सत्र१०

कोविड–१९ – प्रतिबंधात्मक उपाययोजना
स्थानिक स्वराज्य संस्थांसाठी मार्गदर्शन

उलट विलगीकरण – Reverse Quarantine

उलट विलगीकरण म्हणजे काय?
उलट विलगीकरणाची आवश्यकता का आहे?
उलट विलगीकरण कसे करायचे?

LOCAL SELF GOVERNMENT DEPARTMENT, GOVERNMENT OF KERALA

KERALA INSTITUTE OF LOCAL ADMINISTRATION

09.04.2020

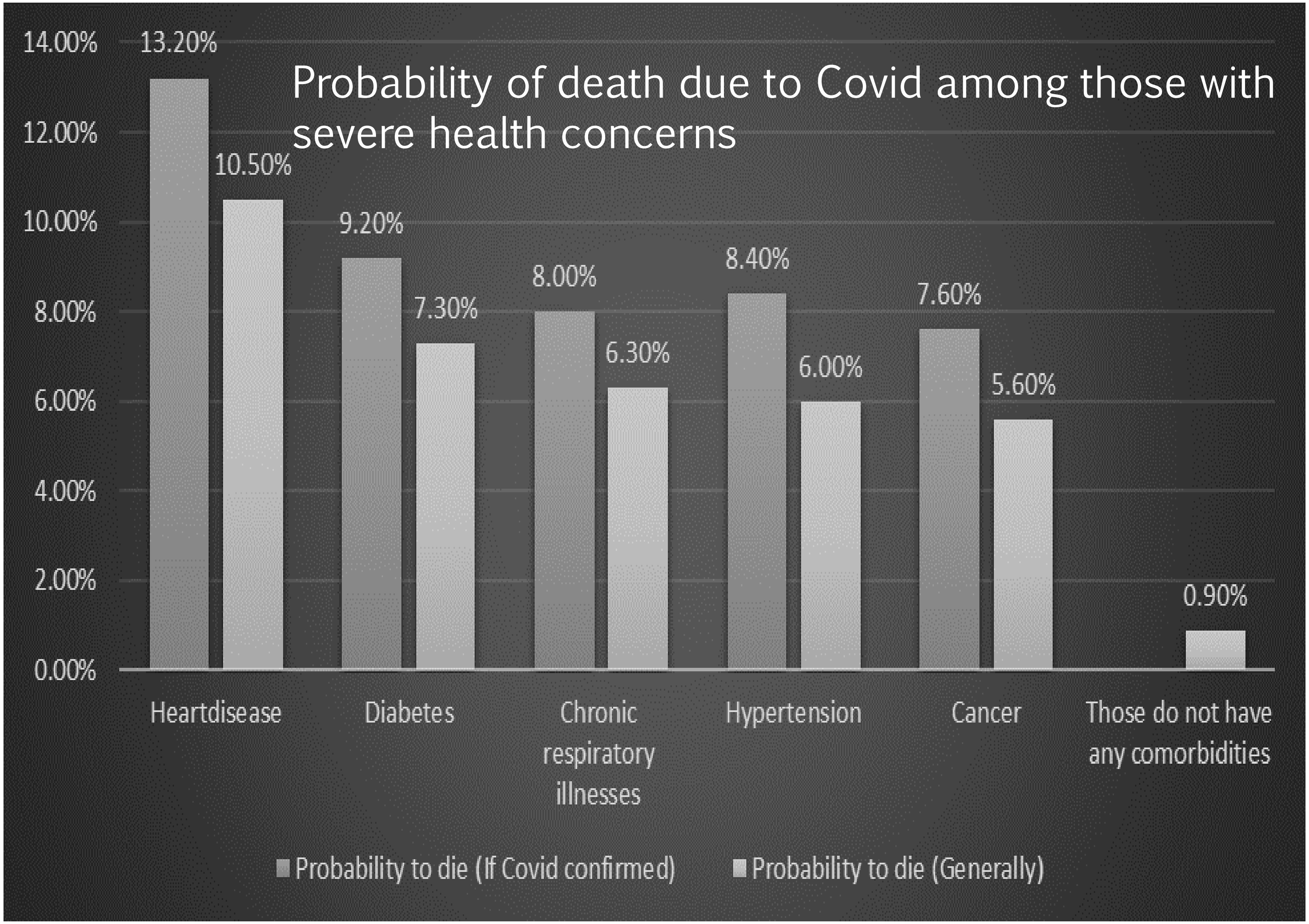
उलट विलगीकरण म्हणजे काय?

