



COVID19 को विद्यमान अवस्था र चुनौतीहरू



मिति: २०७६।१२।२६

दिनानाथ चौधरी
आधारभूत स्वास्थ्य तथा
सरसफाई कार्यालय

नोवेल कोरोना भाईरस रोग (COVID19)

- ▶ नोवेल कोरोना भाईरस प्रजाती, भाईरसहरूको एउटा ठूलो परिवार मध्येको एक सदस्य हो।
- ▶ यसको संक्रमणबाट हुने रोगलाई COVID 19 भनिन्छ।
- ▶ जसमा सामान्य ज्वरो, खोकी, श्वास प्रश्वासमा कठिनाई देखि अत्यन्त शारीरिक समस्या उत्पन्न भई रोगीको मृत्यु समेत हुनसक्छ।

शंकास्पद बिरामी (Suspected Case)

- ▶ श्वास प्रश्वासको समस्या भएको व्यक्तिमा ज्वरो र खोकी वा श्वास प्रश्वासमा कठिनाई जस्ता कम्तीमा एउटा लक्षण तथा चिन्ह भएको र उक्त समस्याको अन्य कारण थाहा नभएको र १४ दिन पहिला COVID 19 को संक्रमण फैलिएको क्षेत्रबाट आएको व्यक्ति, यात्रु अथवा त्यस देशका नागरिक सँग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रहेको व्यक्ति वा
- ▶ श्वास प्रश्वासको समस्या भएको व्यक्ति जो लक्षण देखा पर्नु भन्दा १४ दिन अगाडी COVID 19 रोग यकिन भएको व्यक्ति सँग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रहेको व्यक्ति वा
- ▶ अन्य कुनै कारण विना ज्वरो र खोकी वा श्वास प्रश्वासमा कठिनाई जस्ता कम्तीमा एउटा लक्षण तथा चिन्ह भएका व्यक्तिलाई अस्पतालमा भर्ना गरि उपचार गर्न आवश्यक भएको।

निश्चित बिरामी (Confirmed Case)

- ▶ क्लिनिकल चिन्ह तथा लक्षण जेसुकै भएतापनि प्रयोगशाला परीक्षणबाट COVID 19 भाईरस पोजिटिभ भएका व्यक्ति

COVID 19 को वर्तमान अवस्था

- ▶ यो रोग २०७६ पौष १५ मा पहिलो पटक चीनको हुवेई प्रान्तको वुहान शहरमा देखिएको थियो।
- ▶ २०७६ पौष २४ गते WHO ले वुहानका बिरामीहरुमा नयाँ कोरोना भाईरस भेटिएको भन्दै त्यसलाई नोवेल कोरोना भाईरस २०१९ भनी घोषणा गरिएको।
- ▶ २०७६ माघ ९ मा पहिलो बिरामी भेटिएको।
- ▶ २०७६ चैत्र २५ गते सम्म विश्वका १९५ राष्ट्रहरुमा जम्मा १४,२८,४२८ ना संक्रमित भेटिएका र ८२,०१९ जनाको मृत्यु भईसकेको र ३,००,१९८ जना निको भईसकेका छन्।
- ▶ पछिल्लो समयमा यस रोगबाट ईटाली, स्पेन, अमेरिका, फ्रान्स तथा बेलायत बढी प्रभावित देखिन्छन्।
- ▶ भारतमा लगभग ५,००० संक्रमित भेटिएका छन् भने १२४ जनाको मृत्यु भईसकेको छ।

नेपालको अवस्था

- ▶ हाल सम्म जम्मा ९ विरामी COVID 19 पोजिटिभ देखिएका छन्।
- ▶ जसमध्ये १ जना निको भएका छन् भने कुनै पनि विरामीको मृत्यु भएको छैन।
- ▶ हाल सम्मको अध्ययन अनुसार यस रोगले वृद्ध-वृद्धा, श्वास-प्रश्वासको रोग भएको तथा अन्य कारणले प्रतिरक्षा शक्ति कमजोर भएका व्यक्तिलाई बढी प्रभावित पार्ने गरेको देखिन्छ।

रोग सर्ने माध्यम

- ▶ संक्रमित व्यक्तिले खोकदा, हाच्छिउ गर्दा निस्केका कण तथा छिटाहरु स्वस्थ व्यक्तिको हात, नाक, मुख, आँखा वा शरीरको अन्य भागमा परि कुनै कारणवश श्वास प्रश्वासको माध्यमबाट स्वस्थ व्यक्तिको शरीर भित्र प्रवेश भएमा।
- ▶ अन्य माध्यम- संक्रमित व्यक्तिले खोकदा, हाच्छिउ गर्दा हातले छोपेर गरेको र सोही हात अरु सँग मिलाउदा, मास्कको प्रयोग गर्दा, संक्रमित हातले खोलेको ढोका, झ्याल, चुकुल, ह्यान्डिल, टेबल, कुर्सीमा भाईरस संक्रमित भई स्वस्थ व्यक्तिले छोएमा।

