MINISTRY OF HEALTH AND MEDICAL SERVICES

कोविड-19 दैनिक सलह - शनिवार, इक्कीस मार्च दो हज़ार बीस

फीजी में कोविड-19 के एक ही मामले की पुष्टी हुई है। बीस मार्च तक कोई नया मामला सामने नहीं आया। अगर इसमें कोई बदलाव हुआ, सरकार जनता को इसकी जानकारी देगी।

बृहस्पतिवार को कोविड-19 के पहले मामले के सामने आने से स्वास्थ्य मंत्रालय ने इस बीमारी से बचने को लेकर अपनी दो योजनाएं आगे बड़ा रहा है - इस बीमारी के शिकार व्यक्ति के सम्पर्क में आए लोगों का पता करना और फीजी भर में फिवा क्लिनिक्स् की स्थापना करना।

जैसे पता चलेगा कि किसी व्यक्ति को कोविड-19 है, यह पता किया जाएगा कि सम्बंधित व्यक्ति किस किस से मिला था। सम्बंधित व्यक्ति से इस बारे में जानकारी हासिल की जायेगी ताकि सामाज के अन्य लोगों तक यह बीमारी फैलने से रोका जाए।

अगर बीमार व्यक्ति के सम्पर्क में आय लोगों को भी यह बीमारी होने का खतरा है, और उनमें इस बीमारी के चिन्ह हैं, हम उनकी जाँच करके सही कदम उठायेंगे। इसमें उन लोगों को अलग रखना और कोविड-19 के लिए परिक्षण करना शामिल है।

ज्यादा खतरा उन लोगों को रहता है जिन्होंने बीमार व्यक्ति के साथ नज़दीक से आमने सामने पन्द्रह मिनटो से ज्यादा समय तक बात-चीत की है या जिन्होंने बीमार व्यक्ति के साथ एक ही जगह पर दो घण्टों से ज्यादा समय बिताया है।

हम ऐसे लोगों की तलाश नहीं करेंगे जो बीमार व्यक्ति के नज़दीक से रास्ते या दुकान के पास गुज़रे थे। उन्हें यह बीमारी पकड़ने का बहुत कम खतरा है। जिन लोगों को यह बीमारी पकड़ने का बहुत कम खतरा है, उनका परिक्षण नहीं किया जाएगा।

अगर आपको पता है कि आप बीमार व्यक्ति के सम्पर्क में थे, तब इसका इंतज़ार नहीं कीजिए कि हमारी टीम आपको सम्पर्क करेगी - आपको अपने आपको अपने घर पर अलग कर लेना चाहिए - इसका मतलब है कि आप किसी से सम्पर्क न करें, अपने परिवार को भी नहीं। इस दौरान अगर आप बीमार पड़ गए, नज़दीक के फिवा क्लिनिक या हेल्थ सेन्टर से सम्पर्क कीजिए।

इस बीमारी से बचाव के लिए हर डिविजन्स में फिवा क्लिनिक्स् स्थापित की जायेंगी। इससे पीड़ित लोगों को उन लोगों से दूर रखा जा सकेगा जिन्हें यह वायरस पकड़ने का ज्यादा खतरा है। इन क्लिनिक्स् में कोविड-19 के लिए परिक्षण की जगह अलग से रहेगी।

इस तरह के दो क्लिनिक्स् लौतोका में खुल चुके हैं और फीजी के अन्य इलाकों में खुलने की तैयारी हो रही है।

अगर आप लौतोका में हैं और आपको बुखार लग रहा है, आपको फिबा क्लिनिक जाना चाहिए - आपको अपोईन्मेंट बनाने की ज़रूरत नहीं है, बस चले जाईए। क्लिनिक पर नेसस आपको असेस करेंगी कि आपको यह बीमारी होने का कितना खतरा है।

लौतोका में फिवा क्लिनिक्स् कहाँ हैं:
- पुंजस हेल्थ सेन्टा कारपार्क, दकाउ स्ट्रीट
- कमिकमिदा हेल्थ सेन्टा कारपार्क, कमिकमिदा पार्क
- शनिवार और रविवार, सुबह आठ से शाम चार बजे तक
- सोमवार से शुक्रवार तक सुबह आठ से रात दस बजे तक

इस बीमारी के अलावा अन्य इलाज के लिए अन्य हेल्थ सेन्टर या अस्पताल जाईए

कोविड-19 से अपने आपको बचाने के लिए मैं क्या कर सकता हूँ?
- समय समय से अपने हाथ साबुन पानी या सेनिटाएज़ा से बीस सेकन्ड्स तक धोएं।
- आँख, नाक और मुँह छूने से बचें।
- जो कोई भी खास या छींक रहा है, उससे कम से कम एक मिटर दूर रहें।
- खास्ते या छींकते वक्त अपने मुँह नाक टिशु या कोहिनी से ढाकें।
- कोविड-19 को लेकर अफवाह या गलत जानकारी न शेया करें। स्वास्थ्य मंत्रालय के वेबसाईट ***http://www.health.gov.fj*** या मंत्रालय के ओफिशियल फईसबुक पईज या डब्लू हइच औ के वेबसाईट ***www.who.int*** से जानकारी हासिल करें।

अगर आप पिछले चौदह दिनों में ऐसे देश से लौटे हैं जहाँ यह बीमारी है, और आपको बुखार लग रहा है, खासी आ रही है या सास लेने में दिक्कत हो रही है, नीचे दिए जा रहे किसी एक नम्बर पर तत्काल कोल कीजिए।

हेन्थ सेन्टर जाने से पहले कृप्या कोल कर दीजिए ताकि अन्य मरीज़ों को दूर कर दिया जाए। यह नम्बर केवल उन लोगों के लिए है जो कोविड-19 के शिकार किसी देश से लौटे हैं और जिनमें यह बीमारी होने के चिन्ह नज़र आ रहे हैं या जो इस बीमारी के शिकार व्यक्ति के सम्पर्क में आए हैं। कृप्या किसी और काम के लिए यह नम्बर का प्रयोग न करें।

केन्द्रिए विभाग का नम्बर है 2219905;
पूर्वी विभाग का नम्बर है 2219906;
पश्चिमी विभाग का नम्बर है 219907; और
उत्तरी विभाग का नम्बर है 2219908