संदर्भ:—1.भारत शासन द्वारा जारी बहुत हल्के/ पूर्व रोग सूचक कोविड-19 मामलों के होम आईसोलेशन के लिये पुनरिक्षित दिशानिर्देश दिनांक 10.05.2020

2.संचालनालयीन पत्र क्रमांक-कोविड-19 /आई.डी.एस.पी./2020/566 दि. 29/04/2020
(Guideline for Home Isolation of Very mild/ Pre-Symptomatic Covid-19 Cases)

—000—

उपरोक्त विषयांगत लेख है कि कोविड-19 के वर्तमान दिशानिर्देश संदिग्ध/पुष्ट मामले के उचित प्रबंधन पर दिशानिर्देशों के अतिरिक्त जारी किए गए हैं। 7 अप्रैल, 2020 को MoHFW द्वारा जारी COVID-19 रोग के सभी संदिग्ध (परीक्षण परिणामों की प्रतीक्षा) और पुष्ट किए गए मामले वर्तमान में चिकित्सालयों में पृथक से किए जा रहे हैं, एवं यह संक्रमण की श्रृंखला को तोड़ने में कामयाब रहे हैं। मौजूदा दिशानिर्देशों के अनुसार रोगियों को चिकित्सकीय रूप से बहुत हल्के/हल्के, मध्यम या गंभीर रोग की श्रेणी के अनुसार (i) COVID देखभाल केंद्र, (ii) समर्पित COVID स्वास्थ्य केंद्र या (iii) समर्पित COVID अस्पताल में भर्ती कर उपचरित करना चाहिए। वर्तमान दिशा-निर्देश 27 अप्रैल 2020 को जारी किए गए दिशा-निर्देशों के अधिमूल्यन में हैं।

तदनुसार भारत सरकार स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा जारी पुनरिक्षित मार्गदर्शिका के आधार पर बहुत हल्के/पूर्व रोक सूचक कोविड-19 मामलों के होम आईसोलेशन के लिये निर्देश जारी किये जाते हैं।

हालांकि, बहुत हल्के (Mild)/पूर्व रोग सूचक (Pre-symptomatic) रोगियों के निवास पर आइसोलेशन की निर्धारित सुविधा उपलब्ध होने पर, होम आइसोलेशन एक विकल्प हो सकता है

Pre-Symptomatic / अति मंद लक्षण वाले Covid-19 पुष्ट केसेस का होम आईसोलेशन —

- Pre-Symptomatic / अति मंद लक्षण वाले Covid-19 पुष्ट केस के पास घर पर सेल्फ आईसोलेशन की समुचित व्यवस्था (पृथक कक्ष शौचालय सहित की उपलब्धता) होने पर ही उसे होम आईसोलेशन का विकल्प दिया जा सकता है।
- इस हेतु लक्षणों की जाँच कोविड केयर सेन्टर में पदस्थ चिकित्सक /पूर्व में होम क्वॉरनटाईन व्यक्ति की जाँच एम.एम.यू. मेडिकल ऑफीसर द्वारा की जाना सुनिश्चित की जाये।

होम आइसोलेशन के लिए पात्रता —

- चिकित्सा अधिकारी(न्यूनतम योग्यता एम.बी.बी.एस.) द्वारा यह सुनिश्चित कर लिया जाए की व्यक्ति Pre-Symptomatic / अति मंद लक्षण रोगी की श्रेणी में आता है।

