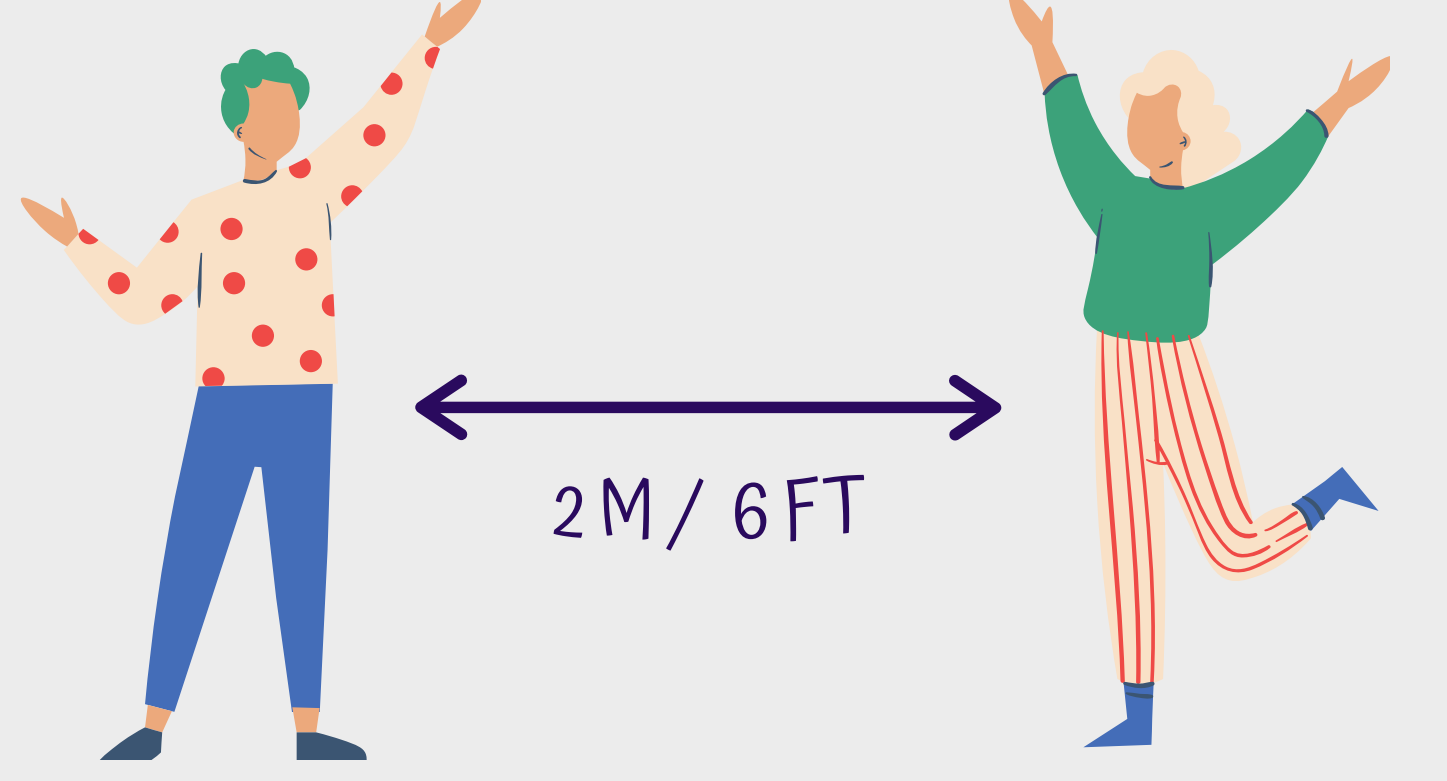


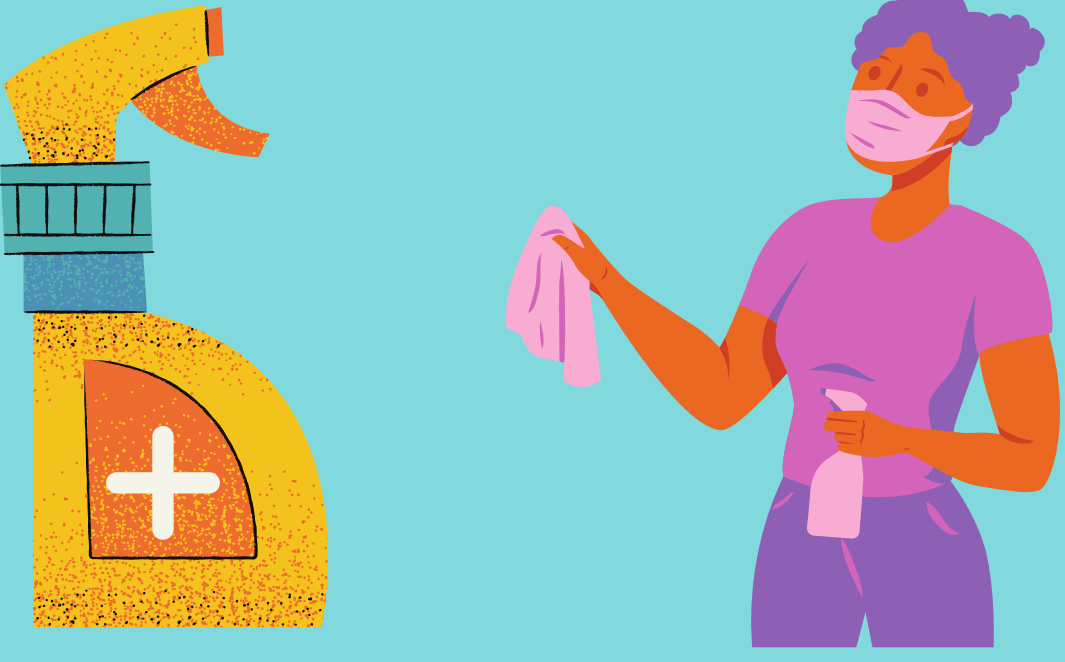
घरातील विलगीकरणासाठी मार्गदर्शक तत्वे (सर्वांसाठी जे संशयित/ खात्रीच्या कोवीड १९रुग्णाच्या संपर्कात आहेत)



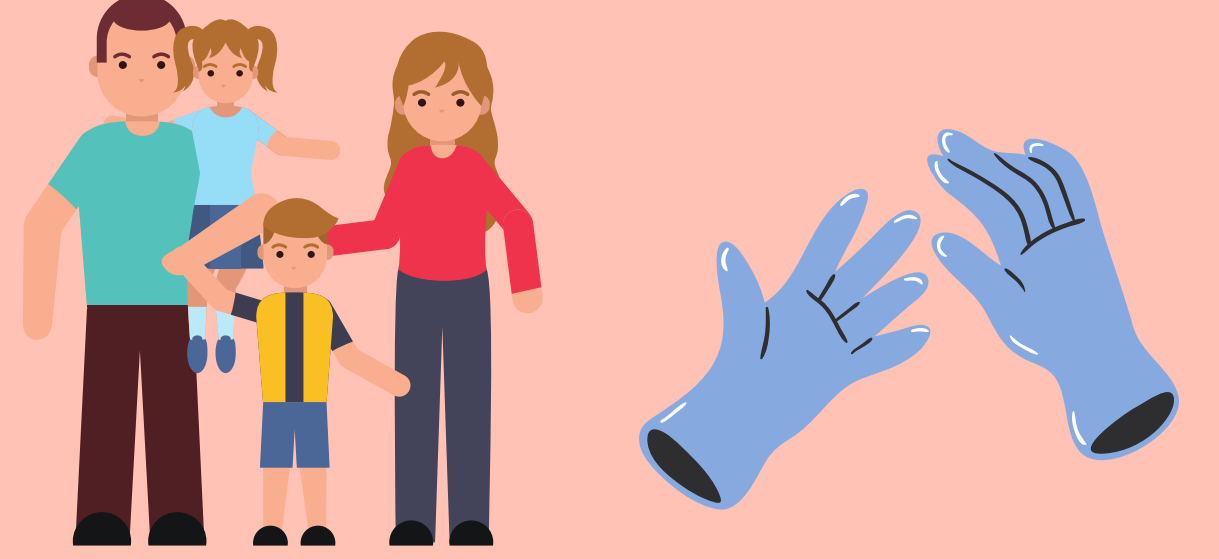
- *हात साबणाने/निर्जंतुकीकरण द्रावणाने सारखे धुवा.
- *घरातील वापराच्या वस्तू..... एकमेकांच्या वापरणे टाळा.
- *घरात कायम मास्क वापरा.
- *मास्क योग्य उपयुक्ततेचा असावा.
- *काही लक्षणे आढळल्यास जवळच्या स्वास्थ्य केंद्राला त्वरित कळवा.



