



सातारा जिल्हा परिषद् कोविड १९

काळजी घ्या, घाबरु नका

कोरोना ची भीती पसरवणाऱ्या अफवा पासून दूर राहा.
योग्य माहिती मिळवा, सावध राहा. शिंकताना, खोकताना नियम पाळा.
हात स्वच्छ धुऱ्युन स्वतः काळजी घ्या.
सावधगिरीचा संदेश स्वतः सर्वानाही घ्या.



कोविड १९ काय आहे?

कोविड १९ हा एक संसर्गजन्य रोग असून
तो नोवेल कोरोना नावाच्या विषाणूच्या संसर्गामुळे होतो.



हा आजार कसा पसरतो?

- हा आजार असलेल्या व्यक्तीच्या शिंकण्यातून किंवा खोकल्या द्वारे त्याच्या शरीरातील थेंब हवेत आजूबाजूला किंवा पृष्ठभागावर जमिनीवर सगळीकडे पसरतात.
- अशावेळी जवळ असणाऱ्या व्यक्तीच्या क्षसनातून किंवा त्याच्या तोंडातून बाहेर पडलेल्या किंवा नाकातून बाहेर पडलेल्या थेंबांना स्पर्श केल्यामुळे आणि त्यानंतर हात डोळे तोंड यांना स्पर्श केल्यामुळे पसरू शकतो.
- जर पीडित व्यक्तीचा संपर्क १ मीटर अंतरापेक्षा कमी असेल तर हा रोग पसरण्याची जास्त शक्यता असते.



संसर्ग झालेल्या व्यक्तींचे काय होते?

- सर्वप्रथम ८० टके लोकांना इलाजाची आवश्यकता भासत नाही.
- ते स्वतः बरे होतात. २० टके लोकांना दवाखान्यात जाऊन उपचार घ्यावे लागतात.
- फार कमी लोकांना आयसीयूमध्ये ठेवण्यात येते.



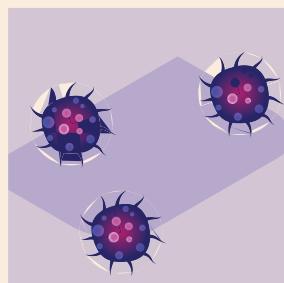
कोणत्या वयोगटातील लोकांना हा संसर्ग होतो? लहान मुलांमध्ये हा रोग प्रसरू शकतो का?

- हा आजार सर्व वयोगटातील लोकांना होऊ शकतो.
- घरातील व्यक्तींना झालेल्या संसर्गातून हा आजार मुलांमध्ये प्रसरू शकतो.
- वयोवृद्ध व्यक्ती, विशेषत: ज्यांना उच्चरक्तदाब, फुफुसाचे आजार, कर्करोग आदी आजार असतील, त्यांना या संसर्गाचा धोका जास्त असतो.