①

- व्यक्ति के निवास पर स्वयं के होम आइसोलेशन एवं परिवार के अन्य सदस्यों हेतु क्वारेन्टाइन के लिए निर्धारित मापदंडों (शौचालय युक्त पृथक कक्ष) अनुसार सुविधा होनी चाहिए।
- व्यक्ति के निवास पर देखभाल करने के लिए 24x7 परिजन / मित्र / केयर गिवर होना आवश्यक है। साथ ही परिजन / मित्र / केयर गिवर एवं समीपस्थ अस्पताल के मध्य किसी भी समय संपर्क करने हेतु सुविधा होनी चाहिए।
- परिजन / मित्र / केयर गिवर और ऐसे मामलों के सभी संपर्क में आने वाले व्यक्तियों को प्रोटोकॉल अनुसार, चिकित्सा अधिकारी द्वारा निर्धारित हाइड्रोक्सी क्लोरोक्वीन प्रोफिलैक्सिस लेना अनिवार्य है।
- अपने मोबाइल पर आरोग्य सेतु एप डाउनलोड करें एवं उसे ब्लूटूथ तथा वाईफाई के माध्यम से साथ हमेशा सक्रिय रखें। (available at <https://www.mygov.in/aarogya&setuapp/>)
- संभावित रोगी अपने स्वास्थ्य की निगरानी स्वयं करें एवं नियमित रूप से निगरानी टीम के माध्यम से जिला सर्विलेन्स अधिकारी (District Surveillance Officer) / एस.एम.ओ. / एम.एम.यू. मेडिकल ऑफीसर / 104 / जिले द्वारा निर्धारित हेल्प लाईन नम्बर को अपने स्वास्थ्य की स्थिति सूचित करेगा।
- संभावित रोगी को निर्धारित प्रपत्र में स्वयं की जानकारी के साथ यह सहमति देनी होगी की वो हर स्थिति में होम आइसोलेशन के नियमों का पालन करेगा।
- इसके अतिरिक्त संभावित रोगी को लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग भारत सरकार एवं मध्यप्रदेश सरकार द्वारा होम - क्वारेन्टाइन संबंधित दिशानिर्देशों का पालन करना होगा।
- लिंक - <https://www.mohfw.gov.in/pdf/Guidelinesforhomequarantine-pdf>

चिकित्सकीय सहायता हेतु संपर्क कब करे

- संभावित रोगी स्वयं या परिजन / मित्र / केयर गिवर अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखे एवं निम्न माध्यम या गंभीर लक्षण दिखने पर तुरंत चिकित्सकीय सहायता हेतु संपर्क करें।
 - सांस लेने में कठिनाई,
 - छाती में लगातार दर्द / दबाव,
 - मानसिक भ्रम
 - होंठों / चेहरे के नीले रंग के रंग का विकास
 - जैसा कि चिकित्सा अधिकारी के उपचार द्वारा सलाह दी जाती है

होम आइसोलेशन को कब समाप्त करें

लक्षण उत्पत्ति दिनांक / सैम्पल दिनांक से 17 दिवस पश्चात तथा विगत 10 दिनों बुखार रहित होने पर व्यक्ति स्वयं का होम आइसोलेशन समाप्त कर सकता है।

होम आइसोलेशन की अवधि समाप्त होने के बाद परीक्षण की कोई आवश्यकता नहीं है।

होम आइसोलेशन के लिए स्व-घोषणा (Undertaking) प्रपत्र

मैं श्री/श्रीमती/कुं.....पिता/पति उम्र.....
निवासी का COVID-19 पुष्ट/संदिग्ध मामले के रूप में पहचाना जाने के
पश्चात स्वेच्छा से निर्धारित अवधि के लिए हर समय होम आइसोलेशन के सारे नियमों का सख्ती से
पालन करने के लिए प्रतिबद्ध हूँ।

इस अवधि के दौरान मैं अपने और अपने आस-पास के लोगों के स्वास्थ्य की निगरानी
करूंगा और निर्धारित किए गए नियत सर्वेलेन्स चिकित्सा अधिकारी/एम.एम.यू. मेडिकल ऑफीसर
से बातचीत करूंगा/करूंगी। यदि मेरे या मेरे परिवार के किसी भी सदस्यों को कोविड-19 के
लक्षणों में कोई विपरीत परिवर्तन आता है तो मैं तुरंत ही निर्धारित नियत सर्वेलेन्स चिकित्सा
अधिकारी/एम.एम.यू. मेडिकल ऑफीसर के मोबाइल नम्बर/104 पर संपर्क कर
सूचित करूंगा/करूंगी।

