



Session 10
COVID – 19 रक्षा उपाय
स्थानीय स्वशासन मार्गदर्शिका



उल्टा संगरोध

क्या ?

क्यों ??

कैसे ???

LOCAL SELF GOVERNMENT DEPARTMENT, GOVERNMENT OF KERALA

KERALA INSTITUTE OF LOCAL ADMINISTRATION

13/04/2020



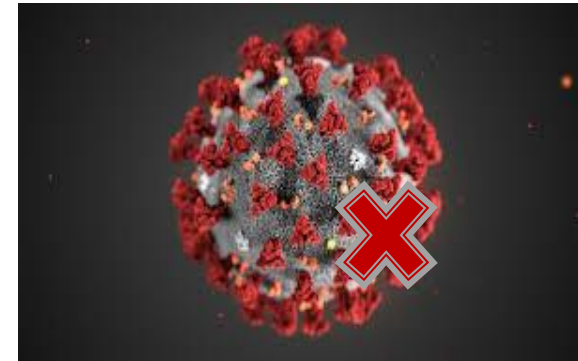
उल्टा संगरोध क्या है?



जैसे वयस्क/गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं
(या उच्च जोखिम वाले समूह में लोग)।

उल्टा संगरोध काँविड-19 संक्रमण को दूसरों से अलग करके उन्हें
होने से रोकेगा

उल्टा क्वारंटेन एक निवारक विकल्प है ।





काँविड-19 सबसे अधिक जोखिम वाले (कमजोर या उच्च जोखिम वाले समूह) कौन हैं ?

