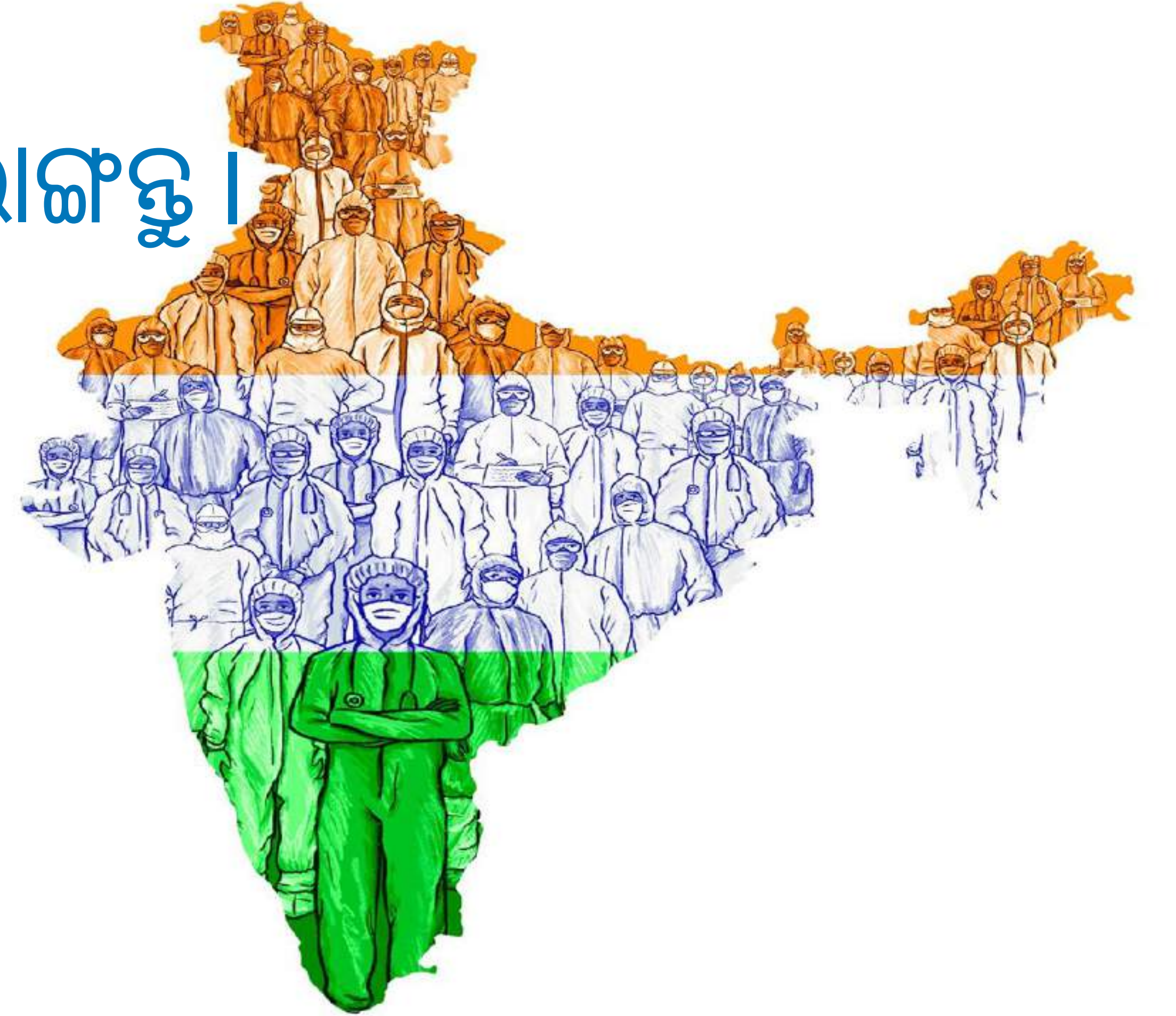




Office of the Principal Scientific Adviser
to the Government of India

ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ, ମହାମାରୀକୁ ଭାଙ୍ଗନ୍ତୁ ।

ମାସ୍କ, ଦୂରତା, ପରିମଳ ଏବଂ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ । SARS-CoV-2
ଜୀବାଣୁ ବିସ୍ତାରକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ।



