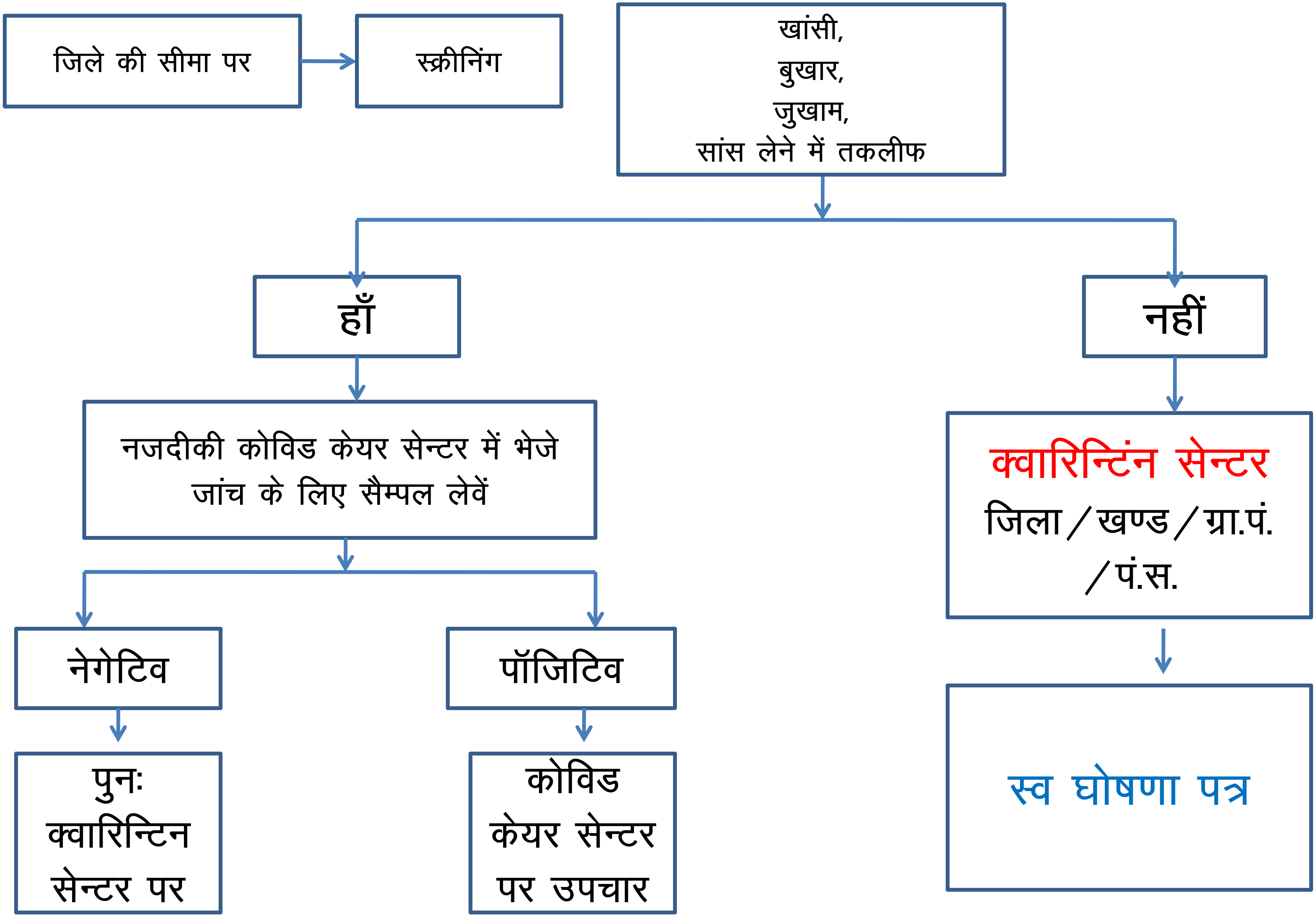
क्वारिन्टिन सेन्टर

12.05.2020

क्वारिन्टिन फ्लो चार्ट



क्वारिन्टिन सेन्टर

- पर्याप्त कमरों की सुविधा उपलब्ध हों।
- महिला/पुरूषों के लिए पृथक से स्नानघर व शौचालय
- दो पलंग के मध्य न्यूनतम 01 मीटर की दूरी हो।
- कमरों में पर्याप्त रोशनी एवं हवा की व्यवस्था हो।
- कमरों में पंखे व कूलर की व्यवस्था हो।
- प्रवेश/निकास हेतु एक ही द्वार हो।