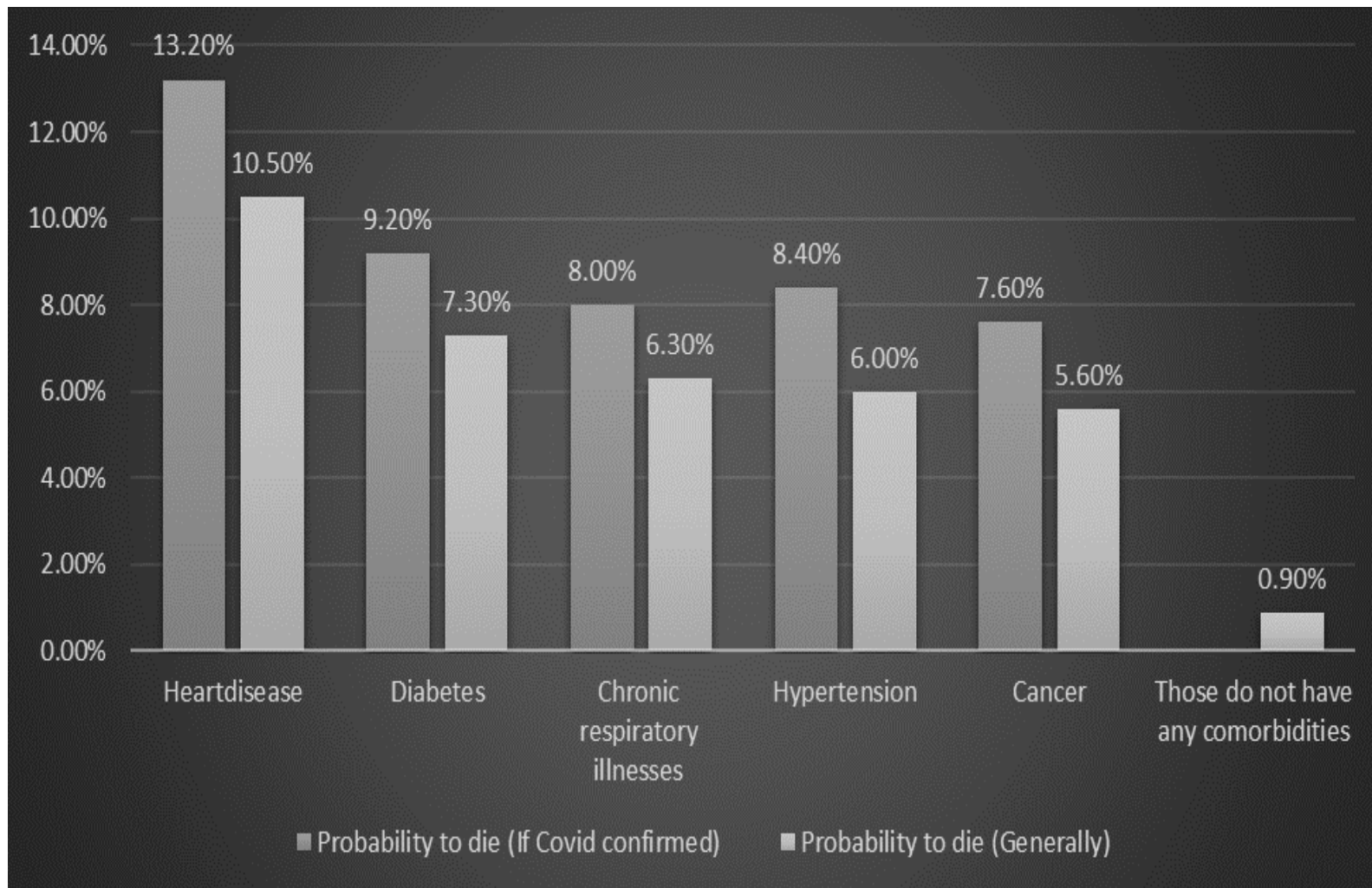


- ✓ वरिष्ठ नागरिक (60 वर्ष और उससे अधिक)
- ✓ सभी उम्र की गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं वाले लोग (उदाहरण के लिए, रक्तचाप, मधुमेह, हृदय रोग, कैंसर, गुर्दे से संबंधित या यकृत बीमारी)
- ✓ सभी उम्र में प्रतिरक्षा में कमी (एच आई वी या एड्स जैसी बीमारियों वाले)
- ✓ जो लोग दवा का उपयोग करते हैं जो सभी उम्र के लिए कम प्रतिरक्षा होते हैं
- ✓ सभी उम्र में क्रॉनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज वाले लोग
- ✓ गर्भवती महिलाओं





कॉविड-19 संक्रमण के मामले में मृत्यु दर



Source: <https://www.worldometers.info/coronavirus/coronavirus-age-sex-demographics/>



उल्टा संगरोध क्यों ??



काँविड-19 संक्रमण की मृत्यु दर को देखो!

गंभीर बीमारी से प्रभावित लोगों की मृत्यु दर अधिक होती है यदि वे काँविड से पीड़ित होते हैं। अगर पुराने वयस्कों के लिए कोड़ा-19 संक्रमण है तो मृत्यु दर अधिक है।

उसे असामान्य या इसी तरह की खतरनाक बीमारियों का खतरा रहेगा, जो मौत का कारण बन सकता है। **पूरी तरह से संगरोध करके आप इस बीमारी से बच सकते हैं।**