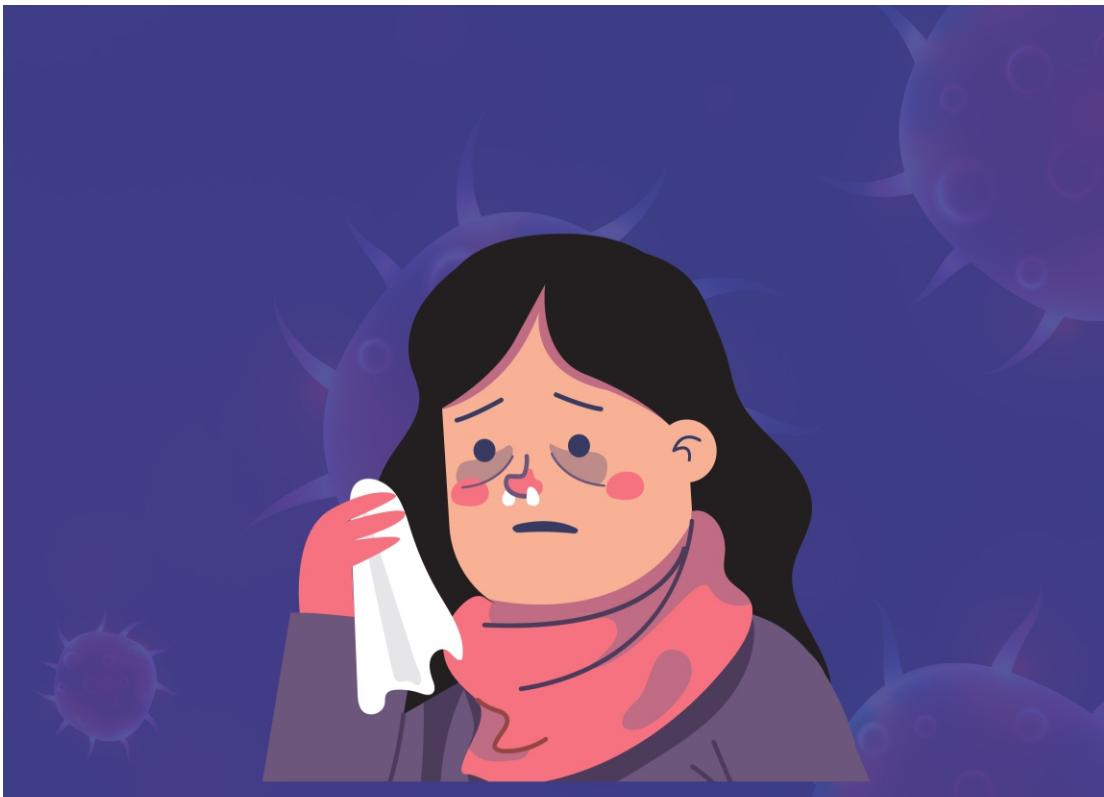


पृष्ठभाग किंवा वर-तूंवर हा विषाणू किती काळ जिवंत राहू शकतो?

- हा विषाणू किती काळ जिवंत राहू शकतो हे निश्चितपणे सांगता येत नसले तरी कोरोनाच्या इतर विषाणू प्रमाणेच जिवंत राहू शकतो.
- या बाबतीत अभ्यास करणाऱ्या अभ्यासकांच्या मताप्रमाणे हा विषाणू काही तास किंवा काही दिवस सुद्धा टिकून राहू शकतो.
- पृष्ठभागाचा प्रकार, तापमान, वातावरणातील आर्द्रता या गोर्टींवर ही बाब अवलंबून आहे.
- एखाद्या पृष्ठभागावर हा विषाणू पडलेला आहे अशी शंका असल्यास साध्या जंतुनाशक द्रव्याने तो पृष्ठभाग स्वच्छ धुऊन घ्या.
- आपले हात अल्कोहोल मिश्रित द्रव्यांनी किंवा साध्या साबणाने स्वच्छ धुऊन घ्या.
- डोळे, तोंड व नाकाला स्पर्श करू नका

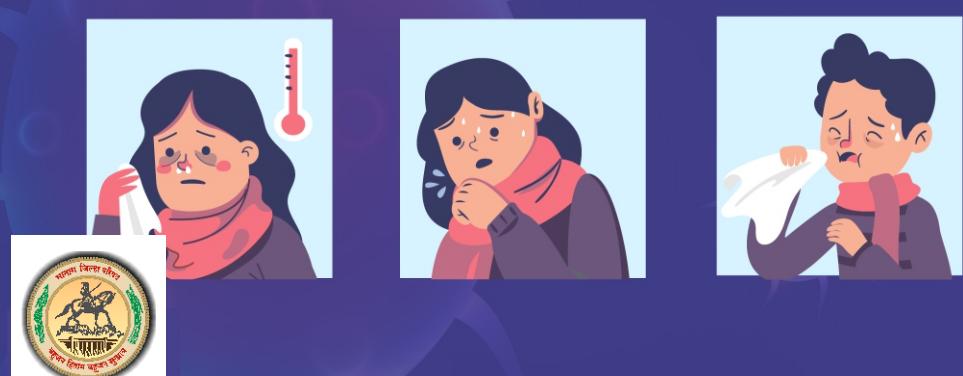


दूषित पृष्ठभागासुन आपल्या हाताद्वारे चेहरा / तोंड / डोळे यांचे पर्यंत प्रसारण टाळणे हे उद्दीष्ट आहे.



आजाराची सर्वसाधारण लक्षणे काय असतात ?

- ताप येणे घसा खवखवणे घसा दुखणे खोकला श्वास घेण्यास त्रास होतो.
- ही लक्षणे साधारणपणे इन्फ्लोइंझा आजारा प्रमाणेच असतात.



कुणाशी संपर्क साधावा ?

अशी लक्षणे जाणवल्यास आपण त्वरित आपल्या फॅमिली डॉक्टरशी संपर्क साधावा. तसेच; खालील बाबतीत देखील डॉक्टरांशी संपर्क साधावा.

- जर आपण संसर्गाच्या भागात प्रवास केला असेल,
- संसर्ग झालेल्या व्यक्तीच्या संपर्कात आला असाल तर



केंद्रा आणि कोणत्या चाचण्या किंवा तपासण्या कराव्यात ?