उलट विलगीकरण ही ज्येष्ठ सदस्य/गभीर आजार असलेले लोक (अतिशय धोका असलेले किवा तशी शक्यता असलेले)- याना इतर समाजापासून अलग करण्याची व त्यायोगे त्याना कोविड–१९ ची लागण होण्यापासून वाचविण्याची प्रकिया आहे

उलट विलगीकरणाची आवश्यकता का आहे?

- जर वयस्क व्यक्तिंना कोविड–१९ ची बाधा झाली तर त्यांच्यांमधे मृत्युचे प्रमाण जास्त असेल
- त्याचपमाणे गंभीर आजार असलेल्या व्यक्तिंना कोविड–१९ ची बाधा झाली तर त्यांच्यांमधे मृत्युचे प्रमाण जास्त असेल

गंभीर आजार असलेल्या व्यक्तिंमधे कोविड –१९ मुळे मृत्यु होण्याची संभाव्यता



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

कोविड –१९ ची लागण झाल्यामुळे मृत्युचा दर पहा म्हणून अति धोका असलेल्या आणि तशी शक्यता असलेल्या लोकांना हलविणे अत्यावश्यक आहे

कोविड –१९ चा अधिक धोका कोणाला आहे? अधिक धोका आणि तशी शक्यता असलेले गट

- ६० आणि त्यापेक्षा अधिक वयाचे वृद्ध नागरिक
- रक्तदाब, मधुमेह, हृदयरोग, कर्करोग, यकत किंवा मूत्राशयासंबंधी गंभीर आजार असलेले
- एच आय व्ही एडसचे रूग्ण, कमी प्रतिकारशक्ति असलेले सर्व वयाचे लोक
- बर्याच काळ फुफ्फुसाचे विकार असलेले सर्व वयाचे लोक
- गरोदर स्त्रिया

6

उलट विलगीकरण या संकल्पनेची आवश्यकता का आहे?

जर जास्त धोका असलेल्या लोकाना कोविड–१९ ची लागण झाली तर, त्याना न्यूमोनिया सारखे अतिशय धोकादायक आजार बळावण्याची अधिक शक्यता असते

यामुळ मृत्युसुद्धा सभवू शकतो

पूर्ण विलगीकरण करून आपण त्याना लागण होण्यापासून वाचवू शकतो

उलट विलगीकरण ही प्रतिबंधात्मक यंत्रणा आहे

कोविड–१९ चा प्रादुर्भाव फैलावणे रोखण्यासाठी सर्वसाधारण सूचना

- घरातच रहा, अत्यावश्यक नसेल तर घराबाहेर पडू नका
- घरी पाहुण्याना भेटणे टाळा
- जर भेटणे अपरिहार्य असेल तर, दोन व्यक्तिमध १ मीटरचे अतर ठवा
- कोपर वाकवून त्यामध, टिश्यू पेपर किवा हातरूमालामध्येच खोका किवा शिका, टिश्यू पेपरची सुरक्षितरित्या विल्हेवाट लावा, तुमचा हातरूमाल धवा
- साबण आणि पाण्याने वरचेवर तुमचे हात आणि चेहेरा धवा

कोविड-१९ चा प्रादुर्भाव फैलावणे रोखण्यासाठी सर्वसाधारण सूचना

- घरी शिजवलेले गरम अन्न खा
- पोषक अन्न खात आहात हे सुनिश्चित करा
- भरपूर पाणी प्या
- भरपूर फळ खा आणि प्रतिकारशक्ति वाढवा
- नियमित व्यायाम करा
- स्वतःहून औषध घऊ नका, डॉक्टरचा सल्ला घ्या
- घरामध्ये गर्दी करू नका, उद्याने, बाजार किवा धार्मिक स्थळ या सारख्या गर्दीच्या ठिकाणी जाऊ नका

कोविड–१९ चा प्रादुर्भाव फैलावणे रोखण्यासाठी सर्वसाधारण सूचना

- नेहमीच्या तपासण्यांसाठी /पुन्हा भेटण्यासाठी रूग्णालयात जाऊ नका
- डॉक्टरांशी शक्यतो दूरसंचार माध्यमातून संपर्क करा किंवा तुमच्या प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील डॉक्टरांच्या सल्ल्याने योग्य निर्णय घ्या
- उलट विलगीकरण केलेल्या लोकांनी वेगळी स्वच्छतागृहे वापरावीत, जर त्यांनी सर्वांसाठी असलेल्या स्वच्छतागृहाचा वापर केला तर नळ, दाराचे हँडल आणि इतर वस्तू साबण व पाण्याने स्वच्छ करणे अत्यावश्यक आहे

उलट विलगीकरण : स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या जबाबदार्या

- अधिक धोका असलेल्या सर्व लोकांची यादी बनवा
- सर्व प्रकारची संपर्क माहिती गोळा करा
- त्यांना आवश्यक असलेल्या सर्व सेवांची यादी करा
- त्यांना आणि त्यांच्या कुटुंबातील लोकांना उलट विलगीकरणासंबंधी माहिती द्या
- आवश्यक सेवा पुरविण्यासाठी खालील व्यवस्था करा

✓ स्वयंसेवक

✓ प्राथमिक आरोग्य केंद्राशी संपर्क स्थापित करणे

✓ प्राथमिक सोयीसुविधांची व्यवस्था करा

✓ आवश्यक त्या सेवांमधे समन्वय साधा

उलट विलगीकरण : स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या जबाबदार्या

- आपत्कालीन सेवासाठी सहायता कक्ष सुरू करा
- उलट विलगीकरण केद्र तयार करा आणि त्यासाठी आवश्यक ती व्यवस्था करा
- सर्वसाधारण लोकाना उलट विलगीकरणाबाबत माहिती द्या
- रोज पाठपुरावा करा
- जर रूग्णाला कोरोना तापाची लक्षणे दिसून आली तर त्याला लगेच कोविड फस्ट लाइन टोटमेट सेटर–कोविड प्राथमिक उपचार केद्रामध हलविण्यची व्यवस्था करा

उलट विलगीकरण : एका दृष्टिक्षेपात स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या जबाबदार्या

- समन्वय
- अमलबजावणी
- देखरेख

ही कामे स्थानिक आरोग्य आणि कल्याण समितीच्या संयुक्त पर्यवेक्षणाखाली केली जातील

उलट विलगीकरणाची प्रक्रिया

अधिक धोका असलेल्या लोकांना कोरोनाबाधित व्यक्तिंपासून संसर्ग आणि मृत्यु यापासून कसा प्रतिबंध करता येईल आणि त्यांची कशी काळजी घेता येईल?

उलट विलगीकरणाची प्रकिया

अधिक धोका असलेल्या लोकामध्ये समाजातील विविध सामाजिक व आथिक गटातील लोक असल्याने स्थानिक स्वराज्य सस्थानी अशा गटाची विशेष काळजी घतली जाईल यासाठी स्वयसेवक आणि विविध सस्था याच्या कामामध सुसुत्रता आणली पाहिजे

उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- रोगाचा प्रादुर्भाव झालेल्या भागातून अधिक धोका असलेल्या लोकांना हलवा.
- जर रोगाची साथ पसरली असेल तर अधिक धोका असलेल्या लोकांना हलविल्याने अधिक चांगले संरक्षण देता येईल
- त्यांची काळजी घेणार्या लोकांना

सर्व आवश्यक सोयी सुविधा पुरवा आणि

त्यांनी सुद्धा अधिक धोका असलेल्या

लोकांनी अमलात आणावयाच्या सर्व सूचना

पाळल्या पाहिजेत

उलट विलगीकरणाची प्रक्रिया

धोका असण्याचे चित्र

- त्या भागातील अधिक धोका असलेल्यांची यादी करा
- सध्याच्या अधिक धोका असलेल्यांच्या उपलब्ध स्थितीच्या नोंदींचा वापर करा
- दूरध्वनीवरुनही माहिती गोळा करता येईल

उलट विलगीकरणाची प्रक्रिया

अन्य ठिकाणी हलविणे

इतरांपासून योग्य ते अंतर राखले जाईल असे पण त्यांना एकाकी वाटणार नाही अशा पद्धतीने अधिक धोका असलेल्या लोकांसाठी स्वतंत्र वेगळा भाग
उदा: स्वच्छतागृह असलेली खोली

- स्वत:चे घरी
- शेजार्यांचे किंवा नातेवाईकांचे घर
- सामुदायिक उलट विलगीकरण केंद्र

उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- इतर विलगीकरणात असलेल्यासाठी सपर्क क्रमाक त्याच्या घराबाहेर लिहून चिकटवणे
- अधिक धोका असलेल्या लोकासाठी स्थानिक स्वराज्य सस्थामध्ये सहाय्यता कक्ष असावा
- अधिकार्याशी सपर्क करता यावा म्हणून २४ तास चालू असणारा दूरध्वनी देण्यात यावा
- जर उलट विलगीकरणात बालके असतील तर, त्याची काळजी घण्यासाठी व त्याचे रक्षण करण्यासाठी एका पालकाने उलट विलगीकरण केले पाहिजे, सबधित स्थानिक स्वराज्य सस्था त्याना सर्व सोयी सुविधा पुरवेल

उलट विलगीकरणाची प्रकिया: अत्यावश्यक सेवा पुरविणे

- भात, खाद्यवस्तू आणि इतर अत्यावश्यक वस्तू उपलब्ध आहेत हे सुनिश्चित केले जाईल, जेथ आवश्यकता असेल तेथ शिजवलेले अन्न पुरविण्यात येईल
- नजीकच्या आरोग्यकद्रातून पुढील एक महिन्यासाठी आवश्यक ती औषध, दीघकालीन आजारासाठी जसे मधमेह, रक्तदाब, हृदयरोग यासाठी औषध देण्यात यावीत
- शारिरीक दृष्टया अस्वस्थ वाटल्यास लगेच सपर्क करण्यासाठी एक कमाक देण्यात येईल
- अथरुणात खिळलेल्या लोकाना कॅथटर, राईल टयुब देण्यासाठी आणि आधोच्या बदलून नवीन देण्यासाठी सोय करण्यात येईल
- गरोदर स्त्रियासाठी स्कॅनिगची सोय करण्यात येईल

उलट विलगीकरणाची प्रकिया: सर्वसाधारण बाबी

- उलट विलगीकरण केलेल्या व्यक्तिला स्वतत्र पेले ग्लास ताट, वाटया, टॉवेल, पलग देण्यात यावे, वापरलेली भाडी, पलगपोस, आणि उशाचे अभ्रे साबण आणि पाणी यानी धवावे
- बर्याच वेळा हाताळले जाणारे पृष्ठभाग १ टक्का सोडीयम हायपोक्लोराईड द्राव वापरुन दिवसातून दोनदा निर्जतुक करावे दररोज फरशी साफ करण्यासाठी घर स्वच्छ ठवण्याच्या वस्तू आणि १ टक्का सोडीयम हायपोक्लोराईड द्राव याचा वापर करावा
- कोणतीही वस्तू दिल्या घतल्यानतर हात पूर्णपणे स्वच्छ धवावे
- आवश्यकतेनुसार तापमापक वापरुन शरीराचे तापमान घ्यावे, जर ताप, खोकला, श्वसनासाठी त्रास, घसा दुखणे, अग दुखणे या सारखी लक्षणे आढळल्यास स्थानिक आरोग्य निरीक्षक/कनिष्ठ सार्वजनिक आरोग्य परिचारिका याना कळवावे

स्वत:च्या घरी उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- धोका असलेल्या व्यक्तिना खेळती हवा असलेली खोली देण्यात यावी
- धोका असलेल्या व्यक्तिनी स्वतत्र स्वच्छता गृहाचा वापर करावा अन्यथा वापरल्यानतर प्रत्येक वेळो निर्जतुकीकरण करावे
- साबण आणि पाणी वापरुन किमान २० सेकद हात धवावेत अन्यथा हात स्वच्छ ठवण्यासाठी हँड सॅनिटायझरचा वापर करावा
- सर्वानी कोविड सबधित सर्वसाधारण सूचनाचे कटाक्षाने पालन करावे

शेजार्यांच्या / नातेवाईकांच्या घरी उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- कुटुबातील सदस्याना उलट विलगीकरणाची माहिती द्यावी
- अधिक धोक्यात असलेल्या व्यक्तिच्या गरजा पुरविण्याची जबाबदारी त्याच्याच कुटुबातील सदस्याला देण्यात यावी
- अधिकार्यांशी सपर्क साधण्यासाठी दूरध्वनी २४ तास उपलब्ध असावा
- सर्वांनी कोविड सबधित सर्वसाधारण सूचनाचे कटाक्षाने पालन करावे

सामुदायिक उलट विलगीकरण केंद्रामधे उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- तेथ असलेल्या व्यक्तिना आणि कर्मचार्यांना उलट विलगीकरणाची माहिती द्यावी
- चागली खेळती हवा आणि चागला सूर्यपकाश असलेल्या स्वतत्र खोलीमध्ये अधिक धोका असलेल्या व्यक्तिची व्यवस्था करण्यात यावी
- भेटायला येणार्यांची सख्या मर्यादित ठवावी, आरोग्य कर्मचार्यांनी सुद्धा खोलीत जाण्याबाबत नियत्रण पाळावे
- अशा खोलीमध्ये केवळ आवश्यक ती उपकरणे आणावी
- खोलीबाहेर हात धुण्यासाठी कक्ष उभारावा, व्यक्तिला सेवा दिल्यानतर आरोग्य कर्मचार्यांसह सर्वांनी हात धुवावे