लक्षण तथा चिन्हहरू

- ▶ कोरोना भाईरस शरीर भित्र प्रवेश गरेको २-१४ दिन भित्र लक्षण देखिन्छ।
- ▶ सामान्य लक्षण
 - ज्वरो आउने (१००.४)
 - खोकी लाग्ने
 - श्वास फर्न कठिनाई हुने
- ▶ गम्भीर लक्षण
 - कडा निमोनिया
 - मृगौला काम नगर्ने

उपचार

- ▶ हाल सम्म यो रोगको कुनै विशेष औषधी वा भ्याक्सिन पत्ता लागेको छैन।
- ▶ स्वास्थ्य संस्थाहरुमा लक्षण अनुसारको उपचार व्यवस्थापन गरिन्छ।

रोकथाम तथा नियन्त्रणका उपाय

- ▶ खाना बनाउनु, खानु अघि, दिसा पिसाब गरे पछि, फोहोर वस्तु छोए पछि नियमित रूपमा साबुन पानीले मिचिमिचि कम्तीमा २० सेकेन्ड सम्म हात धुने।
- ▶ स्यानिटाईजरको प्रयोग गर्ने।
- ▶ मास्क, टिस्यु पेपर, रुमालको प्रयोग गर्ने।
- ▶ ज्वरो, खोकी, श्वास प्रश्वास को समस्या भएमा जो कोही व्यक्तिको सम्पर्कबाट टाढा बस्ने।
- ▶ हात नमिलाउने, नमस्कार गर्ने।
- ▶ अनावश्यक रूपमा जनावरको सम्पर्कमा नआउने।
- ▶ सामाजिक दुरी कायम गर्ने।
- ▶ भिडभाड नगर्ने।

उच्च जोखिममा हुने व्यक्तिहरू

- ▶ संक्रमितको हेरचाह तथा उपचार गर्ने व्यक्तिहरू
- ▶ ६० वर्ष भन्दा बढी उमेरका व्यक्तिहरू
- ▶ उच्च रक्तचाप, मुटु रोग, मधुमेह, दीर्घ श्वास प्रश्वास रोगी, क्यान्सर लागेका व्यक्तिहरू
- ▶ जमघट हुने स्थानमा आवतजावत गर्ने व्यक्तिहरू
- ▶ विदेश भ्रमणबाट आएका व्यक्तिहरू र तिनीसँग सम्पर्कमा रहेका व्यक्तिहरू

लिखु गाउँपालिकाबाट रोकथामका लागि भएका प्रयासहरू

- ▶ जनचेतना अभिवृद्धि।
- ▶ २०७६ चैत्र ११ गतेबाट साघुँटार र सिरिसे नाकामा स्वास्थ्यकर्मी र सुरक्षाकर्मी मार्फत् हेल्थ डेस्क स्थापना गरि सञ्चालनमा रहेको।
- ▶ स्वास्थ्य चौकी तथा वडा कार्यालयहरूमा मास्क तथा स्यानिटाईजर, ग्लोभस वितरण गरिएको।
- ▶ Quarantine निर्माण गरि २२ बेड तयार गरिएको।
- ▶ एम्बुलेन्स तयारी अवस्थामा राखिएको।
- ▶ स्थानीय विपद् व्यवस्थापन समितिको बैठक बसेको।
- ▶ स्वास्थ्य संस्था तथा हेल्थ डेस्क अनुगमन गरिएको।
- ▶ विदेशबाट आएकाहरूको अनुगमन गरिएको।
- ▶ PPE तथा Thermo Gun को व्यवस्थापन गरिएको।
- ▶ प्रत्येक दिन तथ्यांक संकलन गरि अध्यावधिक गरिएको।

चुनौतीहरू

- ▶ विदेशबाट आएका नेपालीहरूको अनुगमन तथा Quarantine व्यवस्थापन।
- ▶ लक डाउन व्यवस्थापन।
- ▶ PPE तथा Thermo Gun को आपूर्ति व्यवस्थापन।
- ▶ नियमित कार्यक्रमको लागि अत्यावश्यक औषधीको आपूर्ति व्यवस्थापन।
- ▶ दैनिक ज्यालादारी गर्ने मजदुरहरूका लागि राहत व्यवस्थापन।

धन्यवाद