

अनिवार्य घरेलू संगरोध के तहत व्यक्ति के लिए संक्रमण नियंत्रण सलाह

- a. पूर्ण संगरोध अवधि के दौरान संगरोध स्थान पर रहें।
- b. घर के अन्य सदस्यों के साथ निकट संपर्क से बचना चाहिए।
- c. घर के अन्य सदस्यों के साथ व्यक्तिगत वस्तुओं और भोजन को सांझा करने से बचें।
- d. यदि अन्य लोगों के साथ रह रहे हैं, तो बीमार व्यक्ति और उसके घर के सदस्यों को संगरोध अवधि के दौरान सर्जिकल मास्क पहनना चाहिए
- e. किसी भी व्यक्ति(ओं) को संक्रमण के संपर्क में आने के जोखिम को कम करने के लिए संगरोध (जैसे मित्रों या रिश्तेदारों के साथ नहीं रहना) के स्थान में प्रवेश नहीं करना चाहिए।
- f. हाथ की स्वच्छता अक्सर करें और खाँसी शिष्टाचार का पालन करें
- g. जहाँ तक संभव हो एक वायु-संचार वाले एकल कमरे में रहें। घर के सदस्यों को अधिमानत अलग कमरे में रहना चाहिए
- h. सुनिश्चित करें कि खिड़कियों को खुला रखने से सांझे स्थान की हवादारी अच्छी है
- i. घर के वातावरण को 1:99 पतले घरेलू ब्लीच (990 मिली पानी को 5.25% सोडियम हाइपोक्लोराइट युक्त ब्लीच के 10 मिली के साथ मिलाएँ) के साथ नियमित रूप से साफ और कीटाणुरहित करें, 15 - 30 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर पानी से साफ़ करें और सूखा रखें। धातु की सतह के लिए, 70% अल्कोहल के साथ कीटाणुरहित करें।
- j. यदि स्थान श्वसन स्राव, उल्टी या मलत्याग द्वारा दूषित हो जाते हैं, तो दिखने वाले मल को साफ़ करने के लिए शोषक डिस्पोजेबल तौलिए का उपयोग करें। फिर कीटाणुनाशक के साथ सतह और आसपास के क्षेत्र कीटाणुरहित करें। गैर-धात्विक सतह के लिए, 1:49 पतले घरेलू ब्लीच के साथ कीटाणुरहित (10 मिली का घरेलू ब्लीच जिसमें 5.25% हाइपोक्लोराइट के साथ 490ml पानी का मिश्रण), 15 - 30 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर पानी से साफ़ करें। धातु की सतह के लिए, 70% शराब के साथ कीटाणुरहित करें।
- k. जहाँ तक संभव हो केवल आपके द्वारा उपयोग किया जाने वाला एक शौचालय निर्धारित करें। यदि यह संभव नहीं है, तो प्रत्येक उपयोग के बाद टॉयलेट को साफ और कीटाणुरहित करने की आवश्यकता है। शौच के बाद 49 में 1 वाले पतले घरेलू ब्लीच के साथ साफ और कीटाणुरहित करें। थूक या लार के साथ दूषित होने पर 49 में 1 वाले पतले घरेलू ब्लीच के साथ वाशिंग बेसिन कीटाणुरहित करें उदा. इसके बाद मुँह को साफ़ करने या दांतों को ब्रश करने के बाद।
- l. शौचालय का उचित उपयोग

(i) जहाँ तक संभव हो केवल आपके द्वारा उपयोग किया जाने वाला एक शौचालय निर्धारित करें।

(ii) कीटाणुओं के प्रसार को कम करने के लिए फ्लशिंग से पहले टॉयलेट का ढक्कन बंद करें।

(iii) शौचालय का उपयोग करने के बाद हमेशा अपने हाथों को तरल साबुन और पानी से धोएँ।

m. पर्यावरणीय स्वच्छता सुनिश्चित करने के लिए, जल निकासी पाइप को ठीक से और नियमित रूप से ठीक रखें (लगभग सप्ताह में एक बार) प्रत्येक नाली के मुहाने (यू-ट्रैप) में लगभग आधा लीटर पानी डालें। सभी फर्श पर निकासी आउटलेट को कवर करें जब वे उपयोग में न हों।

n. यदि परिवार के सदस्य या मित्र कचरे को निपटाने में मदद नहीं कर सकते, तो सरकारी कर्मचारियों द्वारा प्रत्येक घर से कचरे को ठीक से इकट्ठा करना चाहिए।

o. यदि आप में बुखार और तीव्र श्वसन संबंधी लक्षण विकसित होते हैं या अस्वस्थ महसूस करते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आपने मास्क ठीक से पहना है; सलाह के लिए तुरंत DH हॉटलाइन को कॉल करें और आगे के प्रबंधन के लिए सार्वजनिक अस्पताल में व्यवस्था करें।

p. यदि घर के सदस्य में बुखार या साँस के लक्षण विकसित होते हैं, तो उसे तुरंत सर्जिकल मास्क लगाना चाहिए और तुरंत ध्यान देना चाहिए