SARS-CoV-2 ଗ୍ରାନ୍ଥମିସନ୍ ବୁଝିବା

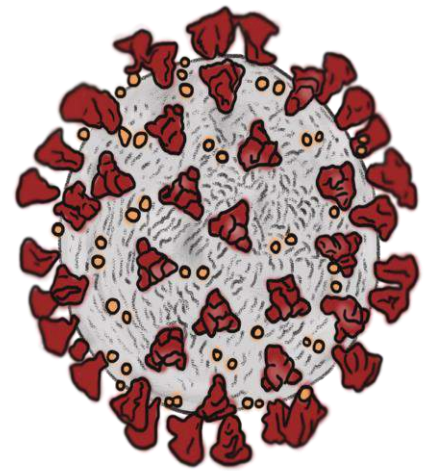
SARS-CoV-2 ହେଉଛି ଏକ ଅତ୍ୟଧିକ ପାଥୋଜେନିକ୍ ମାନବ କରୋନାଭାଇରସ୍ (HCoV), ଯାହା ଭୟଙ୍କର ରୋଗ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁହାର ସହିତ ବିଶ୍ୱ ରେ ମହାମାରୀ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।

ଏହି ଜୀବାଣୁ ଲାଳ ଏବଂ ନାକ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ମଣିଷଠାରୁ ମଣିଷକୁ ବ୍ୟାପିଥାଏ । ଜୀବାଣୁରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇପାରେ ଯାହା ନୂତନ 'ଟିକ୍ତା' ସୃଷ୍ଟି କରେ । କେତେକ ଜୀବାଣୁର ଅଧିକ ବିସ୍ତାର ଏବଂ ସଂକ୍ରମଣ ହାର ଅଛି ।

ଯଦି COVID ଉପଯୁକ୍ତ ଆଚରଣ ଅନୁସରଣ କରାଯାଏ ନାହିଁ, ସଂକ୍ରମଣର ବୃଦ୍ଧି ପୁନର୍ବାର ହୋଇପାରେ । ଏହି ଜୀବାଣୁ ଶୀଘ୍ର ଅଳ୍ପ ସଂଖ୍ୟକ ଲୋକଙ୍କଠାରୁ ବହୁତ ବଡ଼ ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ବିସ୍ତାର ହୋଇପାରେ । ।

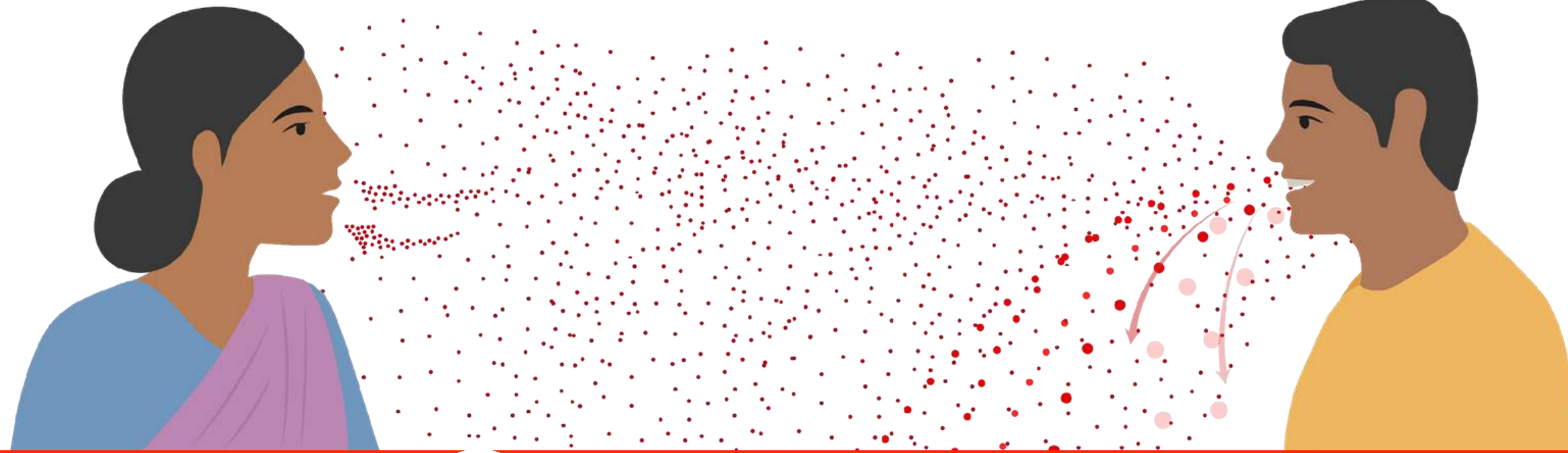
ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ଏବଂ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ କଠୋର ଭାବରେ **COVID** ଉପଯୁକ୍ତ ଆଚରଣ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ ।

