



Intergrated Disease Surveillance Programme (IDSP)

COVID-19 : Home care/ Quarantine for contacts / suspect cases



आवश्यक निर्देश कोविड - 19 के लिए :

- आपको अपने घर में हवादार कमरे में रहना है जिसमें बाथरूम उसके साथ हो।
- यदि उस कमरे में कोई और सदस्य को रहना पड़े तब आपकी बिस्तर और इनके बिस्तर की दूरी 1 मीटर से ज्यादा हो।
- बूढ़े, प्रेग्नेंट, बच्चों और किसी बीमारी वाले से दूर रहे।
- घर में ज्यादा ना घुमे।
- कोई सामाजिक सभा में ना जाएँ।
- हमेशा अपने हाथों को साबुन और पानी या सेनेटाइजर से साफ करें।
- अपने बर्तनों और कपड़ों को अलग रखें।
- आप मास्क पहन कर रहे और 6-8 घंटे में बदल लें तथा उसको निस्तार 5% ब्लिचिंग पाउडर या 1% हाइपोक्लोराइट से **disinfect** कर जला या जमीन में गाड़ दें।
- किसी तरह के लक्षण (बुखार, खांसी या सांस लेने में तकलीफ हो) आप में हो, तो तुरंत देवघर जिला के हेल्पलाइन नंबर - 9771935367 या केन्द्रीय हेल्पलाइन नंबर - 011- 23978046 पर कॉल करें।



आवश्यक निर्देश परिवार के सदस्यों के लिए :

- एक ही सदस्य को संदिग्ध के देख रेख की जिम्मेदारी हो।
- संदिग्ध के गंदे कपड़ों से जितना हो सके, दूर रहें।
- सफाई के समय डिस्पोजेबल ग्लब्स का प्रयोग करें।
- ग्लब्स निकलने के बाद हाथों को साफ करें।
- बाहरी लोगों को ना मिलने दें।
- यदि संदिग्ध में केविड - 19 लक्षण मिलते हैं तब सारे सदस्यों को 14 दिन का Home quarantine किया जाय, जब तक टेस्ट नेगेटिव ना आये।

संदिग्ध मरीज के आस - पास की सफाई :

- कमरे के सामानों को रोजाना 1% हाइपोक्लोराइट से साफ करें।
- बाथरूम को रोज सामान्य ब्लिच / फिनाइल से साफ करें।
- संदिग्ध के कपड़ों को रोज अलग से डिटर्जेंट से धोएं और धुप में सुखाएं।

Home Quarantine
Duration :-
14 days

सौजन्य :- जिला सूचना एवं जनसंपर्क कार्यालय, देवघर द्वारा प्रचारित