उल्टा संगरोध : एक नज़र में स्थानीय स्व सरकार की जिम्मेदारियाँ



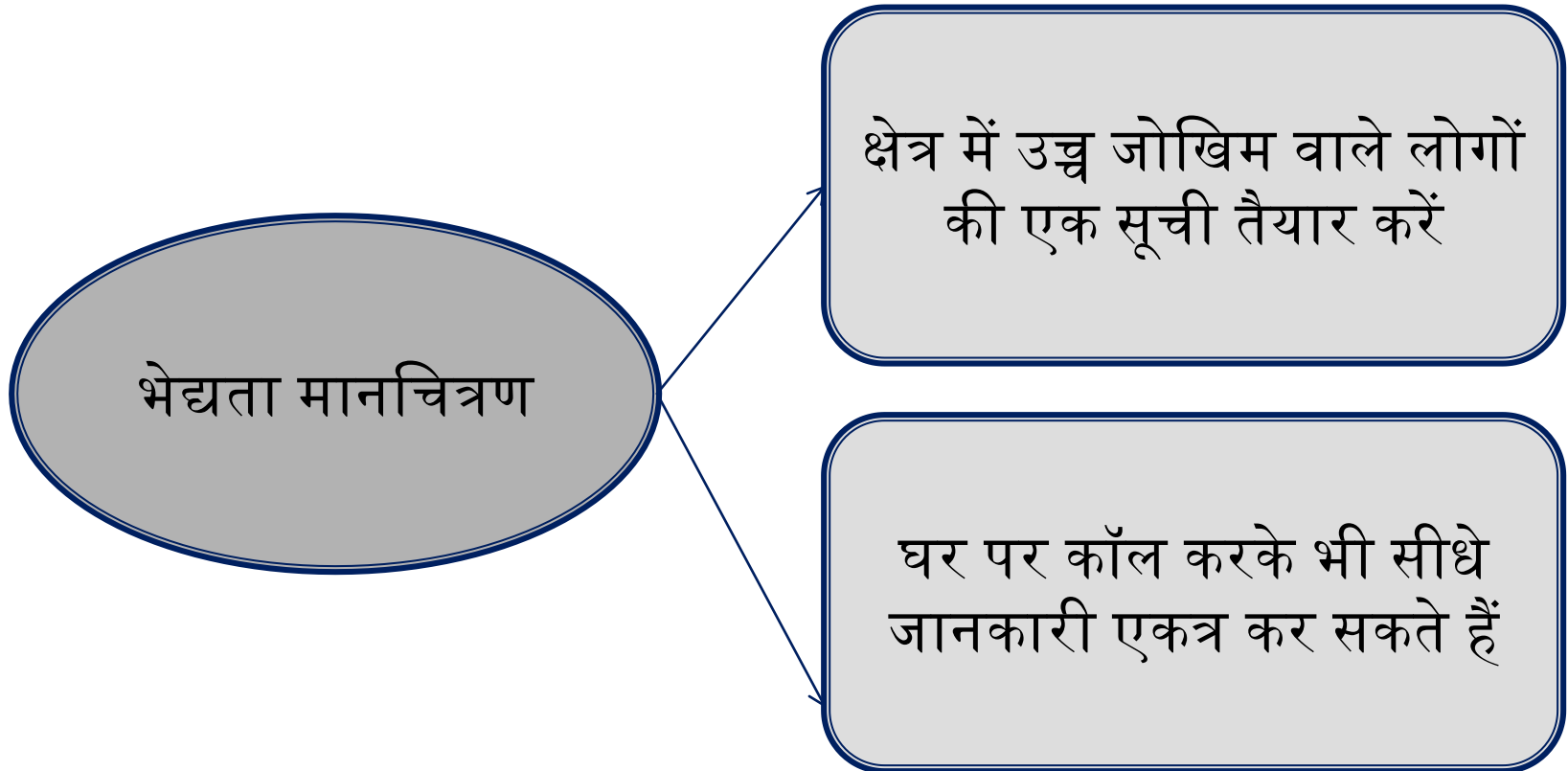
उल्टा संगरोध

- समन्वय
- आचरण
- निगरानी

इन गतिविधियों के लिए स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति को संयुक्त रूप से जिम्मेदार होना चाहिए



उल्टा संगरोध प्रक्रिया





उल्टा संगरोध : स्थानीय सरकारों के कर्तव्य



- ✓ उच्च जोखिम वाले समूह में लोगों की एक सूची तैयार करें
- ✓ उनसेवाओं की एक सूची तैयार करें जो उनके लिए आवश्यक हैं
- ✓ आवश्यक सेवाओं को प्रदान करने के लिए सेटिंग्स
 - स्वयंसेवक
 - प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के साथ संबंध स्थापित करना
 - बुनियादी सुविधा वे की आवश्यकता
 - उनके लिए सेवाओं का समन्वय