ସରଳ ହସ୍ତକ୍ଷେପ ଏବଂ ଆଚରଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ତୁମକୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମଣରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇପାରେ



***ସର୍ବଦା ମନେରଖ: ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାନ୍ତି ନାହିଁ, ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଜୀବାଣୁ ବିସ୍ତାର କରି ପାରନ୍ତି!**

1. ଏରୋସୋଲ୍



2. ଡ୍ରପଲେଟ୍

3. ପୃଷ୍ଠଭୂମି ।



ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣର ମୁଖ୍ୟ ମାର୍ଗ ।

- ▶ SARS-CoV-2 ଶରୀରରେ ଗୁଣିତ ହୁଏ । ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତି, ‘ହୋଷ୍ଟ’, ଏବଂ ଏଥିରୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇପାରେ ।
- ▶ ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଲାଳ ଏବଂ ନାକ ନିଷ୍କାସନରେ ଏହି ଜୀବାଣୁ ନିର୍ଗତ ହେବା, କଥାବାର୍ତ୍ତା, କହିବା, ଗୀତ, ହସିବା, କାଶ କରିବା ଏବଂ ଛିଙ୍କିବା ଇତ୍ୟାଦି ।
- ▶ ଏଥିରୁ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣକୁ ଭାଙ୍ଗିବା । COVID ଉପଯୁକ୍ତ ଆଚରଣ ଅନୁସରଣ କରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ମହାମାରୀକୁ ଦୂର କରିବ ।



କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ନ ଥାଇ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିଥାନ୍ତି । ଭାଇରାଲ୍ ଲୋଡ କରିବାକୁ ଏକ ବୁନ୍ଦା ହିଁ ଯଥେଷ୍ଟ । କିଛି ବ୍ୟକ୍ତି କର ଲକ୍ଷଣ ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ପରେ ଦେଖାଯାଏ । ତେଣୁ ଲକ୍ଷଣ ନ ଦେଖାଯିବା ଫଳ ରେ ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ସଂକ୍ରମିତ କାରାଇଥାନ୍ତି ।

*** ଆପଣ ଚାରିପାଖରେ ଥାଇ ମଧ୍ୟ ଏକ ମାସ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ । କିଛି ଲୋକଙ୍କର କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଇ ନ ପାରେ ତଥାପି ସେମାନେ ଜୀବାଣୁ ବିସ୍ତାର କରିପାରନ୍ତି ।**

ଏରୋସୋଲ୍ ଏବଂ ଡ୍ରପଲେଟ୍ ଟ୍ରାନ୍ସମିସନ୍

ବୁନ୍ଦା ଏବଂ ଏରୋସୋଲ୍ ଆକାରରେ ଲାଳ ଏବଂ ନାକ ନିଷ୍କାସନ ଏହି ଜୀବାଣୁ ଜଣଙ୍କଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ନେଇଯାଏ ।