मुझे उन सावधानियों के बारे में विस्तार से बताया गया है, जिनका मुझे आत्म मंथन के
दौरान पालन करने की आवश्यकता है।

यदि मेरे द्वारा होम आइसोलेशन के तय मानकों का उल्लंघन किया जाता है तो मेरे विरुद्ध
मध्यप्रदेश पब्लिक हेल्थ एक्ट 1949, महामारी रोग अधिनियम 1984 एवं राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन
अधिनियम 2005 की धारा 51 के तहत वैधानिक कार्यवाही की जा सकेगी।

Signature_____

तारीख_____

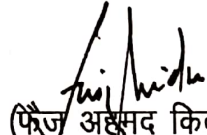
मोबाइल नंबर _____

देख भाल करने वाले के लिए निर्देश

- **मास्क**— देख भाल करने वाले को बीमार व्यक्ति के साथ एक ही कमरे में उचित रूप से एक ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क पहनना चाहिए। उपयोग के दौरान मास्क के सामने वाले हिस्से को छुआ या संभाला नहीं जाना चाहिए। यदि साव के साथ मुखौटा गीला या गंदा हो जाता है, तो इसे तुरंत बदलना होगा। उपयोग के बाद मास्क को त्यागें और मास्क के निपटान के बाद हाथ की सफाई करें।
- देख भाल करने वाले को अपना चेहरा, नाक या मुंह छूने से बचना चाहिए।
- बीमार व्यक्ति या उसके तात्कालिक वातावरण के संपर्क में आने के बाद हाथ की स्वच्छता सुनिश्चित की जानी चाहिए।
- शौचालय के उपयोग के बाद, भोजन खाने से पहले और खाने के बाद, और जब भी हाथ गंदे दिखते हैं, भोजन तैयार करने से पहले और बाद में भी हाथ की स्वच्छता का अभ्यास करना चाहिए। हाथ धोने के लिए कम से कम 40 सेकंड के लिए साबुन और पानी का उपयोग करें। यदि हाथ प्रकट रूप से गंदे न हों तो ऐल्कोहॉल बेस्ड हैंड सेनेटाइजर का उपयोग किया जा सकता है।
- साबुन और पानी का उपयोग करने के बाद, हाथ सुखाने के लिए डिस्पोजेबल पेपर तौलिये का उपयोग करना वांछनीय है। यदि उपलब्ध नहीं है, तो समर्पित साफ कपड़े तौलिये का उपयोग करें और जब वे गीले हो जाएं तो उन्हें बदल दें।
- रोगी के संपर्क में आने पर— रोगी के शरीर के तरल पदार्थों के साथ सीधे संपर्क से बचें, विशेष रूप से मौखिक या श्वसन साव। रोगी को संभालते समय डिस्पो जेबल दस्ताने का उपयोग करें। दस्ताने हटाने से पहले और बाद में हाथ की सफाई करें।
- अपने तत्काल वातावरण में संभावित रूप से दूषित वस्तुओं के संपर्क में आने से बचें (उदाहरण के लिए, सिगरेट, बर्तन, व्यंजन, पेय, इस्तेमाल किए गए तौलिये या बिस्तर लिनन को साझा करने से बचें)।
- रोगी को उसके कमरे में भोजन उपलब्ध कराया जाना चाहिए
- रोगी द्वारा उपयोग किए जाने वाले बर्तन को साबुन / डिटर्जेंट और पानी से दस्ताने पहनकर साफ किया जाना चाहिए। बर्तनों और व्यंजनों का फिर से उपयोग किया जा सकता है। दस्ताने उतारने या उपयोग की गई वस्तुओं को साफ करने के बाद हाथ साफ करें
- रोगी द्वारा उपयोग की जाने वाली सतहों, कपड़ों या लिनन की सफाई या हैंडलिंग करते समय ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क और डिस्पोजेबल दस्ताने का उपयोग करें। दस्ताने हटाने से पहले और बाद में हाथ की सफाई करें।
- देख भाल करने वाला सुनिश्चित करेगा कि रोगी निर्धारित उपचार का पालन करता है
- देख भाल करने वाले और सभी करीबी जो कोविड 19 संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आते हैं, दैनिक रूप से तापमान की निगरानी के साथ अपने स्वास्थ्य की निगरानी करेंगे और यदि वे ब्रेक-19 (बुखार / खांसी / सांस लेने में कठिनाई) के कोई लक्षण विकसित करते हैं, तो तुरंत रिपोर्ट करेंगे।