खोकला, ताप, श्वसनास
त्रास नसेल तर चाचणी
करण्याची आवश्यकता
नाही.

वरील लक्षणे आढळल्यास किंवा संसर्ग
झालेल्या देशातून प्रवास केला असल्यास
किंवा तपासणी प्रयोग शाळेतील पॉझिटिव्ह
रुग्णाच्या संपर्कात आपण आले असल्यास
राज्य संपर्क क्रमांक किंवा आरोग्य व कुटुंब
कल्याण कार्यालय भारत सरकारच्या



२४ तास हेल्पलाईन क्रमांक :
०११-२३९७८०४६ आणि
टोल फ्री क्रमांक १०७५ वर
संपर्क साधावा.

- सदर हेल्पलाईन डेस्क आपला संपर्क क्रमांक व पत्ता नमूद करून घेतील, आणि आपल्या चाचणीची व्यवस्था करतील .
- जर आवश्यकता असेल तर आपली चाचणी अथवा तपासणी सरकार मान्यताप्राप्त प्रयोगशाळेत केली जाईल.



कोरोना संसर्ग अथवा आजारासाठी इलाज आहे काय?

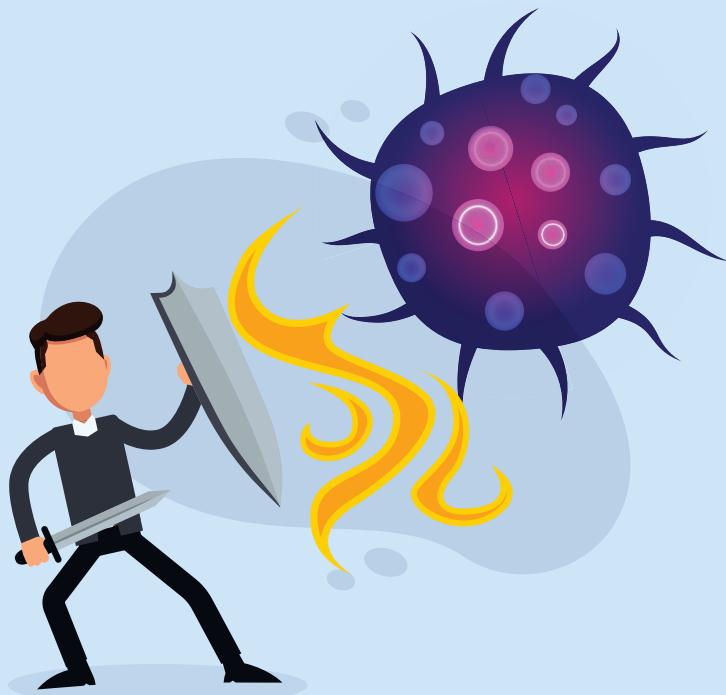
- या आजारावर या क्षणाला तरी औषध अथवा खास इलाज उपलब्ध नाही.
- यावर लक्षण सदृश्य इलाज केला जातो
- हा विषाणूजन्य संसर्ग असल्यामुळे ८०% जास्त रोग काही दिवसातच बरा होतो
- आजार गंभीर असेल तरच आयसीयू कक्षात दाखल केले जाते.



कोविड १९

आजारावर काही विशिष्ट औषधे उपलब्ध आहेत का ?

- या आजारासाठी विशिष्ट औषधी उपलब्ध नाही परंतु इतर विषाणूजन्य आजारांप्रमाणे इलाज केल्यास लोक पूर्णतः बरे होत आहेत.
- आजाराचे गांभीर्य पाहता इतर कोरोना विषाणू संसर्गाच्या आजारांप्रमाणे औषधे वापरून इलाज केला जात आहे.



मी माझे व माझ्या कुटुंबाचे रक्षण या संसर्गपासून कसे करेन?

- बाहेरून आल्यावर किंवा करोनाचा संसर्ग झालेल्या व्यक्तीस भेटल्यानंतर अल्कोहोल मिश्रित द्रव्याने किंवा साबण व पाण्याने हात स्वच्छ धुऊन घ्या. ही क्रिया नियमित व पूर्णतः करा.
- जी व्यक्ती खोकत आहे किंवा शिंकत आहे अशा व्यक्तीपासून एक मीटर किंवा तीन पावले अंतर ठेवा. डोळे, नाक व तोंडाला स्पर्श करणे टाळा.
- तुम्ही स्वतः अथवा लोक क्षास घेताना खोकताना किंवा शिंकताना नाका-तोंडावर रुमाल ठेवतात किंवा खांद्या खालील खुब्याचा भाग लावतात याची खात्री करा.
- वापरलेल्या टिशू पेपरची योग्य विल्हेवाट लावा. बरं वाटत नसेल तर घरातच थांबा.
- खोकला तसेच क्षास घेण्यास असेल तर त्वरित डॉक्टरांना भेटा.