- प्रत्येक व्यक्ति हेतु पृथक से चाद्र, तकिया, तौलिया, नहाने हेतु बाल्टी, मग, साबुन, टूथपेस्ट, टूथब्रश, हैण्ड सैनेटाईजर इत्यादि
- मॉस्क का उपयोग करें।
- बार–बार साबुन से हाथ धोने की व्यवस्था हो।
- साबुन से हाथ धोने का तरीका (SUMAN.K) सिखाया जाये।

- सेन्टर में रहने वाले व्यक्तियों को **Respiratory Etiquette** (खांसने व छीकने के लिए कोहनी का उपयोग) का तरीका सिखाया जावें।
- साईन बोर्ड के माध्यम से **Personal Hygiene, Environmental Hygiene, Physical Distancing,** कोविड–19 के लक्षणों से संबंधित जानकारी का प्रदर्शन किया जाये।
- सीसी टी0वी0 / पब्लिक एनाउसमेन्ट की व्यवस्था
- बाहरी व्यक्ति का प्रवेश निषेध हो तथा ना ही क्वारिन्टिंन व्यक्ति बाहर आये
- सुरक्षा गार्ड की उपलब्धता

- **<u>इन्फेक्शन कन्ट्रोल :</u>** कमरों, गैलरी, सीढिया, कॉरिडोर, रैलिंग, दरवाजों के नॉब, शौचालय व अन्य आवश्यक स्थानों पर निर्धारित अंतराल पर 01 प्रतिशत हाईपोक्लोराईट सोल्यूशन से मोपिंग/छिडकाव करवाया जावे।
- चाद्‌र, तकिया, तौलिया व अन्य वस्तुएं गाईड लाईन अनुसार धुलवाये जाने की व्यवस्था हो।
- कचरे के निस्तारण से पूर्व हाइपोक्लोराईड सोल्यूशन के माध्यम से डिसइन्फेक्शन करते हुए कचरे का निस्तारण किया जाना चाहिए।

चिकित्सा व्यवस्था

- राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम की टीम द्वारा खण्ड में आने वाले क्वारिन्टिन सेन्टर पर स्वास्थ्य परीक्षण हेतु उत्तरदायी होगें।
- स्वास्थ्य की जानकारी सुबह व शाम स्वयं सेवक द्वारा ली जावेगी।
- हाई रिस्क ग्रुप पर विशेष निगरानी रखी जावे।
- प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक दवाईयों की उपलब्धता
- लक्षण उत्पन्न होने पर तुरंत कोविड हैल्थ केयर सेन्टर पर स्थानान्तरण

भोजन व्यवस्था

- पानी, चाय, भोजन व अन्य हेतु यथा संभव स्वयं के बर्तन हो।
- भोजन, चॉय, स्नान, शौच व अन्य कार्यो के समय एकत्रित नहीं हो।

स्व–घोषणा पत्र (अण्डरटेकिंग)

होम आईसोलेशन / क्वारन्टीन हेतु

मैं ....पुत्र/पुत्री/पत्नी..उम्र............... पता .... जिला .... मोबाईल नम्बर .... यात्रा स्थान ....यह सहमति प्रदान करता/करती हुँ कि चिकित्सा विभाग द्वारा मुझे "कोरोना रोग" से संबंधित सम्पूर्ण जानकारी प्रदान कर दी गई है तथा रोग का प्रसार होने से रोकने हेतु मैं, 14 दिवस तक " होम आईसोलेशन / **क्वारेन्टाइन सेन्टर** " पर रहूंगा/रहूंगी एवं चिकित्सा विभाग द्वारा दी गई समस्त सूचनाओं का मैं पूर्ण पालना करुगां/करुगी तथा मे प्रति दिन अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग रहुगा, मुझे किसी प्रकार के लक्षण होने की स्थिति मे तुरत 104 / 108 / कन्ट्रोल रूम पर सूचित करूगा। मे यह भी सहमति प्रदान करता हु कि यदि मे होम आईसोलेशन / **क्वारेन्टाइन सेन्टर के** नियमो का उल्लंघन करूगा तो मेरे विरूद्व कानूनी कार्यवाही के लिये मैं, स्वयं जिम्मेदार रहूंगा/रहूंगी।

वर्तमान मुझे ये लक्षण है/नही है

1. बुखार हॉ / नही 2 खासी हॉ / नही 3 सास में परेशानी हॉ / नही

दिनांक .... (हस्ताक्षर)

स्थान .... नाम :..

