Assam State Disaster Management Authority

# সংক্ৰমণ ৰোধৰ বাবে ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখাৰ নিয়মাৱলী

## পদক্ষেপ ১

1. যদি কোনো লোকে ক'ৰনা ভাইৰাছ (কোভিড-১৯) আক্ৰান্ত অঞ্চল বা দেশ ভ্ৰমণ কৰি আহিছে তেনেলোকক/ তেনে ব্যক্তিক চিনাক্ত কৰক
2. তেনে লোকক অবিলম্বে আছুতীয়াকৈ ৰখাৰ ব্যৱস্থা কৰক
3. তেনে লোকৰ সংস্পৰ্শলৈ কোন কোন লোক আহিছিল বা আহিছে তাৰ অনুসন্ধান কৰা
4. সংস্পৰ্শিত ব্যক্তিক ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখাৰ ব্যৱস্থা কৰা
5. সংস্পৰ্শিত ব্যক্তিক ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখাৰ জৰিয়তে ৰাজহুৱা সংক্ৰমণ ৰোধৰ ব্যৱস্থা
6. তেনে লোকক সংক্ৰমণৰ ৰোধৰ বাবে ঘৰত আছুতীয়াকৈ ১৪ দিন ৰাখিব লাগে

## পদক্ষেপ ২

**সন্দেহযুক্ত বা** সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ চিনাক্তকৰণ **আৰু** ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখাৰ **পিছত কৰণীয়:**

1. বতাহ ভালকৈ সোমাব পৰা এটা আছুতীয়া কোঠাত থাকিব
2. সুকীয়া টয়লেট ব্যৱহাৰ কৰিব
3. যদি আন কোনোবা কোঠাত প্ৰৱেশ কৰে, তেন্তে এক মিটাৰ দূৰত্ব বজাই ৰাখিব
4. গৰ্ভৱতী মহিলা, বয়োজ্যেষ্ঠ ব্যক্তি আৰু শিশুৰ পৰা দূৰত থাকিব
5. আন কোঠালৈ বা ঘৰৰ বাহিৰলৈ নাযাব
6. চাবোন আৰু পানীৰে বা এলকহলযুক্ত হেণ্ড ছেনিটাইজাৰেৰে সঘনাই হাত ধুব

**সন্দেহযুক্ত বা** সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ পৰিয়ালটোৰ সদস্যসকলে কি কি কৰিব লাগিব :

1. সামাজিক/ ধৰ্মীয় সমাৱেশত উপস্থিত নাথাকিব
2. চাবোন আৰু এলকহলযুক্ত হেণ্ড ছেনিটাইজাৰেৰে সঘনাই হাত ধুব
3. সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ বাবে সুকীয়া বাচন-বৰ্তন (কাঁহী/গিলাচ/চামুচ আদি), গামোচা, বিচনা কাপোৰৰ পৃথক ব্যৱস্থা কৰিব
4. যদি সম্ভৱ হয়, সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ পৰিচৰ্য্যাত পৰিয়ালৰ কেৱল এজন লোক নিয়োজিত হওক
5. সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ ওচৰলৈ যাওঁতে মাস্ক ব্যৱহাৰ কৰক
6. সংক্ৰমিত ব্যক্তিজনকে ধৰি পৰিয়ালৰ সকলো সদস্যৰ মাস্কবোৰ ৫ % Bleach solution অথবা ১ % Sodium Hypochlorite solution ৰে বীজাণুমুক্ত কৰি ৰাখিব
7. মাস্কখন পুতি পেলাই বা জ্বলাই দি নষ্ট কৰিব
8. সংক্ৰমিত ব্যক্তিজনে ব্যৱহাৰ কৰা আৰু ছালৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা কাপোৰ-কানি জোকাৰিব নালাগে৷ আছুতীয়া কোঠাটোত থকা যিকোনো বস্তু পৰিষ্কাৰ কৰোঁতে গ্লোভছ ব্যৱহাৰ কৰিব
9. গ্লোভছযোৰ খোলাৰ পিছত ভালকৈ হাত ধোৱক
10. আন কোনো মানুহক আছুতীয়া কোঠাটোত সোমাবলৈ নিদিব

ঘৰত আছুতীকৈ ৰখা লোকসকলৰ বাবে সাধাৰণ নিৰ্দেশনা :

1. ঘৰত আছুতীকৈ ৰখা ব্যক্তিজন যদি আক্ৰান্ত হোৱাৰ লক্ষণযুক্ত হয়, তেন্তে তেওঁৰ ঘনিষ্ঠ সংস্পৰ্শলৈ অহা সকলো ব্যক্তিকে ১৪ দিনৰ আছুতীকৈ ৰখাৰ ব্যৱস্থা কৰক
2. লেব'ৰেটৰিৰ পৰীক্ষাত নিগেটিভ প্ৰমাণিত নোহোৱালৈকে, তেনে লোকক অতিৰিক্ত ১৪ দিনৰ বাবে নিৰীক্ষণত ৰখা দৰকাৰ

## ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখা কোঠাৰ ছেনিটাইজেশ্যন বা বীজাণুশোধন:

1. ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখা ব্যক্তিৰ কোঠাটোৰ আচবাব-পত্ৰ দৈনিক ছ'ডিয়াম হাইপ'ক্লৰাইট দ্ৰৱেৰে (১%) বীজাণুশোধন কৰিব
2. সংক্ৰমিত ব্যক্তিজনৰ টয়লেট ব্লিচিঙৰ দ্ৰব্যৰে /ফেনলযুক্ত বীজাণুশোধকৰ ব্যৱহাৰ কৰি বীজাণুমুক্ত কৰিব
3. ঘৰত আছুতীয়াকৈ ৰখা ব্যক্তিয়ে ব্যৱহাৰ কৰা কাপোৰ-কানি সুকীয়াকৈ ভালদৰে চাবোন- ডিটাৰ্জেন্ট দি ধুব আৰু ৰ'দত শুকুৱাব লাগে

**অসম ৰাজ্যিক দুৰ্য্যোগ ব্যৱস্থাপনা প্ৰাধিকৰণৰ দ্বাৰা জনহিতাৰ্থে প্ৰচাৰিত**