संचालनालय स्वास्थ्य सेवायें,
मध्यप्रदेश

महत्वपूर्ण

क्रमांक/आई.डी.एस.पी/2021/ 479 भोपाल, दिनांक 07 /04/2021

प्रति,

1. समस्त कलेक्टर, म.प्र।
2. समस्त अधिष्ठाता, चिकित्सा महाविद्यालय, म.प्र।
3. समस्त मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, म.प्र।
4. समस्त सिविल सर्जन सह मुख्य अस्पताल अधीक्षक, म.प्र।

विषयः– लक्षण रहित (Asymptomatic) तथा अति मंद (Very Mild) लक्षण वाले कोविड–19 पॉजीटिव केस हेतु होम आईसोलेशन किट के संबंध में।

संदर्भः– 1. संचालनालयीन पत्र क्र./आई.डी.एस.पी./1597 भोपाल दिनांक 14/09/2020
2. संचालनालयीन पत्र क्र./आई.डी.एस.पी./428 भोपाल दिनांक 30/03/2021

विषयांतर्गत लेख है कि प्रदेश में कोविड–19 के प्रकरणों की संख्या को दृष्टिगत रखते हुए यह अत्यन्त आवश्यक है कि घर पर आईसोलेशन की समुचित व्यवस्था वाले अधिक से अधिक पात्र कोविड पॉजीटिव व्यक्तियों को होम आईसोलेशन में रखा जाये। इस हेतु महत्वपूर्ण है कि होम आईसोलेशन व्यक्ति की दैनिक निगरानी जिला स्तर पर स्थापित District COVID Command and Control Center द्वारा सुनिश्चित की जाये एवं व्यक्ति के पास आवश्यक चिकित्सीय संसाधन एवं औषधियाँ उपलब्ध रहे।

निर्देशित किया जाता है कि:–

- कोविड–19 पॉजीटिव केस को होम आईसोलेशन की अनुमति देते समय एक "होम आईसोलेशन" किट उपलब्ध कराई जाये जिसमें निम्न सामग्री एवं औषधियाँ हों:–

1. Instruction Brochure.	
2. List and address of Fever clinic.	
3. List and Contact detail of DCHC.	
4. List and Contact detail of DCH.	
5. List and contact detail of COVID-19 hospitals providing treatment on payment.	
6. Tab Azithromycin 500 1OD x 5.	**5 Tabs**
7. Tab Multivitamin I BD x 10 days.	**2 Strips of 1x10 Tabs**
8. Tab Cetrizine 10 mg x 10 (For SOS use).	**1 Strip of 1x10 Tabs**
9. Tab Paracetamol 500 mg 1 BD x 10 (For SOS use).	**2 Strips of 1x10 Tabs**
10. Tab Ranitidine 150 mg 1 BD x 10.	**2 Strips of 1x10 Tabs**
11. Tab Zinc 20 mg 1 OD x 10.	**1 Strip of 1x10 Tabs**
12. Tab Vit. C 1000 mg x 10.	**1 Strip of 1x10 Tabs**

- उपरोक्त किट की व्यवस्था मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी द्वारा जिले के कुल एक्टिव कोविड–19 केसों की संख्या के 60% के मान से तैयार की जाये।
- होम आईसोलेशन की अनुमति देते समय "फीवर क्लीनिक" के चिकित्सा अधिकारी द्वारा कोविड पॉजीविट व्यक्ति को यह किट उपलब्ध कराई जाये।
- इसके अतिरिक्त कोविड पॉजीटिव व्यक्ति के पास स्व–निगरानी हेतु 1 Digital Thermometer एवं Pulsoximeter उपलब्धता सुनिश्चित की जाये।

संलग्नः– 1. होम आईसोलेशन संबंधी रोगी को प्रदाय किये जाने वाले सामन्य निर्देश **(Instruction Brochure)**

2. जिला कोविड कमांड एण्ड कंट्रोल सेन्टर के चिकित्सकों के द्वारा वीडियो कॉल निगरानी के दौरान पूछे जाने वाली सांकेतिक प्रश्नावली