- *पुरेसा प्रकाश व हवा असलेल्या खोलीत रहावे, खोलीला शक्यतो स्नानगृह व स्वच्छतागृह जोडलेले असावे.
- * वृद्ध, गरोदर स्त्रिया, लहान मुले व इतर आजार असणाऱ्या व्यक्तींपासून दूर रहावे.
- * घरातील वावर थांबवावा /खोलीपुरताच असावा.



- *सतत वापरात असणार्या जागांची , स्वच्छता व निर्जंतुकीकरण रोज १% सोडीयम हायपोक्लोराईट चर्या द्रावाने करा.
- *स्वच्छतागृहाची स्वच्छता व निर्जंतुकीकरण ब्लीच किंवा फेनॉलीक निर्जंतुकीकरण द्रावाने रोज करा.
- *विलगीकरणातील व्यक्तीने वापरलेल्या वस्तू, कपडे, गालीचा, इत्यादी; घरातील वापरायच्या साबणाने रोज वेगळे स्वच्छ करा.



- मार्गदर्शक तत्वे कुटुंबातील सदस्यांसाठी ज्यांच्या घरात व्यक्ती विलगीकरणात आहेत
- *घरातील १ व्यक्ती , विलगिकरणातील व्यक्तीच्या कामासाठी नीश्रीत करा.
- *वापरून झाल्यावर फेकून देण्याचे हातमोजे स्वच्छता करताना वापरा व हात धुवा.
- * भेटीसाठी बाहेरील कोणाही व्यक्तीला येऊ देऊ नका.

घरातील विलगीकरणाचा कालावधी : ज्या दिवशी खात्रीच्या रुग्णाच्या संपर्कात आलात, त्यानंतरचे १४ दिवस