- **मे उपरोक्त व्यक्ति की गांरटी लेता हु कि वह 14 दिन तक होम आईसोलेशन / क्वारेन्टाइन सेन्टर के नियमो का पालन करेगा/ करेगी, पालन नही करने पर मेरे दारा तुंरत प्रशासन को सूचना दी जायेगी।**

(गवाह के हस्ताक्षर)

गवाह का नाम व पता :...

मोबाईल नम्बर :...

#राजस्थान_सतर्क_है

COVID-19
क्वारेंटाइन होम
प्रवेश निषेध है

दि. ______________ से दि. ______________

नाम

____

पता

____

व्यक्तियों की कुल संख्या

____

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

राजस्थान सरकार

निरोगी राजस्थान
समृद्ध राजस्थान
पहला सुख निरोगी काया

अशोक गहलोत
मुख्यमंत्री, राजस्थान

राजस्थान सरकार

#राजस्थान सतर्क है

होम / संस्थागत क्वॉरन्टीन का वादा निभाएें
कोरोना वायरस के संक्रमण का ख़तरा घटाऐं

यदि आप पिछले 15 दिनों में यात्रा से लौटे या संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आये हैं तो तुरन्त डॉक्टर से संपर्क करें एवं अगले 14 दिनों के लिए सभी से संपर्क सीमित रखें और अलग कमरे में रहें।

यदि आप को घर / संस्था में क्वॉरन्टीन (अलग रहने की स्थिति) में रहने का निर्देश दिया गया है तो इन सावधानियों का पालन करें :

1. घर के हवादार कमरे में अलग रहें जिसका अलग शौचालय हो।
2. क्वॉरन्टीन्ड सदस्य को चाहिए कि वह बुजुर्गों, गर्भवती महिलाओं, बच्चों या जो लोग मधुमेह, उच्च रक्तचाप, फेफड़ों की बीमारी, किडनी की बीमारी या कैंसर की दवा ले रहें हों, उनसे दूर रहें।
3. क्वॉरन्टीन्ड सदस्य की देखभाल करने के लिए परिवार के किसी एक सदस्य को निर्धारित करें जो डॉक्टर के निर्देशों को समझने और इन निर्देशों का पालन करने में मरीज की मदद करें।
4. परिजनों से मेल मिलाप, अनावश्यक आवागमन से परहेज करें और सभी से 2 मीटर की दूरी बनाए रखें।
5. देखभाल कर्ता एवं क्वॉरन्टीन्ड व्यक्ति दोनो मास्क का उपयोग करें। हर इस्तेमाल के बाद साबून व पानी से धोयें एवं धूप में सुखाने के बाद ही दोबारा इस्तेमाल करें।
6. क्वॉरन्टीन्ड सदस्य के सामान जैसे कि बर्तन तौलिया, बिस्तर आदि सामानों को किसी और के साथ साझा ना करें।

छींकने, खांसने, सतहों को छूने, भोजन से पहले और शौचालय का उपयोग करने के बाद अपने हाथों को साबुन और पानी से धोएं

खांसते और छींकते समय अपने मुंह को रूमाल / टिश्यू से ढकें

अपनी आंख, नाक और मुंह को छूने से बचें

बुजुर्ग व मधुमेह, उच्च रक्तचाप, सांस या गुर्दे की बीमारी से ग्रस्त व्यक्तियों से दूर रहें

यदि आपको खांसी, सांस लेने में परेशानी या बुखार हो, तो मास्क का उपयोग करें

एक अलग कमरे में सोएं या दूसरों से 1 मीटर की दूरी बनाकर सोएं

कोरोना महामारी के खतरे को एक पल भी न भुलाएं, बचाव के लिए घर या संस्था में रहने के संकल्प को धैर्य से निभाएं

खाँसी व बुखार के लक्षण होने अथवा अधिक जानकारी के लिए नज़दीकी सरकारी अस्पताल से संपर्क करें या कॉल करें:

टोल फ्री हेल्पलाइन : 104/108 स्टेट कंट्रोल रूम : 0141 - 2225624, 2225000

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

निदेशालय, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण (आईईसी) सेवाएं, जयपुर

