

9. भारत सरकार COVID-19 कोरोना वायरस बीमारी के प्रसार को रोकने के लिए किसका उपयोग कर रही है?

उत्तर- COVID-19 के प्रसार पर अंकुश लगाने का आदर्श तरीका जनसंख्या का व्यापक परीक्षण है और संक्रमित व्यक्ति को 14 दिनों के संगरोध से अलग करना है। चूंकि वायरस के लिए परीक्षण द्वारा व्यापक स्क्रीनिंग उपलब्ध नहीं है, भारत सरकार COVID-19 के प्रसार को रोकने के लिए WHO -अनुशंसित रणनीतियों का उपयोग कर रही है, जैसा कि नीचे उल्लिखित है:

• सभी प्रकार के सार्वजनिक समारोहों पर प्रतिबंध जैसे:

- a) सार्वजनिक परिवहन प्रणालियों का लॉकडाउन, दोनों भूमि और हवाई (हवाई अड्डों, बसों और ट्रेनों को बंद करना) ।
- b) पार्को, पुस्तकालयों, स्कूलों, कार्यालयों, शॉपिंग मॉल, दुकानों आदि जैसे सार्वजनिक स्थानों को बंद करें।
- c) जितना संभव हो उतना आवश्यक दैनिक आपूर्ति की होम डिलीवरी के साथ जनता के लिए होम ऑर्डर पर रहें।

• सामाजिक दूरी को बढ़ावा देना - दो व्यक्तियों के बीच न्यूनतम 6 फीट की दूरी रखना। भारत जैसे घनी आबादी वाले देश में इसे लागू करना मुश्किल है।

• व्यक्तिगत सुरक्षा सावधानियों पर सार्वजनिक शिक्षा देना।

- जब हाथ धोने की सुविधा उपलब्ध न हो तो साबुन से हाथ धोएं और हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें।
- खांसने और छींकने के दौरान उनके मुंह और नाक को कवर करें- फेस मास्क (अधिमानतः कपड़ा) का उपयोग करें।
- बाहर जाने पर फेस मास्क का प्रयोग करें।
- जहां संभावित मानव संपर्क सकता है उन सतहों को साफ रखें ।

• बुखार और खाँसी जैसे ठंडी या जुकाम के लक्षण होने पर भी स्वास्थ्य सुविधा पर जाने से बचें, जब तक कि आपको साँस लेने की तकलीफ महसूस न हो। डॉक्टर से संपर्क करें और फेस मास्क और अलगाव के साथ घर पर रहें। स्वास्थ्य देखभाल की सुविधा केंद्र पर बीमार रोगियों के साथ भीड़ की स्थिति में वायरस को संचारित

करने का 50% जोखिम बढ़ जाता है। प्रसार और मृत्यु दर को कम करने के लिए, जर्मनी और दक्षिण कोरिया जैसे कुछ देश अस्पतालों से बाहर बाहरी-रोगी विभाग (क्षेत्र) पर COVID-19 कोरोना वायरस के लिए परीक्षण कर रहे हैं और इसके अलावा डॉक्टरों द्वारा बीमार रोगियों के घर पर दौरा कर रहे हैं। जिन रोगियों में बुखार और खांसी जैसे रोग के हल्के लक्षण विकसित होते हैं, वे घर पर अलग-थलग रहते हैं और सांस की तकलीफ या सांस लेने में तकलीफ होने पर ही अस्पताल जाते हैं।

• **फेस मास्क पहनने का प्रचार** - फेस मास्क के उपयोग के दिशा-निर्देश तेजी से बदल रहे हैं। हाल ही में, C.D.C. (U.S.A में रोग नियंत्रण का केंद्र) ने सिफारिश की है कि बाहर जाने पर सभी व्यक्तियों द्वारा फेस मास्क पहना जाना चाहिए। इसके अतिरिक्त, किसी भी ठंडी के लक्षण वाले व्यक्तियों को हर समय फेस मास्क पहनना चाहिए (फेस मास्क के प्रकार और उपयोग पर नीचे विस्तार से दर्शाया गया है) ।