स्वास्थ्य आणि कुटुंब कल्याण मंत्रालय, भारत च्या मार्गदर्शक तत्वांनुसार

Source: <https://www.mohfw.gov.in>

घरच्या अलगावासाठी मागेदषेक तत्वे



अत्यंत सौम्य/ पूर्व लक्षणे/ अवलक्षण COVID 19 साठी

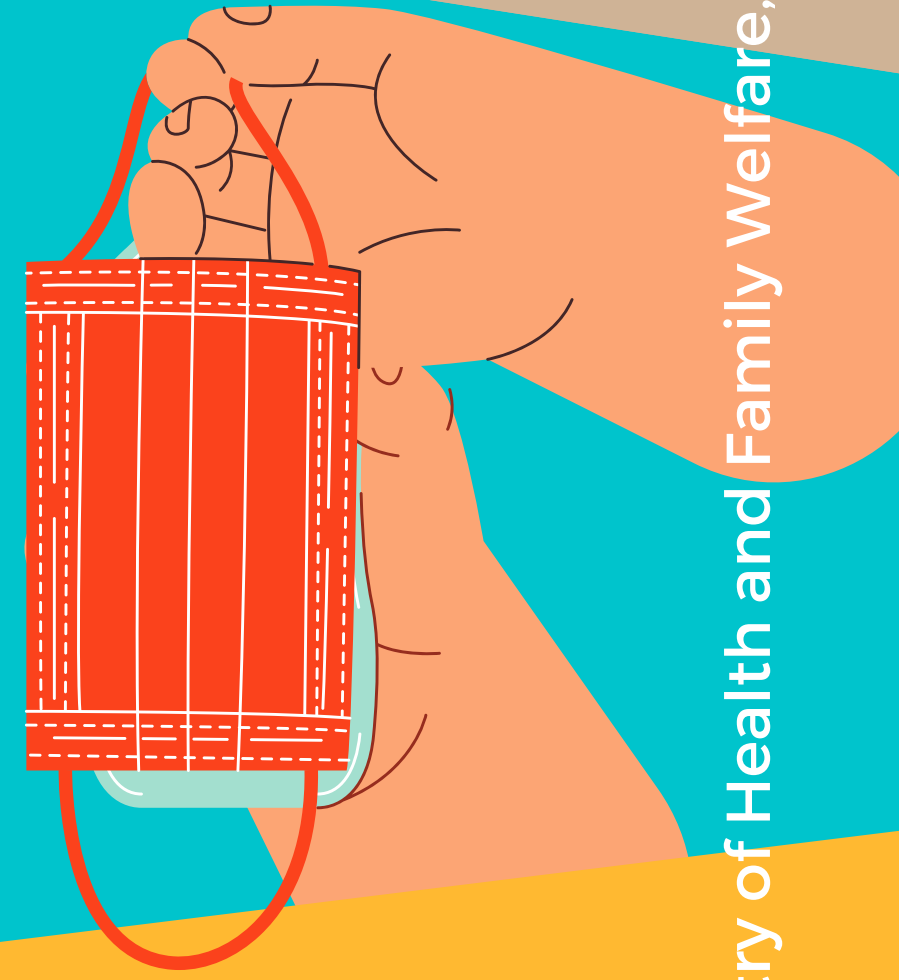
घर अलगावासाठी पात्र रुग्ण



- दवाखानी पद्धतीने उपचार करणारे वैद्यकिय अधिकारी यांनी अत्यंत सौम्य/ प्री-रोग सूचक / रोगप्रतिकारक केस म्हणून नियुक्त केले आहे.
- त्यांच्या निवासस्थानी स्वयं अलगाव व कौटुंबिक संपर्क वेगळा ठेवण्याची व्यवस्था केली आहे.
- काळजी घेण्यास रुग्णवाहिका 24x7 उपलब्ध आहेत.
- आरोग्य सेतू ॲप डाऊनलोड करा आणि नेहमी ॲक्टिव रहा.
- त्याच्यावर नेहमी देखरेख ठेवा आणि नियमित जिल्हा अधिकारी यांना आरोग्या बाबत कळवा
- स्वताःच्या अलगावाचा उपक्रम भरा आणि मागेदषेक तत्वे पाळा.

रुग्ण यांना सूचना

- ट्रिपल लेयर मास्क वापरा आणि वापराच्या 8 तासानंतर फेकून द्या.
- नियुक्त केलेल्या खोलीत रहा आणि घरातल्या इतर सदस्य यांना पासून दूर रहा
- विश्रांती घ्या आणि अनेक काढे प्या
- साबण किंवा ॲलकोहल आधारित सॅनिटाइजरसह कमित कमी 40 सेकंदां पर्यंत हाथ धुवावीत
- 1% सोडियम हायपोक्लोराईटसह वारंवार हात साफ करावे.
- आरोग्यावर लक्ष ठेवा आणि गंभीर लक्षणांचा विकास झाला की त्वरित अहवाल द्या



काळजी घेण्यास नेमलेल्या व्यक्ती यांना सूचना



- रुग्ण यांच्या खोलीत असताना, ट्रिपल लेयर मास्क याचा वापर करावा
- रुग्ण यांच्याशी संपर्क साधला की लगेच चेकअप करून घ्या.
- रुग्ण यांच्या द्रव्य यांच्याशी थेट संपर्क साधू नये विशेषतः तोंडी द्रव्यांपासून सावध रहावे.
- रुग्णाला हात लावताना डिसपोझेबल हातमोजे वापरा.
- रुग्णाला त्यांच्या खोलीत जेवण घ्या आणि नंतर भांडी नीट धूवून ठेवा
- सीपीसीबी याच्या मागेदषेक सूचना यांच्या अनुसार कचरा याची विलेवाट लावा.
- रुग्ण यांनी निर्धारित उपचारांचे पालन केले याची नोंद घ्यावी.