उल्टा संगरोध : स्थानीय सरकारों के कर्तव्य



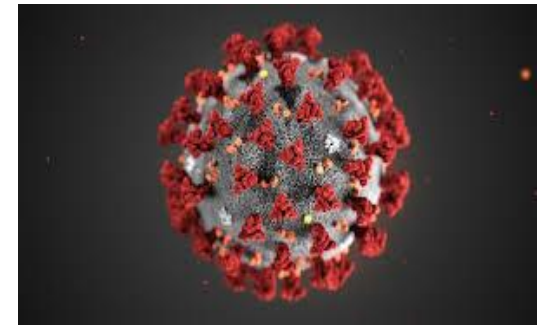
- आपातकालीन सहायता केंद्र बनाना
- उल्टा संगरोध केंद्रों को तैयार करें और उल्टा संगरोध के लिए सुविधाएं दें
- उल्टा संगरोध के बारे में जन जागरूकता दें
- हर दिन का पालन करें
- यदि कोरोनारी लक्षणों को पूरा किया जाना शुरू हो जाता है, तो यह सुविधा जितनी जल्दी हो सके कॉविड फर्स्ट लाइन उपचार केंद्रों (CFLTC) को उपलब्ध कराई जाएगी ।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया



किसी क्षेत्र में किसी व्यक्ति की मृत्यु या मृत्यु की स्थिति में,
उस क्षेत्र में रोकथाम के लिए उच्च जोखिम समूह की
देखभाल कैसे की जा सकती है ?





उल्टा संगरोध प्रक्रिया



पुनर्वास

उच्च-जोखिम समूह को एक अलग क्षेत्र (उदाहरण के लिए एक स्वच्छ कमरे वाला कमरा) स्थापित करने की आवश्यकता हो सकती है, एक तरीके से जो भौतिक दूरी के अनुरूप है जो अन्य व्यक्तियों को सुझाव देता है, लेकिन अलग-थलग नहीं होना चाहिए।

अपने ही घर में

पड़ोसी के घर या
रिश्तेदार के घर पर

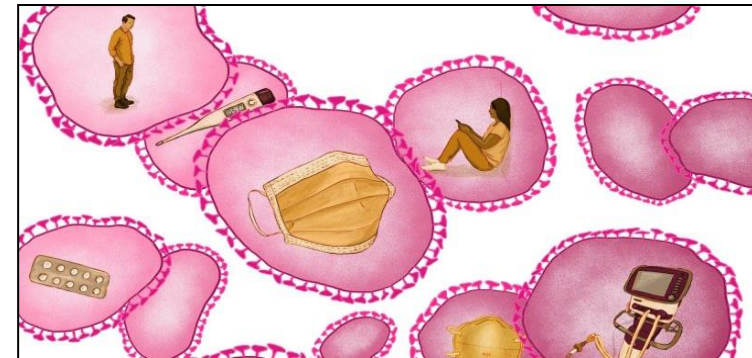
सामुदायिक उल्टा
संगरोध केंद्र



उल्टा संगरोध प्रक्रिया



- एक विशिष्ट स्थान के साथ एक उच्च-जोखिम समूह प्रदान करने के लिए (उदाहरण के लिए एक स्वच्छ कमरे वाला कमरा), कोई अलगाव नहीं होना चाहिए ताकि दूसरे व्यक्ति द्वारा सुझाई गई भौतिक दूरी को पूरा किया जा सके लेकिन अकेले नहीं।
- जो भी लोग इन लोगों के **सहायक** रहे हैं, उनके पास सभी सुविधाएं होनी चाहिए। सहायक को रिवर्स संगरोध के सभी दिशानिर्देशों का पालन करना चाहिए





उल्टा संगरोध प्रक्रिया - विशेष सावधानी बरतनी चाहिए



स्वायत्त निकायों को विभिन्न संस्थाओं और स्वयंसेवकों के साथ समन्वय करना चाहिए ताकि उन लोगों पर विशेष ध्यान दिया जा सके जो इस श्रेणी में अधिक असुरक्षित हैं क्योंकि वे विभिन्न सामाजिक-आर्थिक समूहों के उच्च जोखिम वाले समूह में शामिल हैं



उल्टा संगरोध कैसे लागू करें ?



