

Date: 23-01-2021

Health Bulletin

Time: 06:00 PM



साबुन से हाथ धोयें  
या सैनेटाइजर का  
प्रयोग करें

मास्क का  
प्रयोग करें

अपने चेहरे,  
मुंह को न छुयें

पूर्ण टीकाकरण  
के बाद मिलेगा  
छुटकारा  
सभी बन्धनों से..

पर अभी कोरोना अनुरूप  
व्यवहारों का पालन करते रहें  
दवाई भी.. कड़ाई भी

खांसते या छींकते  
समय मुंह को ढकें

उत्तराखण्ड शासन  
COVID-19  
Uttarakhand State Control Room  
NATIONAL HEALTH MISSION  
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन



Positive Today: 122



Recovered Today: 212



Death Today: 00



Active Cases: 1701

S<sup>+</sup>ty

Sample Positivity: 4.65%

R%

Recovery Percentage: 95.14%

- Total cumulative Positive COVID-19 detected: 95586
- Total Number (%) of COVID-19 Patients Treated/ Cured: 90942 (95.14%)
- Total Number (%) of COVID-19 patients migrated out of state: 1314 (1.37%)
- Total Number (%) of COVID-19 Deaths: 1629 (1.70%)
- Number of samples found negative for COVID-19 today: 13867
- Total number of samples sent for COVID-19 testing today: 12103
- Total number of cumulative samples found negative: 1961490
- Total number of samples result awaited: 12365

## Detailed Status of Sample Tested

Districts	Samples Sent to Labs Today	Negative		Positive		Cumulative Samples Tested	Results Awaited (including sample sent to labs today)
		Negative in last 24 hours	Negative Cumulative (including Pvt. Lab)	Positive in last 24 hours	Positive Cumulative (including Pvt. Lab)		
Almora	112	172	80153	3	3249	83402	118
Bageshwar	200	325	52761	0	1537	54298	201
Chamoli	136	88	85180	0	3455	88635	157
Champawat	228	395	91261	2	1811	93072	234
Dehradun	3737	4099	355380	66	29035	384415	3764
Haridwar	3156	3305	339428	10	13897	353325	3215
Nainital	1187	1229	185411	21	12427	197838	1206
Pauri Garhwal	558	703	130121	4	5147	135268	567
Pithoragarh	164	57	67976	2	3340	71316	188
Rudraprayag	94	144	49510	1	2263	51773	97
Tehri Garhwal	421	299	98313	4	4224	102537	449
US Nagar	1787	2832	312637	9	11414	324051	1796
Uttarkashi	323	219	113359	0	3787	117146	373
<b>Total</b>	<b>12103</b>	<b>13867</b>	<b>1961490</b>	<b>122</b>	<b>95586</b>	<b>2057076</b>	<b>12365</b>

## Details of Districts having Positive COVID-19 Cases

Districts	Cases till Date	Treated/ Cured till Date	Active Cases	Deaths	Migrated
Almora	3249	2972	136	25	116
Bageshwar	1537	1391	128	18	0
Chamoli	3455	3282	82	15	76
Champawat	1811	1753	-25	9	74
Dehradun	29035	27266	424	922	423
Haridwar	13897	13,364	229	152	152
Nainital	12427	11827	305	227	68
Pauri Garhwal	5147	5006	59	58	24
Pithoragarh	3340	3221	74	45	0
Rudraprayag	2263	2210	37	10	6
Tehri Garhwal	4224	3973	85	16	150
U.S. Nagar	11414	11,083	100	115	116
Uttarkashi	3787	3,594	67	17	109
<b>Total</b>	<b>95586</b>	<b>90942</b>	<b>1701</b>	<b>1629</b>	<b>1314</b>

## District-wise Hotspots/ Containment Zones

S.No.	District	Number of Containment Zone	Name of Containment Zone (Date of Start of Containment Zone)
1	Dehradun	01	<u>Dehradun (01)</u> 1. 1056 Indra Nagar, Kanwali , Near Seemadwar (02-12-2020)
	<b>Total</b>	<b>01</b>	



**सकारात्मक रहें, अपने काम और जीवन में सन्तुलन बनाकर रखें**

- ताजा, गर्म, शीघ्र पचने वाला हल्का भोजन करें.
- यथासंभव गर्म पानी का सेवन करें.
- चीनी से बने पदार्थों का सेवन कम से कम करें.
- प्रतिदिन एक चम्मच च्यवनप्राश का प्रयोग करें.
- तुलसी, दालचीनी, कालीमिर्च व सोंठ 1/2 चम्मच मुनक्का से निर्मित आयुष पेय/हर्बल चाय का स्वादानुसार नींबू/गुड़ आदि को मिलाकर दिन में 1-2 बार सेवन करें.
- हल्दी, धनिया, जीरा, लहसुन आदि व अन्य मसालों का भोजन में नियमित प्रयोग करें.
- प्रतिदिन 10 से 45 मिनट कार्मन योग प्रोटोकाल का अभ्यास करें.
- धूम्रपान, तम्बाकू, गुटका, शराब आदि का पूर्णतः परित्याग करें।