खात्री झालेल्या कोविड रूग्णाच्या संपर्कांमधील जोखमीचा आराखडा



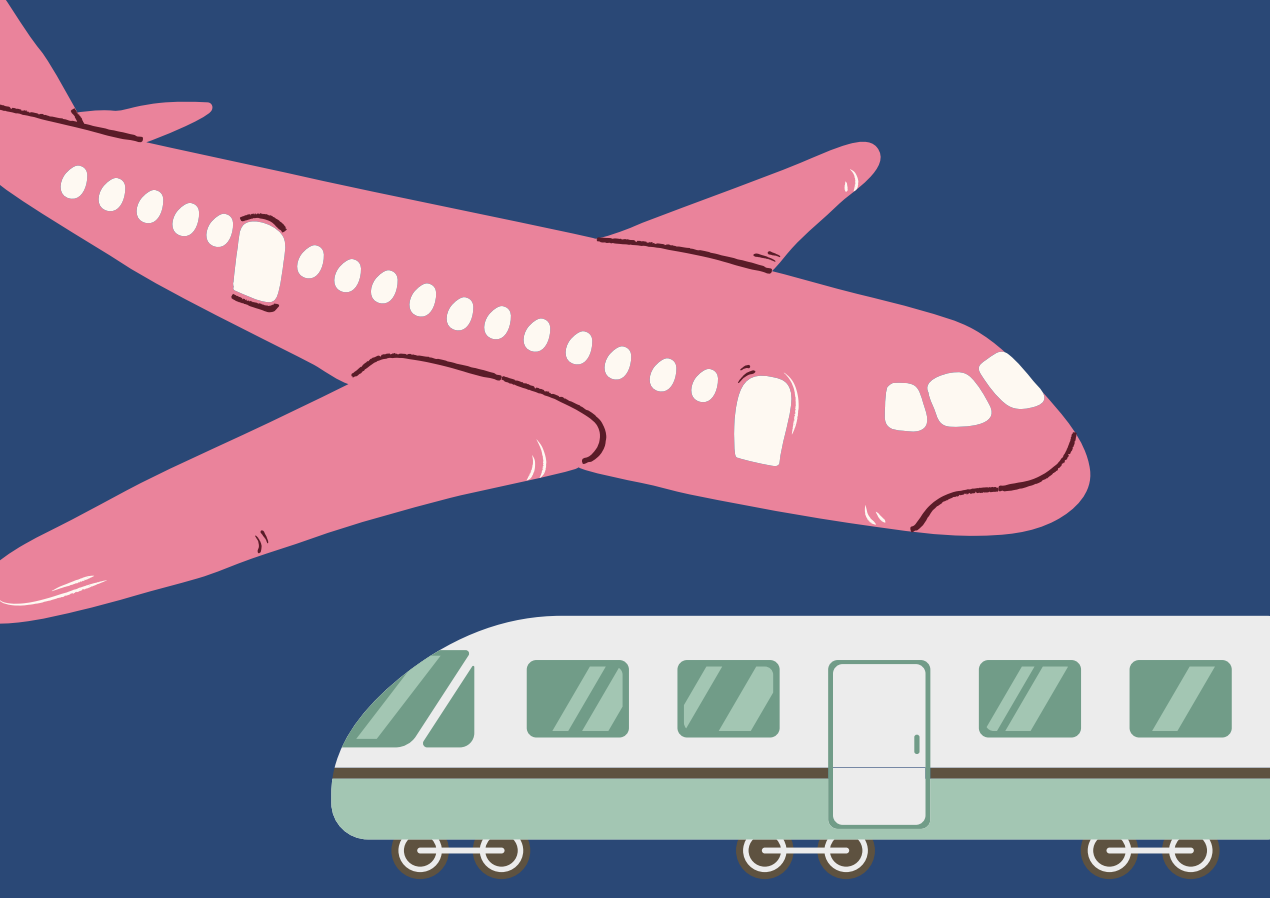
संपर्कातील लोक म्हणजे: जी व्यक्ती, लक्षण (रूग्णामधे) दिसण्याच्या 2 दिवस आधी ते विलगिकरणाच्या तारखेपर्यंतच्या (किंवा रूग्णामधे लक्षणे आढळल्यानंतर जास्तित जास्त 14 दिवस) या कालावधित कोविड रूग्णाच्या संपर्कात आली आहे.