ବଡ଼ ଆକାରର ବୁନ୍ଦା ଭୂମିରେ ଏବଂ ପୃଷ୍ଠରେ ପଡ଼େ, ଏବଂ ଛୋଟ ଏରୋସୋଲ୍ କଣିକା ବାୟୁରେ ଅଧିକ ଦୂରତାକୁ ନିଆଯାଏ ।

ବନ୍ଦ ଅଣ ଭେଣ୍ଟିଲେଟେଡ୍ ଇନଡୋର ସ୍ପେସ୍ ଗୁଡ଼ିକରେ, ବୁନ୍ଦା ଏବଂ ଏରୋସୋଲ୍ ଶୀଘ୍ର ଏକାଗ୍ର ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେହି ଅଞ୍ଚଳର ଲୋକଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମଣ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବହୁଗୁଣିତ କରିଥାଏ ।

ସଂକ୍ରମଣ ହେଉଛି ବିପଦ । ବାହ୍ୟ ଅଞ୍ଚଳ ରେ ସଂକ୍ରମଣ ବହୁତ କମ୍ । ଜୀବାଣୁ ଗୁଡ଼ିକ ଶୀଘ୍ର ନଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ।।

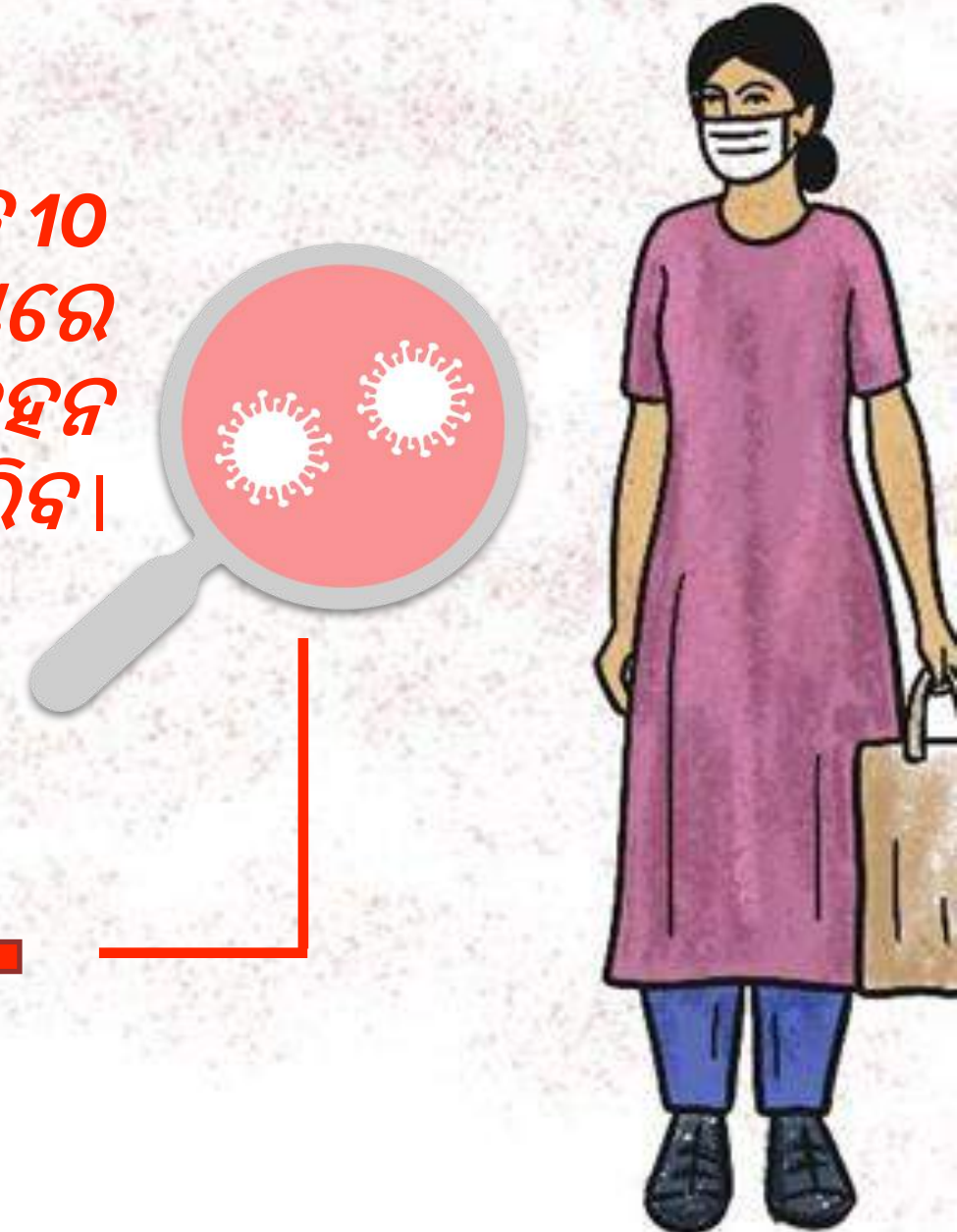
☢ ଯେପରି ଗନ୍ଧ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ଦ୍ୱାରା ମିଶ୍ରିତ ହୋଇପାରେ, ବାହ୍ୟ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ନିଶ୍ଚିତ କରି ଜୀବାଣୁଙ୍କର ବିପଜ୍ଜନକ ଏକାଗ୍ରତା ହ୍ରାସ ହୋଇପାରେ ।



ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ ଡ୍ରପଲେଟ୍ 2 ମିଟର ମଧ୍ୟରେ ପଡ଼େ ।

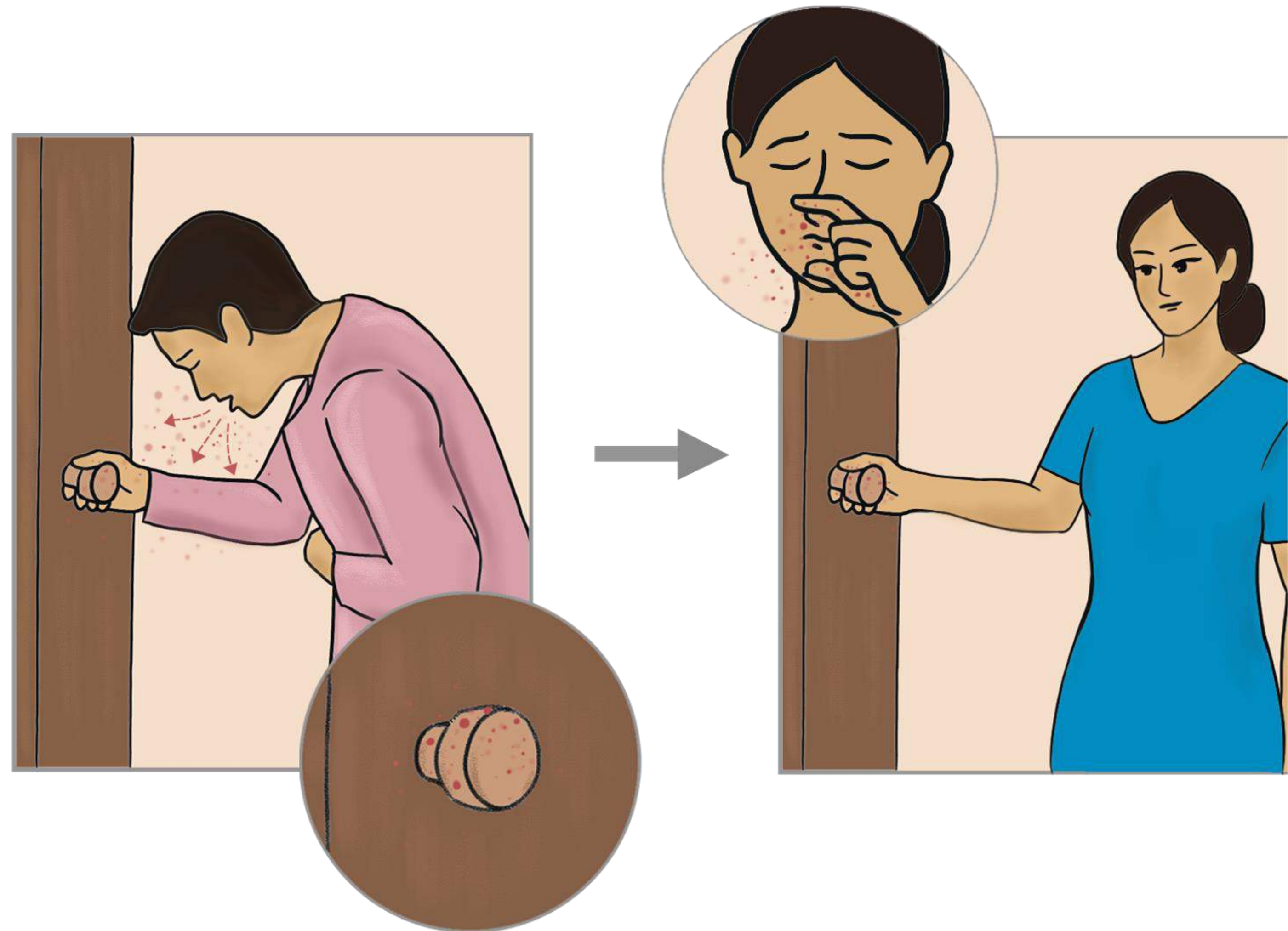
➔ ଏରୋସୋଲ୍ ଏବଂ ବୁନ୍ଦା ହେଉଛି ଜୀବାଣୁଙ୍କର ପ୍ରମୁଖ ସଂକ୍ରମଣ ମୋଡ୍ ।