**च्यवनप्राश**





**भरोसा अफवाहों पर नहीं, कोरोना वैक्सीन पर करें !  
क्योंकि यह सुरक्षित है**

कोरोना अनुरूप व्यवहारों का पालन करना याद रखें,

- मास्क का प्रयोग करें
- साबुन से हाथ धोएं या सैनेटाइजर का प्रयोग करें
- FEET परस्पर दूरी है जरूरी

दवाई भी.. कड़ाई भी  
जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..

भारत द्वारा विश्व के सबसे बड़े टीकाकरण अभियान का शुभारंभ

VACCINE

उत्तराखण्ड शासन

## Situation Update, Uttarakhand: Today

WHO has declared the Novel Corona Virus (COVID-19) epidemic as Public Health Emergency of International Concern (PHEIC) under IHR (International Health Regulation). In this context, Uttarakhand Government has strengthened the surveillance and control measures against the disease. Isolation and Institutional Quarantine facilities are operational in all districts. To combat the pandemic, the Government has operationalized **38** dedicated COVID Hospitals and **422** COVID Care Centres (CCC).

### Public Health Action Taken

- To further increase the COVID-19 testing, the Government has lowered down the testing charges for both RT-PCR and Rapid Antigen COVID-19test.
- To combat the pandemic situation, the State Government has commenced **Home Isolation** strategy for self isolation of asymptomatic COVID-19 positivepatient.
- The Government has decided the user charges/cost of treatment for private hospitals to treat COVID-19 patients.

## Details of Patients Treated & Cured :

- **Treated & Cured:** Two Hundred Twelve (212) patients discharged in different districts (Almora- 00, Bageshwar- 01, Chamoli- 04, Champawat- 32, Dehradun- 65, Haridwar- 26, Nainital- 27, Pauri- 00, Pithoragarh- 10, Rudraprayag- 00, Tehri- 06, U.S. Nagar- 34 & Uttarkashi- 07).



**SOCIAL DISTANCING**  
**is for your own Safety**

## Preventive measures

1. All citizens must wear masks whenever venturing outside of their homes.
2. Travelers' and their family members must ensure strict respiratory and hand hygiene.
3. Hand wash by Soap and water up to 40 second must be followed.

## APPEAL

- Department of Health and Family Welfare, Uttarakhand appeal to every citizens of the state to exercise abundant caution by adopting COVID-19 appropriate behaviour in their daily routine.
- The Government of Uttarakhand appeal to all the recovered/treated COVID-19 Positive patients for voluntary plasma donation at nearest Government Blood Bank. The plasma donation facility is existing in Doon Medical College Dehradun, Government Medical College Haldwani & Government Medical College Srinagar Garhwal.



# कोरोना वैक्सीन के आने के बाद कुछ महत्वपूर्ण सवाल हैं और उनके उत्तर भी क्रमवार दिये जा रहे हैं..

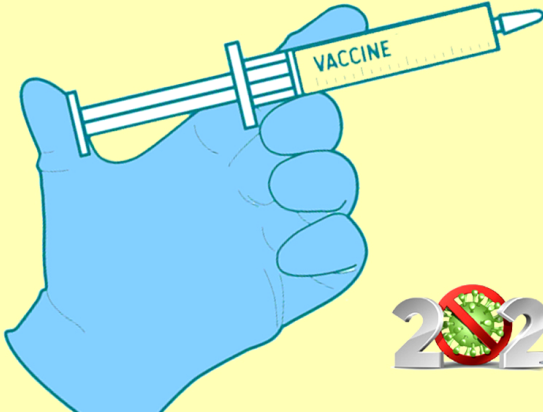
**प्रश्न:** क्या कोरोना वैक्सीन सभी को एक साथ दी जायेगी ?