(डॉ. संजय गोयल)
आयुक्त स्वास्थ्य सह सचिव
मध्यप्रदेश

क्रमांक/आई.डी.एस.पी/2021/ 580 भोपाल, दिनांक 07/04/2021

प्रतिलिपिः– सूचनार्थ।

1. अतिरिक्त मुख्य सचिव, लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग व चिकित्सा शिक्षा विभाग,वल्लभ भवन, म.प्र।
2. आयुक्त, चिकित्सा शिक्षा, म.प्र।
3. मिशन संचालक, एन.एच.एम., म.प्र।
4. समस्त संभागीय आयुक्त, म.प्र।
5. संचालक, चिकित्सा शिक्षा, म.प्र।
6. समस्त क्षेत्रीय संचालक, स्वास्थ्य सेवायें, म.प्र।
7. समस्त विकासखण्ड चिकित्सा अधिकारी, म.प्र।
8. प्रभारी, कोविड–19 नियंत्रण कक्ष, संचालनालय स्वास्थ्य सेवायें, म.प्र।

आयुक्त स्वास्थ्य सह सचिव
मध्यप्रदेश



होम आईसोलेशन संबंधी सामान्य निर्देश



कोविड–19 पॉजीटिव व्यक्ति की भूमिका

- प्रथम संपर्क में आये समस्त व्यक्तियों की जानकारी जिला सर्वेलेन्स अधिकारी को उपलब्ध कराना।
- अपने संपर्क में आये समस्त परिचितों से दूरभाष पर शीघ्र सूचित कर उन्हें निकट के फीवर क्लीनिक में जांच कराने हेतु समझाईश देना।
- लक्षण युक्त "संपर्कों" की जांच तुरन्त समीप के फीवर क्लीनिक में करवाने के लिए परिचितों को परामर्श देना।
- लक्षण रहित समस्त "संपर्कों" को अपने संपर्क दिनांक से 5वे–10वे दिन के बीच जांच कराने की सलाह देना।

कोविड–19 पॉजीटिव व्यक्ति के उच्च जोखिम संपर्क कौन है

- कोविड–19 पॉजीटिव केस के घर के सदस्य
- कोविड–19 केस के सीधे शरीरिक संपर्क अथवा संक्रमित स्राव के सीधे संपर्क में बगैर व्यक्तिगत सुरक्षा साधनों के आया व्यक्ति
- कोविड–19 केस के संपर्क में बंद वातावरण में 1 मीटर से कम दूरी में आमने–सामने आया व्यक्ति।
- संक्रमण का जोखिम लक्षण उत्पन्न होने के 14 दिवस के पूर्व से संभावित है।

होम आईसालेशन हेतु आवश्यक व्यवस्थायें क्या हो ?

- व्यक्ति एक पृथक हवादार शौचालय युक्त कक्ष में रहे।
- संक्रमित व्यक्ति होम आईसोलेशन अवधि में अपने कमरे से बाहर न निकले, अपने कमरे में ही खाना खाये तथा अन्य व्यक्तियों के सीधे संपर्क में न आये।
- अपने कपड़ों, कमरे के आम तौर पर छूये जाने वाले सतहों (दरवाजे के हेन्डल, बिजली के बटन आदि) तथा शौचालय की सफाई 1% सोडियम हाईपोक्लोराईट सोल्यूशन से करें।

होम आईसोलेशन के दौरान क्या सावधानियाँ बरते ?

- कक्ष से बाहर न निकले और न ही किसी से मिले।
- घर के अन्य सदस्यों विशेषकर वृद्ध, गर्भवती महिलायें, बच्चों से दूरी बनाये।
- सामाजिक/धार्मिक कार्यक्रमों में सम्मिलित न हों।
- पर्याप्त संतुलित आहार तथा तरल पेय पदार्थों का सेवन करें।
- समुचित आराम करें तथा व्यक्तिगत सुरक्षा व साफ–सफाई पर ध्यान दें।

होम आईसोलेटेड रोगी के घरेलू सदस्यों हेतु सतर्कतायें

- वयस्क देखभालकर्ता सदैव 3 परत मास्क का उपयोग करें।
- संक्रमित व्यक्ति को भोजन, पानी, औषधियाँ आदि देते समय दूरी बनाये रखें।
- घर से बाहर न निकले तथा अतिथियों को घर पर आमंत्रित न करें।
- देखभाल के दौरान सर्दी–खांसी, बुखार, गले में खराश आदि उत्पन्न होने पर तुरन्त एवं लक्षण रहित होने पर संपर्क दिनांक के 5वे से 10वे दिन के भीतर कोविड–19 की जांच समीप के फीवर क्लीनिक में करायें।