- रोगी को हर समय ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क का उपयोग करना चाहिए। 8 घंटे के उपयोग के बाद या इस से पहले यदि वे गीले हो या प्रकट रूप से गंदे हो जाते हैं, तो मास्क को त्याग दें।
- 1% सोडियम हाइपो-क्लोराइट के साथ इसे कीटाणु रहित करने के बाद ही मास्क का पृथक्करण करना चाहिए।
- रोगी को निर्धारित कमरे में रहना चाहिए और घर के अन्य लोगों से दूर रहना चाहिए, विशेष रूप से बुजुर्गों और सह-रुग्ण स्थितियों से ग्रसित जैसे उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, वृक्क रोग आदि।
- रोगी को पर्याप्त हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए आराम करना चाहिए और पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ पीने चाहिए।
- हर समय श्वसन शिष्टाचार का पालन करें।
- हाथों को कम से कम 40 सेकंड के लिए साबुन और पानी से धोना चाहिए या ऐल्कहॉल बेस्ड सैनिटाइजर से साफ करना चाहिए।
- अन्य लोगों के साथ व्यक्तिगत वस्तुएं साझा न करें।
- कमरे में साफ सतहों जिनको अक्सर छुआ जाता है (जैसे की टेबल टॉप, डोर नॉब्स, हैंडल आदि) को 1% हाइपोक्लोराइट के घोल से साफ किया जाना चाहिए।
- रोगी को चिकित्सक के निर्देशों और दवा की सलाह का सख्ती से पालन करना चाहिए।
- रोगी दैनिक तापमान की निगरानी के साथ अपने स्वास्थ्य की स्व-निगरानी करेगा और यदि नीचे दिए गए लक्षणों में से कोई भी विपरीत लक्षण आने पर तुरंत रिपोर्ट करेगा।

अतः उपरोक्तानुसार बहुत हल्के/पूर्व रोग सुचक कोविड-19 मामलों के होम आईसोलेशन के लिये दिशानिर्देशों का पालन करना सुनिश्चित करें।


(फैज अहमद किदवाई)

प्रमुख सचिव,
मध्यप्रदेश शासन,

लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण
भोपाल, दिनांक 13/05/2020

पृ. क्रमांक/आई.डी.एस.पी./2020/652

प्रतिलिपि:—सूचनार्थ

1. अतिरिक्त मुख्य सचिव, म.प्र.शासन, लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भोपाल
2. प्रमुख सचिव, चिकित्सा शिक्षा विभाग, मध्यप्रदेश।
3. आयुक्त स्वास्थ्य, संचालनालय स्वास्थ्य सेवाएँ, मध्यप्रदेश।
4. आयुक्त, चिकित्सा शिक्षा विभाग, मध्यप्रदेश।
5. मिशन संचालक, एन.एच.एम. मध्यप्रदेश।
6. संचालक चिकित्सा शिक्षा, सतपुडा भवन भोपाल, मध्यप्रदेश।
7. समस्त क्षेत्रीय संचालक, स्वास्थ्य सेवायें, मध्यप्रदेश।


प्रमुख सचिव,
मध्यप्रदेश शासन,

लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण