



Session- 10



COVID-19: தடுப்பு நடவடிக்கை  
செயல்பாடு உதவியாளர்

தலைகீழ்  
தனிமைப்படுத்தல்  
என்ன ?  
ஏன் இல்லை ??  
எப்படி???

உள்ளாட்சி துறை  
KERALA INSTITUTE OF LOCAL ADMINISTRATION

16/04/2020

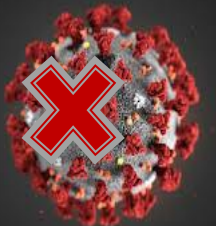


# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் என்றால் என்ன?



வயதானவர்கள் / கடுமையான உடல்நலப்  
பிரச்சினைகள் உள்ளவர்கள்  
(பாதிக்கப்படக்கூடிய அல்லது அதிக இடர்  
குழுவில் உள்ளவர்கள்) தலைகீழ்  
தனிமைப்படுத்தல் மற்றவர்களிடமிருந்து  
தனிமைப்படுத்துவதன் மூலம் கோவிட் -19  
நோயால் பாதிக்கப்படுவதைத் தடுக்கிறது.

தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் ஒரு தடுப்பு  
நடவடிக்கை





# கோவிட் -19 உயர் ஆபத்தில் (பாதிக்கப்படக்கூடிய அல்லது உயர் இடர் குழு) யார்?

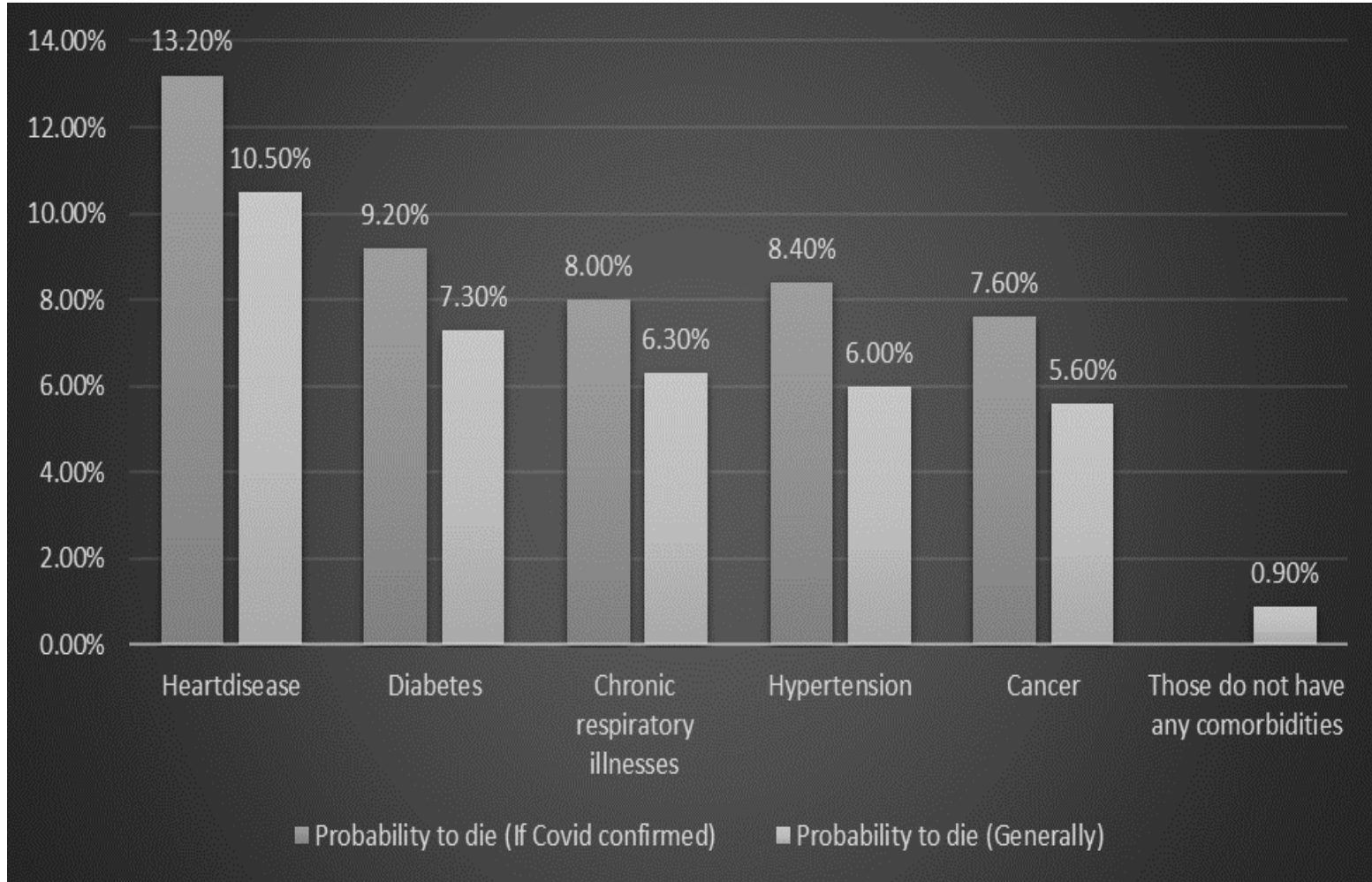


- மூத்த குடிமக்கள் (60 வயது மற்றும் அதற்கு மேற்பட்டவர்கள்)
- எல்லா வயதினருக்கும் கடுமையான உடல்நலப் பிரச்சினைகள் உள்ளவர்கள் (எ.கா. இரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு நோய், இதய நோய், புற்றுநோய், சிறுநீரகம் அல்லது கல்லீரல் நோய்)
- எல்லா வயதினரிடமும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி (எச்.ஐ.வி அல்லது எய்ட்ஸ் உள்ளவர்கள்)
- எல்லா வயதினருக்கும் நோயெதிர்ப்புத் தடுப்பு மருந்துகளைப் பயன்படுத்துபவர்கள்
- எல்லா வயதினருக்கும் நாள்பட்ட தடுப்பு நுரையீரல் நோய் உள்ளவர்கள்
- கர்ப்பிணிகள்





# கோவிட் -19 தொற்று ஏற்பட்டால் இறப்பு விகிதங்கள்



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



# ஏன் தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்??



கோவிட் 19 நோய்த்தொற்றுகளுக்கான இறப்பு  
விகிதத்தைப் பாருங்கள்!

மோசமான நோய் மோசமான மக்களில் இறப்பு  
அதிகரித்ததோடு தொடர்புடையது.  
வயதானவர்களுக்கு கோவிடா -19 நோய்த்தொற்று  
காரணமாக அதிக ஆபத்து உள்ளது

அவை நிமோனியா அல்லது இதே போன்ற  
கடுமையான நோய்களுக்கு அதிக ஆபத்தில்  
உள்ளன, அவை மரணத்திற்கு வழிவகுக்கும்.  
அவற்றை முழுமையாகத் தனிமைப்படுத்துவதன்  
மூலம், நோயை அகற்ற முடியும்



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்: ஒரு பார்வையில் உள்ளூர் அரசாங்கங்களின் கடமைகள்



## தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்

- ஒருங்கிணைப்பு
- செயல்திறன்
- கவனிப்பு

இந்த நடவடிக்கைகளை சுகாதார மற்றும்  
நலக்குழு கூட்டாக மேற்கொள்ள வேண்டும்



# தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை



பாதிப்பு  
வரைபடம்:  
இப்பகுதி  
யில் அதிக  
ஆபத்து  
உள்ளவர்க  
ளின்  
பட்டிய  
லைத்  
தயாரிக்க  
வும்

இந்த நோக்கத்திற்காக  
அதிக ஆபத்துள்ள  
நபர்கள் குறித்த  
தற்போதைய  
புள்ளிவிவரங்களைப்  
பயன்படுத்தவும்

வீட்டிற்கு அழைப்பதன்  
மூலமும் நீங்கள்  
நேரடியாக  
தகவல்களை  
சேகரிக்கலாம்



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்: உள்ளூர் அரசாங்கங்களின் கடமைகள்



- ✓.அவர்களை தொடர்பு கொள்ள தகவல்களை சேகரிக்கவும்
- ✓ அவர்களுக்கு தேவையான சேவைகளின் பட்டியலை உருவாக்கவும்
- ✓ சேவைகளை வழங்குவதற்கான அமைப்புகள்
  - தொண்டர்கள்
  - ஆரம்ப சுகாதார மையத்துடன் ஒரு உறவை நிறுவுதல்
  - அவர்களுக்கு தேவையான உள்கட்டமைப்பை வழங்குதல்
  - அவர்களுக்கான சேவைகளின் ஒருங்கிணைப்பு





# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்: உள்ளூர் அரசாங்கங்களின் கடமைகள்



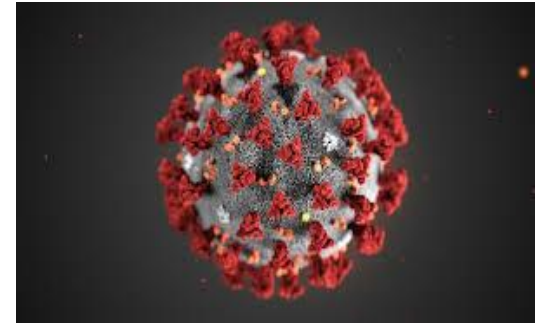
- ✓ அவசர உதவி மேசை வடிவமைக்கவும்.
- ✓ தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்களை உருவாக்குங்கள், தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலுக்கான வசதிகளை வழங்குதல்
- ✓ தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் பற்றி பொதுமக்களுக்கு கல்வி கற்பித்தல்
- ✓ ஒவ்வொரு நாளும் பின்தொடரவும்
- ✓ கொரோனா அறிகுறிகள் தொடங்கியவுடன் கோவிட் முதல் வரிசை சிகிச்சை மையங்களுக்கு (CFTC) மாற்றுவதற்கு வசதி



# தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை



ஒரு பகுதியில் ஒரு நபரின்  
மரணம் அல்லது இறப்பு  
ஏற்பட்டால், அந்த பகுதியில்  
தடுப்பதன் ஒரு பகுதியாக  
உயர் இடர் குழுவை எவ்வாறு  
பராமரிக்க முடியும்?





# தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை



## இடமாற்றம்

அதிக ஆபத்துள்ள குழு ஒரு தனி இடத்தை அமைக்க வேண்டியிருக்கலாம் (எ.கா. ஒரு ஆரோக்கியமான அறை), மற்ற நபர் பரிந்துரைத்த உடல் தூரத்திற்கு இசைவான முறையில், ஆனால் தனிமைப்படுத்தப்படவில்லை.

அவரது சொந்த  
வீட்டில்

பக்கத்து வீட்டில்  
அல்லது உறவினரின்  
வீட்டில்

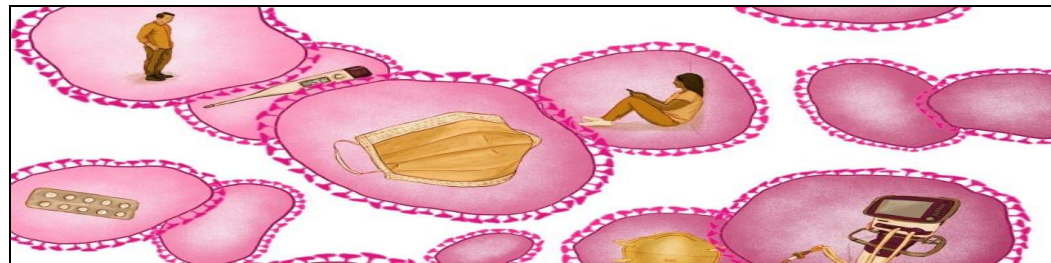
சமூகம் தலைகீழ்  
தனிமைப்படுத்தப்பட்ட  
மையம்



# தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை



- அதிக ஆபத்துள்ள குழுவிற்கு ஒரு குறிப்பிட்ட இருப்பிடம் இருக்கலாம் (எ.கா. ஒரு சுகாதாரமான அறை) இது மற்ற நபர்களுக்கு பரிந்துரைக்கும் ஆனால் தனியாக உணராத உடல் தூரத்தை பராமரிக்க முடியும். நோய் பரவினால் அவர்கள் இடமாற்றம் செய்வதன் மூலம் சிறந்த பாதுகாப்பை வழங்க முடியும்
- இந்த மக்களுக்கு உதவியாளராக இருந்த எவருக்கும் அனைத்து வசதிகளும் இருக்க வேண்டும். தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலின் அனைத்து வழிகாட்டுதல்களையும் உதவியாளர் பின்பற்ற வேண்டும்





# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை - சிறப்பு கவனம்



வெவ்வேறு சமூக மற்றும் பொருளாதார குழுக்கள்  
உயர் இடர் குழுவில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளதால்,  
உள்ளூர் சுய அரசு நிறுவனம் பல்வேறு  
நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களுடன்  
ஒருங்கிணைந்து இந்த பிரிவில் மிகவும்  
பாதிக்கப்படக்கூடியவர்களுக்கு சிறப்பு கவனம்  
செலுத்த வேண்டும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலை எவ்வாறு செயல்படுத்துவது?



- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலில் உள்ள வீடுகளின் விஷயத்தில், தொலைபேசி எண்ணை வீட்டிற்கு வெளியே ஒட்ட வேண்டும்.
- உள்ளூர் உதவி அமைப்புகளுக்கு அதிகாரிகளுக்கு 24 மணிநேர அணுகலுடன் ஒரு உதவி மேசை இருக்க வேண்டும். மேலும், உதவி மேசை வழங்கும் சேவைகள் பதிவேட்டில் பதிவு செய்யப்பட வேண்டும்
- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலில் குழந்தைகள் இருந்தால், பெற்றோர்களில் ஒருவர் குழந்தையுடன் தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலில் சென்று உள்ளாட்சி அமைப்புகள் தேவையான அனைத்து வசதிகளையும் வழங்க வேண்டும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை: விவரங்களுக்கு பொதுவான கவனம்



- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலில் உள்ள நபருக்கு சிறப்பு கிளாஸ், பாத்திரங்கள், துண்டுகள் மற்றும் படுக்கைகள். உணவு பாத்திரங்கள், படுக்கை விரிப்புகள் மற்றும் தலையணையை சோப்பு மற்றும் தண்ணீரில் கழுவவும்.
- தொடர்ந்து தொடும் அனைத்து மேற்பரப்புகளும் 1% சோடியம் ஹைபோகுளோரைட் கரைசலுடன் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை கருத்தடை செய்யப்பட வேண்டும். வீட்டு சுத்தம் செய்யும் முகவர் மற்றும் 1% சோடியம் ஹைபோகுளோரைட் கரைசலுடன் தினமும் தரையை சுத்தம் செய்யுங்கள்.
- கொடுத்த பிறகு அல்லது வாங்கிய பிறகு கைகளை கழுவவும்.
- தேவைப்படும்போது உடல் வெப்பநிலையை ஒரு தெர்மோமீட்டர் மூலம் கண்காணிக்க முடியும். உங்களுக்கு காய்ச்சல், இருமல், மூச்சுத் திணறல், தொண்டை வலி, உடல் வலி மற்றும் காய்ச்சல் இருந்தால், உடனடியாக அந்த பகுதியின் HI / JPHN க்கு அறிவிக்கவும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை: வழங்கப்பட வேண்டிய முக்கிய சேவைகள்



- அரிசி மற்றும் உணவுப் பொருட்கள், அத்துடன் அத்தியாவசிய பொருட்கள் இருப்பதை உறுதிசெய்து, சமைத்த உணவை தேவையான இடத்தில் கொண்டு வாருங்கள்
- போதுமான மருந்துகள், நாள்பட்ட நோய்களுக்கான மருந்துகள் (நீரிழிவு / பிபி / இதய நோய் போன்றவை) அருகிலுள்ள சுகாதார மையத்திலிருந்து ஒரு மாதத்திற்கு வழங்கவும்.
- உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லை எனில் உடனடியாக உங்களை தொடர்பு கொள்ள ஒரு எண்ணைக் கொடுங்கள்
- படுக்கை நோயாளிகளுக்கு வடிகுழாய் / ரைல்ஸ் குழாய் போன்றவற்றை வழங்குதல் மற்றும் தேவைப்பட்டால் புதியவற்றைச் செருகுவது..
- கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு ஸ்கேன் செய்ய வசதி செய்யுங்கள்.





# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல்: உள்ளூர் அரசாங்கங்களின் கடமைகள்



- ✓ அவசர உதவி ஹெல்ப் டெஸ்க் வடிவமைக்கவும்
- ✓ தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்களை உருவாக்குங்கள், தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தலுக்கான வசதிகளை வழங்குதல்
- ✓ தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் பற்றி பொதுமக்களுக்கு கல்வி கற்பித்தல்
- ✓ ஒவ்வொரு நாளும் பின்தொடரவும்
- ✓ கொரோனா அறிகுறிகளைப் பார்த்தவுடன் கோவிட் முதல் வரிசை சிகிச்சை மையங்களுக்கு (சி.எஃப்.எல்.டி.சி) மாறுவதற்கு வசதி செய்யுங்கள்



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்துப்பட்ட செயல்முறை: வீட்டில்



- அணிந்தவருக்கு போதுமான காற்றோட்ட அறை வழங்கவும்
- பாதிக்கப்படக்கூடிய நபர் சிறப்பு சுத்தம் செய்ய வேண்டும். இல்லையென்றால், ஒவ்வொரு முறையும் ஒரு சுத்தமான சுத்திகரிப்பாளரைப் பயன்படுத்துங்கள்
- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் பற்றி வீட்டு உரிமையாளர்களுக்குக் கற்பித்தல்
- கோவிட்டின் பொதுவான வழிகாட்டுதல்கள் அனைவராலும் கண்டிப்பாக கடைபிடிக்கப்படுகின்றன



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தும் செயல்முறை: அக்கம்பக்கத்து / உறவினர் வீடு



- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் பற்றி வீட்டு உரிமையாளர்களுக்குக் கற்பித்தல்
- அதிக ஆபத்துள்ள தனிநபரின் தேவைகளைப் பராமரிப்பதற்கான பொறுப்பு வீட்டு உரிமையாளரிடம் உள்ளது
- கோவிட்டின் பொதுவான வழிகாட்டுதல்கள் அனைவராலும் கண்டிப்பாக கடைபிடிக்கப்படுகின்றன



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை: சமூக தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்கள்



- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தல் பற்றி குடியிருப்பாளர்கள் மற்றும் ஊழியர்களுக்கு கல்வி கற்பித்தல்
- நல்ல காற்றோட்டம் மற்றும் சூரிய ஒளி கொண்ட ஒரு தனியார் அறையில் அதிக ஆபத்துள்ள நபரை ஒதுக்குங்கள்
- பார்வையாளர்களைக் கட்டுப்படுத்துங்கள். சுகாதார ஊழியர்கள் இந்த அறைக்கு செல்வதை கட்டுப்படுத்த வேண்டும்.
- தேவையான உபகரணங்களை மட்டுமே அறைக்கு கொண்டு வாருங்கள்.
- அறைக்கு வெளியே கை கழுவுதல் நிலையம் வைக்கவும். ஆரோக்கியம்பராமரிப்பு வழங்குநர்கள் உட்பட தனிநபரைப் பராமரிப்பதற்கு முன்னும் பின்னும் கைகளை கழுவ வேண்டும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயலமுறை: சமூக தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்கள்



- நோயாளிகள் அறைக்குள் நுழைய அனுமதிக்காதீர்கள். நீங்கள் நலமடையும் வரை காத்திருக்குமாறு கோருங்கள்.
- உணவை வெளியில் இருந்து கொண்டு வர அனுமதிக்காதீர்கள். ஒழுங்காக சமைத்த உணவை மட்டுமே அனுமதிக்கவும்.
- ஆரோக்கியமான உணவைப் பெறுங்கள். போதுமான பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளை சேர்க்க முயற்சிக்கவும். டிரான்ஸ் கொழுப்புகள், அதிகப்படியான உப்பு மற்றும் சர்க்கரை ஆகியவற்றைத் தவிர்க்கவும்.
- உடல் ரீதியாக சுறுசுறுப்பாக இருக்க அறையைச் சுற்றி நடக்க அல்லது சில உடற்பயிற்சிகளைச் செய்ய முயற்சிக்கவும். புகையிலை பொருட்கள் மற்றும் ஆல்கஹால் ஆகியவற்றைத் தவிர்க்கவும்.
- கட்டிடத்தில் உள்ள அறைகள், குளியலறைகள் மற்றும் பிற இடங்கள் சரியாக கிருமி நீக்கம் செய்யப்படுவதை உறுதி செய்யுங்கள்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை: சமூக தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்கள்



- ஒவ்வொரு படுக்கையிலும் சுமார் 1 மீ தூரம் இருக்க வேண்டும் (எ.கா. உதவியாளருடன்).
- இந்த கட்டிடங்களின் செயல்பாட்டிற்கு தேவையான பணியாளர்களை நியமிக்கவும்
- நெறிமுறைக்கு ஏற்ப கழிவு மேலாண்மை பின்பற்றப்பட வேண்டும்.
- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தும் மையத்தில் வசிப்பவர்கள் தங்கள் சொந்த விவகாரங்களை ஒழுங்கமைக்கலாம் (எ.கா., துணி துவைத்தல் மற்றும் செய்தித்தாள் கழுவுதல்).
- டிவி / வானொலி போன்றவை பொழுதுபோக்கு, தளர்வு மற்றும் ஓய்வெடுப்பதற்கான தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையத்தில் இருக்க வேண்டும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்துதல்பட்ட செயல்முறை: சமூக தலைகீழ் தனிமைப்படுத்துதல்பட்ட மையங்கள்



- அறைகள், சமையலறைகள், கழிப்பறைகள் மற்றும் குளியலறைகள் 99 இல் 1 என்ற நீர்த்த வீட்டு ப்ளீச்சிங் கரைசலையும், 70% ஆல்கஹால் கரைசலுடன் உலோக மேற்பரப்புகளையும் கிருமி நீக்கம் செய்ய வேண்டும். எனவே ப்ளீச்சிங் பவுடர் மற்றும் ஆல்கஹால் துப்புரவு கரைசலில் சேமித்து வைக்க மறக்காதீர்கள்.
- தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தும் மையத்தில், உணவு வசதி ஒரு நேரத்தில் 10 அல்லது குறைவான நபர்களின் குழுக்களாக பிரிக்கப்பட வேண்டும், ஒவ்வொன்றும் 1 மீ. எனவே, வாழ்க்கை அறை அட்டவணை மற்றும் நாற்காலிகள் தயார் செய்யப்பட வேண்டும்.
- குடியிருப்பாளர்கள், தொழிலாளர்கள் மற்றும் சுகாதார ஊழியர்கள் ஒவ்வொரு நாளும் வெப்பநிலையைப் பார்த்து, காய்ச்சலிலிருந்து விடுபட சிறப்பு கவனம் செலுத்த வேண்டும். மேலும், சுவாச பிரச்சினைகள் உள்ளவர்கள் வேலையை விட்டு வெளியேற வேண்டும்.



# தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட செயல்முறை: சமூக தலைகீழ் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையங்கள்



- பிபிஐ மற்றும் முகமூடிகள் மற்றும் கையுறைகள் போதுமான அளவுகளில் வழங்கப்பட வேண்டும். காய்ச்சல் அல்லது சுவாச அறிகுறிகள் உள்ளவர்கள் முகமூடி அணிந்து உடனடியாக மருத்துவ சிகிச்சை பெற அறிவுறுத்தப்பட வேண்டும்.
- தன்னார்வலர்கள் ஆஷா தொழிலாளர்கள் அங்கன்வாடி தொழிலாளர்கள் போக்குவரத்துத் துறை அதிகாரிகள் பிற சுகாதார ஊழியர்களின் பட்டியலை அவர்களின் பெயர்கள் மற்றும் எண்களுடன் தயாரிக்க வேண்டும்.





**உள்ளாட்சி அமைப்பின்  
பகுதியில் கரோனா  
நோயாளிகளின் எண்ணிக்கை  
அதிகரித்தால், அதிக  
ஆபத்துள்ள குழுவில்  
உள்ளவர்களுக்கு தலைகீழ்  
தனிமைப்படுத்தலைப்  
பின்பற்றுவது நல்லது.**



**KILA**  
Help Desk

0487-2455000  
0487-2204097

helpdesk@kila.ac.in



**KILA**  
DIGITAL  
REPOSITORY  
[www.dspace.kila.ac.in](http://www.dspace.kila.ac.in)

**KERALA INSTITUTE OF LOCAL ADMINISTRATION**  
Website : [www.kila.ac.in](http://www.kila.ac.in), Email : [info@kila.ac.in](mailto:info@kila.ac.in)