राजस्थान सरकार

 # राजस्थान_सतर्क_है

होम / संस्थागत क्वॉरन्टीन का वादा निभाऐं
कोरोना वायरस के संक्रमण का ख़तरा घटाऐं

यदि आप पिछले 15 दिनों में यात्रा से लौटे या संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आये हैं तो तुरन्त डॉक्टर से संपर्क करें एवं अगले 14 दिनों के लिए सभी से संपर्क सीमित रखें और अलग कमरे में रहें।

घर / संस्था पर क्वारंटाइन किये गये व्यक्ति के लिए निर्देश :

1. घर / संस्था के हवादार कमरे में अलग रहें जिसका अलग शौचालय हो।
2. क्वारंटाइन किये गए व्यक्ति को चाहिए कि वह बुजुर्गों, गर्भवती महिलाओं, बच्चों या जो लोग मधुमेह, उच्च रक्तचाप, फेफड़ों की बीमारी, किडनी की बीमारी या कैंसर की दवा ले रहें हों, उनसे दूर रहें।
3. घर में मेहमानों को बुलाने या मिलने से परहेज रखें।
4. परिजनों से मेल मिलाप, अनावश्यक आवागमन से परहेज करें और सभी से 2 मीटर की दूरी बनाएं रखें।
5. इस्तेमाल किये हुए मास्क को बंद कुडेदान में फेंकें।

ये सावधानियां अपनाएं

अगले 14 दिनों के लिए सबके साथ सीमित संपर्क रखें, और अलग कमरे में सोएं।

अन्य लोगो से सुरक्षित रहें एवं अपना निजी समान किसी से साझा न करें।

छींकते और खाँसते समय नाक और मुँह ढकें

नियमित रूप से साबुन से हाथ धोएं

खाँसी व बुखार के लक्षण होने अथवा अधिक जानकारी के लिए नज़दीकी सरकारी अस्पताल से संपर्क करें या कॉल करें:

24X7

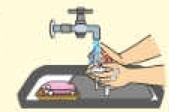
टोल फ्री हेल्पलाइन	स्टेट कंट्रोल रूम
104/108	0141-2225624, 2225000

कोरोना महामारी खतरनाक चरण में है
बचाव के लिए घर में ही रहें

घर / संस्था पर क्वारंटाइन व्यक्ति के परिवार वालों के लिए निर्देश

क्वारंटाइन किए गए व्यक्ति की देखभाल करने के लिए परिवार के किसी एक सदस्य को ही निर्धारित करें जो डॉक्टर के निर्देशों का पालन करने में मरीज़ की मदद करे।

क्वारंटाइन व्यक्ति की देखभाल से पहले एवं बाद में साबुन और पानी या एल्कोहल आधारित सेनीटाइज़र से हाथ साफ करें एवं केवल देखभाल करने वाला व्यक्ति ही मास्क का उपयोग करे।



3. क्वारंटाइन किए गए व्यक्ति के सामान जैसे कि बर्तन तौलिया, बिस्तर आदि को किसी और के साथ साझा ना करें।

घर के अन्य सदस्य अलग कमरे में रहें व यथासम्भव अलग शौचालय का उपयोग करें।

यदि खाँसी, बुखार, सांस लेने में परेशानी जैसे लक्षण दिखाई दें तो नज़दीकी सरकारी अस्पताल से संपर्क करें या कॉल करें।

क्वारंटाइन परिवार के लिए समाज का सहयोग

1. संक्रमण किसी को भी हो सकता है। किसी को बहिष्कृत या भेदभाव न करें। सहायक बनें, सहायता करें।
2. दवाईयाँ, किराने का सामान, सब्जियां, भोजन घर पर पहुँचाने के प्रबन्ध में सहयोग दें। सामान देने के बाद साबुन से हाथ धोऐं।
3. जरूरत पड़ने पर ऐम्बुलेन्स सेवा का प्रबन्ध करवाऐं।
4. क्वारंटाइन किए गए व्यक्ति के अनावश्यक आवागमन की निगरानी करें।

अपने घर / संस्था के सुरक्षित क्षेत्र में सीमित रहने में ही समझदारी है, इस प्रकार आप स्वयं व अपने स्वजनों को और समुदाय को सुरक्षित रख पायेंगे।

कोरोना महामारी के खतरे को एक पल भी न भुलाएं बचाव

धन्यवाद