**उत्तर:** सरकार ने उच्च जोखिम वाले समूहों को प्राथमिकता पर वैक्सीनेशन के लिये चिन्हित किया है

पहले समूह में – हेल्थकेयर और फण्टलाइन वर्कर

दूसरे समूह में – 50 वर्ष से अधिक उम्र के व्यक्ति तथा वे लोग जो पहले से ही किसी रोग से ग्रसित हैं

तीसरे समूह में – सभी जरूरतमन्दों को वैक्सीन उपलब्ध कराया जायेगा



मास्क का प्रयोग करें



साबुन से हाथ धोयें या सेनेटाइजर का प्रयोग करें



6 FEET परस्पर दूरी है जरूरी



## दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..



### Details of State Control Room

e-mail: [covid19statewarroomuk@gmail.com](mailto:covid19statewarroomuk@gmail.com) Toll free No: 104/0135 2609500

email Id: [idsputtarakhand@gmail.com](mailto:idsputtarakhand@gmail.com) WhatsApp No. 9412080544

### Details of District Control Rooms

Districts	District Control Room Number
Almora	05962-237875, 05962-237874
Bageshwar	05963-221822, 05963-220197
Chamoli	01372-251437
Champawat	05965-230943
Dehradun	0135-2724506
Haridwar	01334-239072
Paurigarhwal	01368-221840
Pithoragarh	05964-226326
Nainital	05942- 231178, 231179, 231181, 05946- 281234
TehriGarhwal	01376-232093, 01376-232831
Rudraprayag	01364-233727
U.S. Nagar	05944-246590, 05944-250250
Uttarkashi	01374-222722, 7310913129



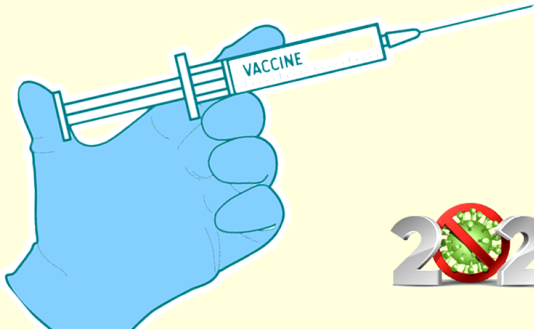
## कोरोना वैक्सीन के आने के बाद कुछ महत्वपूर्ण सवाल हैं, उनके उत्तर प्रत्येक दिन क्रमवार दिये जा रहे हैं..

**प्रश्न:** क्या कोरोना वैक्सीन सुरक्षित है क्योंकि इसे कम समय में बनाया गया है ?

**उत्तर:** सुरक्षा और प्रभाव के डेटा की जांच के आधार पर मंजूरी के बाद ही नियामक निकायों द्वारा कोरोना वैक्सीन लगाई जायेगी

**प्रश्न:** क्या कोरोना वैक्सीन लेना अनिवार्य है ?

**उत्तर:** कोरोना की रोकथाम के लिये वैक्सीनेशन स्वेच्छिक है.....हालांकि स्वयं की सुरक्षा और बीमारी के प्रसार को सीमित करने के लिये कोरोना वैक्सीन की पूरी खुराक आवश्यक है



### दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..



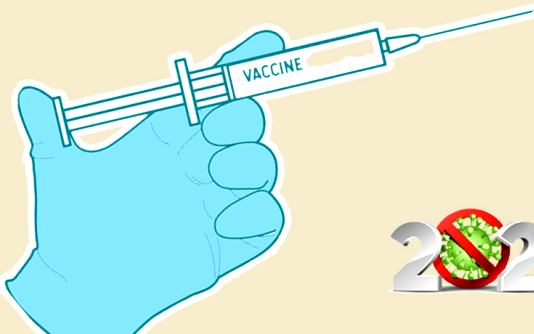
## कोरोना वैक्सीन के आने के बाद कुछ महत्वपूर्ण सवाल हैं, उनके उत्तर प्रत्येक दिन क्रमवार दिये जा रहे हैं..

**प्रश्न:** क्या कोरोना से ठीक हुये व्यक्ति को भी वैक्सीन लेना आवश्यक है ?

**उत्तर:** पहले से संक्रमित होने के बाबजूद वैक्सीन की पूरी खुराक लेना आवश्यक है क्योंकि यह एक मजबूत प्रतिक्रिया तन्त्र विकसित करने में मदद करेगा

**प्रश्न:** क्या कोरोना (पुष्टि/संदिग्ध)संक्रमित व्यक्ति को वैक्सीन लगाया जा सकता है ?

**उत्तर:** संक्रमित व्यक्तियों को लक्षण खत्म होने के 14 दिन बाद तक वैक्सीन स्थगित करना चाहिये क्योंकि वे वैक्सीनेशन स्थल पर दूसरों में वायरस फैलाने का जोखिम बढ़ा सकते हैं



### दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..





## कोरोना वैक्सीन के आने के बाद कुछ महत्वपूर्ण सवाल हैं, उनके उत्तर प्रत्येक दिन क्रमवार दिये जा रहे हैं..

**प्रश्न:** क्या भारत में +2 डिग्री से +8 डिग्री सेल्सियस पर कोरोना वैक्सीन को स्टोर करने और उसे आवश्यक तापमान पर परिवहन करने की क्षमता है?