लक्षण जिनके प्रति सजग रहकर चिकित्सकीय परामर्श लेना जरूरी है

- साँस लेने में कठिनाई
- निरन्तर दर्द/छाती में दबाव/भारीपन
- मानसिक भ्रम या सचेत होने में कठिनाई
- होंठ/चेहरे का नीला पड़ना
- अन्य कोई लक्षण होने पर चिकित्सीय परामर्श अनुरूप

होम आईसोलेटेड व्यक्ति हेतु आवश्यक जानकारियाँ

- निकटस्थ "फीवर क्लीनिक" ..... पता .....
- 24x7 संपर्क एवं चिकित्सकीय परामर्श हेतु जिला कोविड कंट्रोल एवं कमांड सेन्टर का दूरभाष नम्बर– जिले का एस.टी.डी. कोड 1075
- उदाहरणार्थ– जिला इंदौर हेतु 07311075
- जिला सर्वेलेन्स अधिकारी का संपर्क नम्बर .....
- सर्वेलेन्स चिकित्सा अधिकारी का संपर्क नम्बर .....
- डेडिकेटेड कोविड हेल्थ सेन्टर DCHC का पता .....
- डेडिकेटेड कोविड अस्पताल DCH का पता .....
- कोविड–19 का सशुल्क उपचार करने वाले अस्पताल का पता .....

कोविड–19 पॉजीटिव व्यक्ति में लक्षण उत्पत्ति पर परिवहन व्यवस्थायें

- सक्षम व्यक्ति जिला कोविड कंट्रोल एवं कमांड सेन्टर से चर्चा कर उपलबध बिस्तर के आधार पर स्वयं के साधन से चिन्हांकित केन्द्रों पर जा सकते है।
- स्वयं का परिवहन अनुपलब्ध होने पर 108 से निःशुल्क परिवहन का उपयोग कर सकते है।
- परिवहन के दौरान वाहन में सर्वथा मास्क का उपयोग किया जाये।
- हाथों की स्वच्छता हेतु सेनिटाईजर का उपयोग किया जाये।
- खिड़कियाँ खुली रखी जाये एवं ड्राईवर से दूरी बना कर रखी जाये।
- बंद एवं वातानुकूलित वाहनों का उपयोग नहीं किया जाये।
- ड्राईवर द्वारा मास्क एवं दस्तानों का उपयोग किया जाये।
- यथासंभव एक वाहन में ड्राईवर के अतिरिक्त 2 से अधिक व्यक्तियों द्वारा सफर नहीं किया जाये।

होम आई सोलेटेड व्यक्ति से वीडियो कॉल पर चर्चा हेतु कुछ सांकेतिक प्रश्न

1. आप आज कैसा महसूस कर रहें है ?
2. आपको बुखार, सर्दी–खांसी, सांस लेने की कठिनाई अथवा सीने में जकड़न जैसे लक्षण तो नहीं है ?
3. क्या आपने अपना तापमान तथा ऑक्सीजन सेचुरेशन की जांच की है ?
4. दिन में कितनी बार जांच कर रहें है ? क्या कम से कम 3 बार रोज़ाना जांच कर रहें हैं ?
5. अभी आपका तापमान एवं ऑक्सीजन सेचुरेशन कितना है ?
6. कमरे में चलने–फिरने या शौच जाते समय सांस तो नहीं फूल रही है ?
7. क्या आप डॉक्टर की सलाह अनुरूप दवाईयाँ खा रहें है ?
8. क्या दवाई खाने के बावजूद आपको हल्का बुखार तो नहीं है ?
9. क्या आप घर के अन्य सदस्यों के संपर्क में तो नहीं हैं ?
10. क्या घर के किसी अन्य सदस्य को बुखार, सर्दी–खांसी, सांस लेने की कठिनाई जैसे लक्षण तो नहीं ?