

COVID-19 की रोकथाम, निदान और प्रारंभिक चरण प्रबंधन: विकासशील दुनिया में एक संकट

अस्वीकरण

- अस्वीकृत उत्पादों या स्वीकृत उत्पादों के अस्वीकृत उपयोगों पर फैकल्टी द्वारा चर्चा की जा सकती है; ये स्थितियां एक या अधिक अधिकार क्षेत्र में अनुमोदन की स्थिति को दर्शा सकती हैं
- प्रस्तुत करने वाले फैकल्टी को touchIME द्वारा सलाह दी गई है कि वे यह सनिश्चित करें कि वे लेबल रहित या अस्वीकृत उपयोग के लिए किए गए ऐसे किसी भी संदर्भ का खुलासा करें
- touchIME द्वारा किसी भी अस्वीकृत उत्पादों या अस्वीकृत उपयोगों का कोई समर्थन या तो इन उत्पादों के उल्लेख द्वारा या touchIME गतिविधियों में उपयोगों द्वारा निहित नहीं है।
- touchIME त्रुटियों या चूक के लिए कोई जिम्मेदारी स्वीकार नहीं करता है

COVID-19 की रोकथाम, निदान और प्रारंभिक चरण प्रबंधन: विकासशील दुनिया में एक संकट

डॉ संजय कालरा

सलाहकार, भारती अस्पताल, करनाल,
भारत



क्लीनिकल प्रैक्टिस में प्रसार को कम करना



व्यक्तिगत स्वच्छता

- हाथों को नियमित रूप से धोएं या सैनिटाइज़ करें
- उपयुक्त पीपीई पहनें



सामाजिक स्वच्छता

- अपने राष्ट्रीय दिशानिर्देशों के अनुसार शारीरिक दूरी का पालन करें



पोषण संबंधी स्वच्छता

- प्रोटीन और विटामिन के सेवन सहित पौष्टिक आहार लें



टीकाकरण/प्रतिरक्षा स्वच्छता

- टीकाकरण करवाएं

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) का उपयोग

पर्यावरण पर निर्भर:

नियमित अभ्यास

- अच्छी फिटिंग वाले कपड़े का मास्क पहनें
- नाक, मुंह और ठुड्डी को ढकें

उच्च जोखिम वाला अभ्यास (जैसे- जेनेरल हॉस्पिटल वार्ड)

- अच्छी फिटिंग वाला N95 मास्क पहनें
- नाक, मुंह और ठुड्डी को ढकें
- सुनिश्चित करें कि यह उपयोग करने से पहले साफ और सूखा है

बहुत अधिक जोखिम (जैसे- ऑपरेशन थिएटर, COVID-19 वार्ड)

- एक पूर्ण सुरक्षात्मक सूट और टोपी पहनें
- फिल्टरिंग फेस पीस रेस्पिरੇटर का उपयोग करें
- आंखों की सुरक्षा पहनें

पीपीई उपकरण को सही ढंग से पहनना और निपटाना उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि पीपीई पहनना महत्वपूर्ण है

प्रसार को कम करने के लिए रोगियों का मार्गदर्शन