मास्क कोणी घालावा?



या आजाराची लक्षणे
नसणाऱ्यांनी
मास्क वापरू नये.
निरोगी व्यक्तींनी मेडिकल
मास्क वापरू नये.

- मास्क वापरावा लागण्याची स्थिती असल्यास सतत साबणाने २० सेकंद हात धुवा त्यासाठी ७०% अल्कोहोल असणारे सेनिटायझर वापरावे.
- हात अस्वच्छ असरील तर हात साबण व पाण्याने स्वच्छ धुवावेत - खोकताना शिंकताना तोंडावर हात रुमाल किंवा टिशू पेपर धरा.टिशू पेपर उपलब्ध नसेल तर खोकताना हाताचा कोपरा आडवा धरा.वापर झाल्यानंतर टिशू पेपरची योग्य विल्हेवाट लावा आणि हात स्वच्छ धुवावेत
- चेहरा ,तोंड ,नाक, डोळे यांना स्पर्श करणे टाळा.
- खोकणाऱ्या, शिंकणाऱ्या व्यक्तीपासून किमान एक मीटर अंतर ठेवावे.
- शरीराचे तापमान नियंत्रित ठेवा.



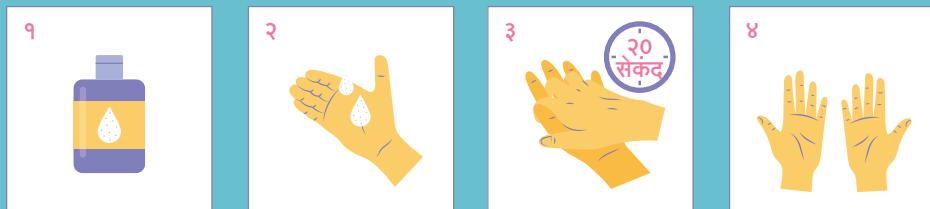
आरोग्य विभागातील कर्मचाऱ्यांशिवाय इतरांनी केव्हा मास्क वापरावेत?

- जेव्हा व्यक्तीला ताप किंवा खोकला येतो आजारपणात ३ आवरण असणारे मास्क वापरल्यास कोणत्याही संसर्गपासून संरक्षण मिळते.
- तरीही सतत हात धुतल्या मुळे संसर्ग पसरणे टाळता येते.
- आरोग्य सुविधा सेंटर ला भेट देताना मास्क वापरावा .
- तुम्ही जेव्हा आजारी व्यक्तीची काळजी घेत असाल तेव्हा मास्क वापरा.
- जे संशयित आहेत किंवा ज्यांची रोग निदान झाले आहे आणि उपचार घेत आहेत अशा व्यक्तींच्या संपर्कात तुम्ही येत असाल तर तीन घडीचा मास्क वापरा



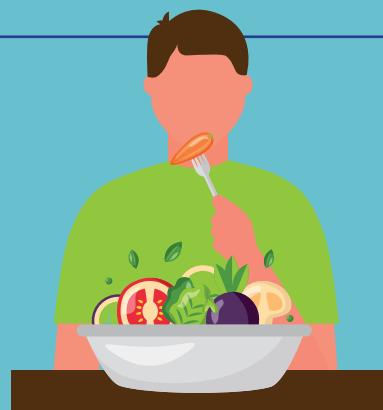
हॅंड सेनिटायझर ची भूमिका काय आहे ?

- करोना विषाणूचा संसर्ग झालेल्या व्यक्तींची काळजी घेताना वापरावेत – साबण व पाणी वापरून आपले हात नियमितपणे किमान वीस सेकंद इतका वेळ स्वच्छ धुवावेत.
- हात अस्वच्छ असतील तेव्हा त्यांनी सेनिटायझर वापरू नये अशा वेळी साबण व पाणी वापरावे.



या आजारासाठी विशिष्ट असे खाद्यपदार्थ किंवा द्रव्य आहे का?

या आजारासाठी कोणतेही विशिष्ट खाद्यपदार्थ किंवा द्रव्य सूचित केलेली नाही. तरीही आहारात योग्य प्रमाणात फळांचा वापर केल्यास आपण निरोगी राहू शकतो.



हा आजार बरा होण्यासाठी लस उपलब्ध आहे का?