**उत्तर:** भारत दुनिया के सबसे बड़े प्रतिरक्षीकरण कार्यक्रमों में से एक चलाता है, जो 2.6 करोड़ से अधिक महिलाओं के वैक्सीनेशन की जरूरतों को पूरा करता है देश की बड़ी और विविध आबादी को प्रभावी ढंग से पूरा करने के लिये कार्यक्रम तन्त्र को मजबूत किया जा रहा है।



### दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..



## कोरोना वैक्सीन के आने के बाद कुछ महत्वपूर्ण सवाल हैं, उनके उत्तर प्रत्येक दिन क्रमवार दिये जा रहे हैं..

**प्रश्न:** कोरोना वैक्सीन दिये जाने के लिये पात्र व्यक्ति के पंजीकरण के लिये कौन से दस्तावेज आवश्यक हैं?

**उत्तर:** पंजीकरण के समय फोटो के साथ नीचे उल्लेखित पहचान पत्र में से कुछ भी दिखाया जा सकता है-

- आधार/आईडिंग लाईसेन्स/वोटर आईडी/पैन कार्ड/पासपोर्ट/जाबकार्ड/पेन्शन दस्तावेज
- स्वास्थ्य मंत्रालय की योजना के तहत जारी स्वास्थ्य बीमा स्मार्ट कार्ड
- महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गारन्टी कार्ड (मनरेगा)
- सांसदों/विधायकों/एमएलसी को जारी किये गये आधिकारिक प्रमाण पत्र
- बैंक/पोस्ट ऑफिस द्वारा जारी पासबुक
- केन्द्र/राज्यसरकार/पब्लिक लिमिटेड कंपनियों द्वारा जारी सेवा आईडी कार्ड



### दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..

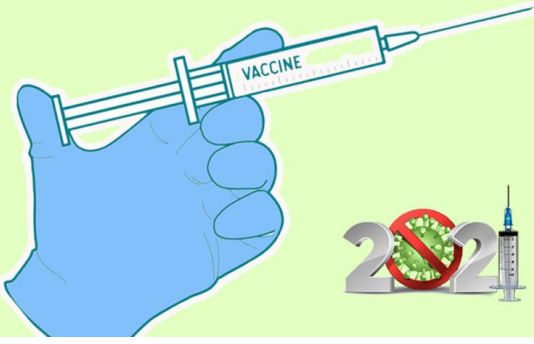


**प्रश्न:** किन सावधानियों, उपायों को टीकाकरण स्थल पर पालन करने की आवश्यकता होगी ?

**उत्तर:** ● कोरोना वैक्सीन लेने के बाद लाभार्थी को कम से कम आधे घण्टे तक वैक्सीनेशन केन्द्र में आराम करना होगा

● यदि लाभार्थी को बाद में कोई असुविधा या बेचैनी महसूस होती है तो निकटतम स्वास्थ्य अधिकारियों/एनएम/आशा को सूचित करें

● कोरोना अनुरूप व्यवहारों का पालन करना याद रखें, जैसे कि मास्क पहनना, हाथों की स्वच्छता और परस्पर शारीरिक दूरी को बनाये रखना (6 फीट या दो गज)



## दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..

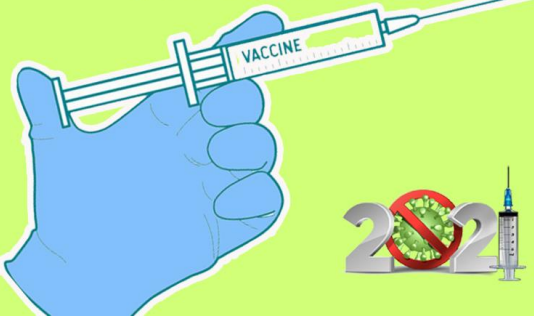


**प्रश्न:** टीकाकरण की नियत तारीख के बारे में लाभार्थी को जानकारी कैसे मिलेगी ?

**उत्तर:** ऑनलाईन पंजीकरण के बाद लाभार्थी को कोविड वैक्सीन को दिये जाने की नियत तिथि स्थान और समय के बारे में अपने मोबाईल नंबर पर एस एम एस प्राप्त होगा

**प्रश्न:** क्या कोरोना वैक्सीन को पूर्ण रूप से दिये जाने के बाद लाभार्थी के बारे में जानकारी दी जायेगी ?

**उत्तर:** हां! कोरोना वैक्सीन की उचित खुराक मिलने पर, लाभार्थी को उसके मोबाईल नंबर पर एस एम एस प्राप्त होगा, वैक्सीन की सभी खुराक लगने के बाद, एक व्यू आर कोड आधारित प्रमाण पत्र भी उनके नंबर पर भेजा जायेगा



## दवाई भी.. कड़ाई भी

जिन्दगी जीतेगी, कोविड हारेगा..