कमी धोका असणारे

- रूग्ण असलेल्या जागी असणारे. (एकाच खोलीत काम केलेले/ तत्सम) पण कोविड रूग्णाच्या जवळ असण्याचा धोका नसणारे.
- ज्यांनी रूग्णासोबतच्या वातावरणात प्रवास (बस/रेलवे/विमान/कोणतेही वाहतुकीचे साधन) केलेले पण कोविड रूग्णाच्या जवळ असण्याचा धोका नसणारे.

जास्त धोका असणारे

- रूग्णाच्या शरीरातील द्रव्यांना स्पर्श झालेला आहे. (श्वास नलीकेतील द्राव, रक्त, उलटी, थुंकी, मल मुत्र ई.)
- ज्यांच्या अंगावर रूग्ण खोकला आहे.
- रूग्णानी वापरलेल्या कागदी रुमालास हाताचा स्पर्श झाला आहे.
- रूग्णाच्या शरिराचा आलेला संपर्क..... पी.पी.ई. कीट न घालता रूग्ण तपासला आहे.
- रूग्णाचे अंथरूण, कपडे, भांडे, साफ केले आहे किंवा त्यांना स्पर्श झाला आहे.
- रूग्णासोबत एकाच घरात राहणारे.
- सुरक्षेचीना १मीटर अंतराच्या आत रूग्णाशी संपर्क आला आहे.
- असे प्रवासी ज्यांनी ६तासपर्यंत लक्षण असलेल्या व टेस्ट मधे पॉझिटीव्ह आलेल्या व्यक्ती जवळ बसून (१मीटर च्या आत) प्रवास केला आहे.



प्रवासासाठी मार्गदर्शक सूचना

Source:

Ministry of Health and Family Welfare:

<https://www.mohfw.gov.in>

01

सवे प्रवाशांना त्यांच्या मोबाईल वर आरोग्य सेतू डाउनलोड करून घेण्याचा सल्ला दिला आहे.



Aarogya Setu

मैं सुरक्षित | हम सुरक्षित | भारत सुरक्षित

02

सवे प्रवाशांच्या सुटण्याच्या वेळी थर्मल स्क्रीनिंग केली जाईल व केवळ अवलक्षणी व्यक्ती यांना प्रवासासाठी परवांगी आहे.



03

बोर्ड व प्रवास करताना सवे प्रवाशांनी तोंड झाकून घ्यावे, वमास्क वापरावा व स्वच्छता राखावी. .