अजून पर्यंत हा विषाणू रोखण्यासाठी किंवा उपचार करण्यासाठी कोणतीही लस उपलब्ध नाही.



करोना विषाणूवा संसर्ग रोखण्यासाठी आपण सज्जा आहोत काय?

- आरोग्य व कुटुंबकल्याण मंत्रालयाने या बाबतीत योग्य पावले उचलली आहेत.
- संसर्ग झालेल्यासाठी योग्य हेल्थकेअर सुविधा केंद्र उपलब्ध केलेली आहेत.
- पेशंटचे विलगीकरण किंवा होम क्रारणटाईन तसेच नमुना चाचणी, प्रयोगशाळा सुविधा पेशंटच्या दवाखान्यातून डिस्चार्ज बाबतच्या आदर्श पद्धती आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण मंत्रालयाच्या संकेतस्थळावर उपलब्ध केल्या आहेत.



करोना संदर्भात सर्वसाधारण अफ्टा काय आहेत?

१) चिकन ,मटण ,अंडी खाल्ल्यामुळे हा आजार पसरतो का?

योग्य शिजवलेले अन्न संसर्गाचा प्रसार करते याबाबतचा ठोस पुरावा उपलब्ध नाही .

२) पाळीव प्राण्या ठारे हा आजार पसरतो का?

तसे अजून निदर्शनास आले नाही.

३) करोना संसर्ग असलेल्या मृत शरीरातून हा संसर्ग पसरतो का?

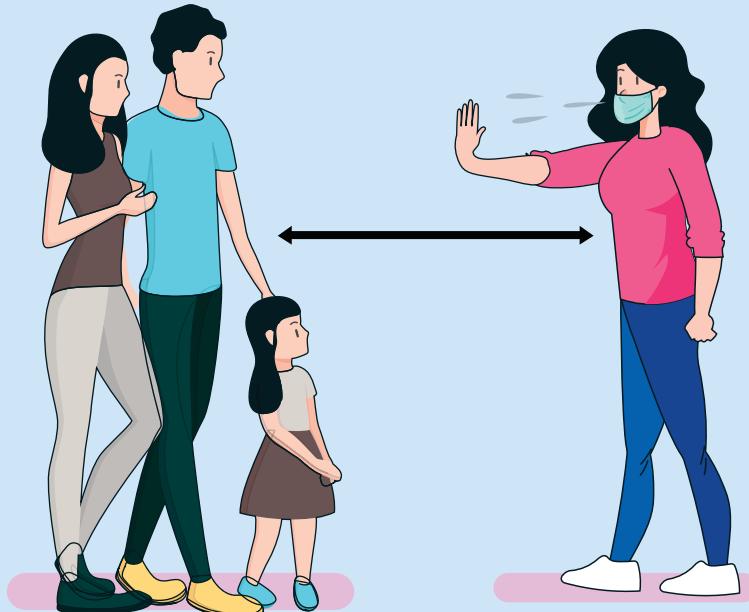
नाही. मृत व्यक्तीच्या शरीरातून हा विषाणू पसरत नाही.



हा आजार रोखण्यात माझे योगदान काय असावे ?

- चांगली वैयक्तिक स्वच्छता राखणे. वारंवार हात योग्य पद्धतीने धुवावेत.
- शिंकताना, खोकताना चे नियम सांभाळणे.
- अनावश्यक प्रवास टाळा व सार्वजनिक ठिकाणी गर्दी करू नये.
- एकत्रित येऊ नये. योग्य सामाजिक अंतर ठेवावे.

**विषाणूचा संसर्गाची साखळी तोडण्यासाठी या सर्व बाबी खूप
उपयुक्त आहेत.**





सातारा जिल्हा परिषद



आवश्यक्ता भासल्यास कोणत्या
हेल्पलाईन क्रमांकावर
संपर्क साधावा?

या बाबतीतल्या ताज्या घडामोर्डींसाठी
आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण मंत्रालयाच्या संकेतस्थळाला भेट द्या.

**Updated affected Countries list available on www.who.int
NATIONAL CORONA HELPLINE NO 1075**

राष्ट्रीय कॉल सेंटर क्र.

91-11-23978046

राज्यस्तरीय नियंत्रण कक्ष क्र.

020-26127394

टोल फ्री हेल्पलाईन क्र.

104

जिल्हा नियंत्रण कक्ष

02162-232175, 232349

शासकीय रुग्णालय, सातारा

02162-238494/230051

CORONA WhatsApp NO  **9013151515**

सातारा जिल्हा परिषद मुद्रणालय/१९/१७६३०९१०४०