- उल्टा संगरोध के घरों में संपर्क करने के लिए फोन नंबर घर से बाहर चिपकाया जाना चाहिए।
- चौबीस घंटे के लिए अधिकारियों द्वारा संपर्क किया जा सकता है कि फोन नंबर प्रदान किया जाना चाहिए। इसके अलावा हेल्पडेस्क द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं को लिखा जाना चाहिए और रजिस्टर पर डाल दिया जाना चाहिए।
- यदि रिवर्स क्वाड्रिफिटन में बच्चे हैं, तो अभिभावकों में से एक को बच्चे के साथ उल्टा संगरोध में बच्चे की सुरक्षा के लिए जाना चाहिए और उन्हें सभी सुविधाएं प्रदान करनी चाहिए जो उन्हें चाहिए यह स्थानीय स्वशासन संस्थाएं हैं



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: प्रदान की जाने वाली प्रमुख सेवाएं



- सुनिश्चित करें कि आपके पास चावल, खाद्य सामग्री और आवश्यक सामग्री है और उन क्षेत्रों तक पहुंचें जहां पके हुए भोजन की आवश्यकता है
- एक महीने के लिए निकटतम स्वास्थ्य केंद्र तक पहुंचें, आवश्यक दवाओं के साथ, और दीर्घकालिक बीमारियों के लिए दवाएं (मधुमेह/बीपी/हृदय रोग, आदि)।
- यदि आप शारीरिक अस्वस्थता का अनुभव करते हैं, तो तुरंत संपर्क करने के लिए एक नंबर दें
सुनिश्चित करें कि कैथेटर / राईल्स ट्यूब बीमारों को प्रदान की जाती है, और यदि आवश्यक हो, तो इसे नए लोगों के साथ बदलें।
- गर्भवती महिलाओं के लिए स्कैन करने की सुविधा शुरू करें।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: विस्तार पर सामान्य ध्यान



- व्यक्ति को उल्टे चतुर्भुज विशेष चश्मे में बर्तन, तौलिए, बिस्तर आदि खाने दें। इस्तेमाल किए गए बर्तन, बिस्तर की उंगलियां और तकिया को साबुन और पानी से धोएं।
- सभी सतहों कि हर कोई नियमित रूप से छूता है 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट समाधान के साथ दिन में दो बार साफ किया जाना चाहिए। घरेलू सफाई एजेंट और 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट समाधान के साथ हर दिन फर्श को साफ करें।
- सामान देने या खरीदने के बाद अपने हाथों को साफ रखें।
- जरूरत पड़ने पर थर्मामीटर के साथ शरीर के तापमान की निगरानी करना संभव होना चाहिए। यदि आपको बुखार, खांसी, सांस लेने में कठिनाई, गले में खराश, शरीर में दर्द और बुखार है तो एचआई/जेपीएचएन के क्षेत्र को तुरंत सूचित करें।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया : अपने घर के बारे में कैसे?



- परिवर्तनीय व्यक्ति को पर्याप्त हवाई यात्रा कक्ष दें
- वह एक विशेष बाथरूम का उपयोग करना चाहिए। यदि यह मामला है, तो जब भी आप बाथरूम का उपयोग करते हैं तो इसे बाँझ रखें
- रिवर्स क्वारिडोर्म के बारे में घर को शिक्षित करना
- कॉविड सार्वजनिक अनुदेश हर किसी के द्वारा पालन किया जाना चाहिए



उल्टा संगरोध प्रक्रिया : पड़ोसी / रिश्तेदार घर



- उल्टा संगरोध के बारे में घर के मालिकों को शिक्षित करें
- उच्च जोखिम वाले व्यक्ति की जरूरतों की देखभाल करने की जिम्मेदारी घर के मालिक के साथ रहती है
- कॉविड के सामान्य दिशानिर्देशों का सख्ती से पालन किया जाता है



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: सामुदायिक उल्टा संगरोध केंद्र



- उल्टा संगरोध के बारे में कैदियों और कर्मचारियों को शिक्षित करना
- अच्छा वेंटिलेशन और धूप के साथ एक निजी कमरे में एक उच्च रिस्क के लिए देखो आगंतुकों को सीमित करना।
- स्वास्थ्य कर्मियों को इस कमरे तक पहुंच को नियंत्रित करना चाहिए।
- कमरे में केवल आवश्यक उपकरण लाएं।
- कमरे के बाहर हाथ धोने का स्टेशन स्थापित करें। स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं में व्यक्ति की देखभाल करने से पहले और बाद में अपने हाथ धोएं।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: सामुदायिक उल्टा संगरोध केंद्र