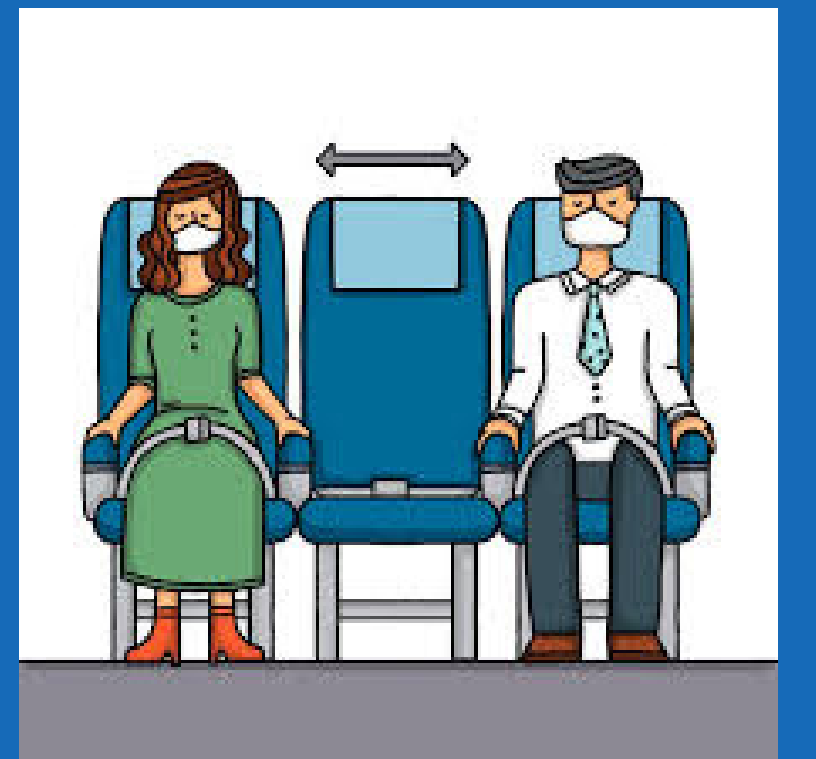
04

विमानतळावर/ रेल्वेस्थानकावर/ बस स्थानकावर सामाजिक अंतर निश्चित ठेवावे व स्थानके नियमित निर्जंतुक करावी.



05

अवलक्षणिय प्रवाशांना 14 दिवस त्यांच्या आरोग्याची काळजी घेण्याचा सल्ला दिला जाईल



कोविड-19 चा प्रसार रोखण्यासाठी हॉटेल(खाणावळ) मध्ये पाळण्याचे नियम



कोविड-19

- 01 प्रतिबंधित क्षेत्र(कंटेनमेंट झोन) मधील हॉटेल बंदच राहणार, फक्त बाहेरील हॉटेल चालू राहणार.
- 02 हॉटेल मध्ये बसून खाण्यापेक्षा खाद्य पदार्थ घरी नेवून खावे.
- 03 घरपोच जेवण पोहोचवणार्या कर्मचार्यांचे निघण्याआधी तापमान तपासल्याजायला हवे.
- 04 प्रवेशद्वारा जवळ हात स्वच्छ करण्याची व्यवस्था(सॅनिटायझर डिसपेंसर व तापमान मोजण्याचे यंत्र अनिवार्य आहे.
- 05 रांग व्यवस्थापित करण्यासाठी आणि आवारात सामाजिक अंतर निश्चित करण्यासाठी विशिष्ट अंतर ठेवून चिंहाकित केली जाऊ शकतात
- 06 बसण्याचा क्षमतेच्या 50% पेक्षा जास्त परवानगी नाही
- 07 प्रवेशासाठी रांगा लावण्यासाठी आणि शक्यतो किमान 6 फीट अंतर ठेवावे
- 08 डिसपोझेबल मेनू वापरले जातात
- 09 शक्य असल्यास संरक्षकाची स्तब्धता
- 10 आवारात प्रभावी स्वच्छता राखावी





SWI+CH

स्विच्छ इंडियि अगेन्स्ट कोरोना

वेबसाईट: **www.switchindia.org**

ईमेल : contact@switchindia.org

इंस्टग्राम: [@switchindiaorg](https://www.instagram.com/switchindiaorg)

फेसबुक: <https://www.facebook.com/switchindiaorg>

DISCLAIMER: The information in the above infographics is from official websites and is merely presented in an attractive fashion here. Switch India is not involved whatsoever in the making of these guidelines, but recommends the general public to follow these official guidelines from trusted sources.