सामुदायिक उलट विलगीकरण केंद्रामधे उलट विलगीकरणाची प्रक्रिया

- इतर रुग्णाना खोलीमध्ये प्रवेश देण्यात येऊ नये, रोगी त्याच्या आजारातून बरे होईपर्यंत थाबण्यास सागावे
- बाहेरुन खाद्यपदाथ आणण्यास परवानगी नाही, फक्त नीट शिजवलेले अन्नपदाथ देण्यात यावे, आरोग्यपूर्ण खाद्यपदाथ देण्यात यावेत, आवश्यक ती फळ व भाज्या याचा समावेश करण्यात यावा, चरबीयुक्त पदाथ, अतिरिक्त मीठ आणि साखर असलेले पदाथ टाळावे
- शारीरिकदृष्टया निरोगी रहाण्यासाठी खोलीतल्या खोलीत चालावे किवा व्यायाम करावा, तबाखूची उत्पादने आणि दारु याचे सेवन टाळावे

सामुदायिक उलट विलगीकरण केंद्रामधे उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- खोल्या, स्वच्छतागृहे आणि इमारतीतील इतर जागाचे योग्यरीत्या निर्जंतुकीकरण केले जात आहे हे सुनिश्चित करावे
- खाटामध १ मी अतर ठवावे
- या केद्राचे कामकाज सूचनानुसार चालू ठवण्यासाठी पुरेसे कर्मचारी नेमावेत
- योग्य पद्धतीनुसार कचर्यांची विल्हेवाट लावावी
- उलट विलगीकरण केद्रातील व्यक्तिना त्याची नेहमीची कामे – कपडे धुणे, भाडी घासणे– यासाठी व्यवस्था करावी
- तेथोल व्यक्तिच्या करमणुकीसाठी आणि विरगुळ्यासाठी उलट विलगीकरण केद्रामध टोव्ही/रेडीओ इ असावेत

सामुदायिक उलट विलगीकरण केंद्रामधे उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- खोल्या, स्वयपाकगहे, स्वच्छतागृहे आणि मोर्या घरगुती वापरासाठीच्या ब्लीचींग पावडरने (९९ टक्के मध १ टक्का भाग) विरघळवून निर्जंतुक करावे, धातूचे पृष्ठभाग ७० टक्के अल्कोहोल वापरुन निर्जंतुक करावे, यासाठी ब्लीचींग पावडर आणि ७० टक्के अल्कोहोल असलेला स्वच्छतेचा द्राव याचा पुरेसा साठा ठवावा
- उलट विलगीकरण केद्रामध जेवणाच्यावेळो १० पेक्षा कमी लोकाचे गट करावे, त्यातील प्रत्येकजण दुसर्या व्यक्तिपासून १ मी अतरावर बसेल त्यानुसार भोजनकक्षात खुर्च्या व टबलाची सोय करावी
- तेथ राहणारे कर्मचारी आणि आरोग्य कर्मचारी याचे तापमान रोज बघावे, जर ताप आला असेल तर त्याना तेथ्न हलविण्याची सोय करावी, फुफ्फुसाचे रोग असलेल्याना काम देऊ नये

उलट विलगीकरण केंद्रामधे उलट विलगीकरणाची प्रकिया

- वैयक्तिक सुरक्षा सच, मास्क व हातमोजे याची पुरेशी व्यवस्था असावी, ताप किवा श्वसनसस्थच्या रोगाची लक्षणे असलेल्याना मास्क घालण्यास सागावे आणि अधिकार्याची त्वरित वैद्यकीय मदत मिळवावी
- नतर समाजसेवी, आशा कर्मचारी, अगणवाडी कर्मचारी वाहतूक विभाग अधिकारी आणि इतर आरोग्य कर्मचारी याच्या दूरध्वनी क्रमाकाची यादी करण्यात यावी
- जर स्थानिक स्वराज्य सस्था क्षत्रातील कोरोना बाधित रुग्णाची सख्या वाढली तर ससर्गापासून बचाव होण्यासाठी उलट विलगीकरण हा सर्वोत्तम पर्याय आहे

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