- मरीजों को कमरे में प्रवेश की अनुमति नहीं दी जानी चाहिए। जब तक आप ठीक हो जाते तब तक प्रतीक्षा करने का अनुरोध करें।
- भोजन को बाहर से लाने की अनुमति न दें। केवल ठीक से पका हुआ भोजन करने की अनुमति दें।
- स्वस्थ भोजन उपलब्ध कराएं। पर्याप्त फल और सब्जियों को शामिल करने की कोशिश करें। ट्रांस सनक, एक्स्ट्रा नमक, चीनी आदि से बचें।
- कमरे में चलने की कोशिश करें या शारीरिक रूप से सक्रिय होने के लिए कुछ व्यायाम करें। तंबाकू उत्पादों और शराब से बचें।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: सामुदायिक उल्टा संगरोध केंद्र



- सुनिश्चित करें कि इमारत में कमरे, बाथरूम और अन्य स्थान ठीक से साफ कर रहे हैं।
- प्रत्येक बिस्तर की दूरी 1 मीटर होनी चाहिए (उदाहरण के लिए यदि सहायक आपके साथ है)।
- इन इमारतों के काम के लिए आवश्यक कर्मचारियों को काम पर रखना
- हमें प्रोटोकॉल के अनुसार अपशिष्ट सुधार का अनुपालन करना चाहिए।
- उल्टा संगरोध सेंटर में रहने वाले कैदी अपनी चीजें करने के लिए समायोजन करते हैं (जैसे कपड़े धोना और कागज धोना)।
- टीवी/रेडियो आदि वहां रहने वाले लोगों के लिए मनोरंजक और कम तनावपूर्ण के लिए रिवर्स क्वार्टर सेंटर में होना चाहिए



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: सामुदायिक उल्टा संगरोध केंद्र



- कमरे, रसोई, प्रसाधन और बाथरूम को 99% के एक भाग में पतला एक घरेलू विरंजन समाधान और 70% शराब के समाधान के साथ धातु की सतहों का उपयोग करके कीटाणुरहित किया जाना चाहिए। इसलिए ब्लीचिंग पाउडर और अल्कोहल क्लीनिंग सॉल्यूशन का स्टॉक ज़रूर करें।
- उल्टा संगरोध केंद्र में भोजन के दौरान निवासियों को 10 या उससे कम लोगों के समूहों में विभाजित करने की सुविधा होनी चाहिए, प्रत्येक में एक मीटर की दूरी हो। इसलिए, कमरे में मेज और कुर्सियां तैयार की जानी चाहिए।
- निवासियों, श्रमिकों और स्वास्थ्य कर्मचारियों को हर दिन तापमान को देखना चाहिए और बुखार से छुटकारा पाने के लिए विशेष ध्यान रखना चाहिए। इसके अलावा, श्वसन समस्याओं वाले लोगों को काम छोड़ देना चाहिए।



उल्टा संगरोध प्रक्रिया: सामुदायिक उल्टा संगरोध केंद्र



- व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण पर्याप्त मात्रा में मास्क और दस्ताने प्रदान किए जाने चाहिए। बुखार या श्वसन संबंधी लक्षणों वाले लोगों को मास्क पहनने की सलाह दी जानी चाहिए और तत्काल चिकित्सा सहायता लेनी चाहिए।
- स्वयंसेवक आशा कार्यकर्ता आंगनवाड़ी कार्यकर्ता परिवहन विभाग के अधिकारियों को अपने नाम और संख्या के साथ अन्य स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं की एक सूची तैयार करनी चाहिए।



यह सबसे उचित है कि वे उच्च जोखिम समूह के स्वास्थ्य और समुदाय की सुरक्षा के लिए उल्टा संगरोध का पीछा अगर कोरोनर स्वायत्त संगठन के क्षेत्र में फैलता है



KILA
Help Desk

0487-2455000
0487-2204097

helpdesk@kila.ac.in



KILA
DIGITAL
REPOSITORY

www.dspace.kila.ac.in

KERALA INSTITUTE OF LOCAL ADMINISTRATION
Website : www.kila.ac.in, Email : info@kila.ac.in