ଏରୋସୋଲ୍ ଗୁଡ଼ିକ 10 ମିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାୟୁରେ ପରିବହନ କରାଯାଇପାରିବ ।



ସର୍ପେସ୍ ଗ୍ରାହଣସମ୍ବନ୍ଧ ।

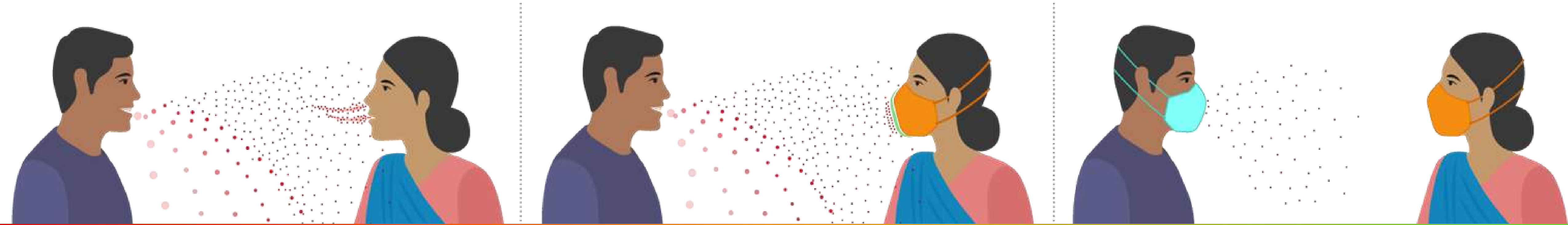
- ▶ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଠାରୁ ନିର୍ଗତ ଡ୍ରପଲେଟ୍ ବିଭିନ୍ନ ପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରି ସଂକ୍ରମିତ କରନ୍ତି ।
- ▶ ଯେତେବେଳେ କେହି ସାବୁନ୍ ରେ ହାତ ନ ଧୋଇ ଏହି ଦୂଷିତ ପୃଷ୍ଠଗୁଡ଼ିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ପାଟି, ନାକ କିମ୍ବା ଆଖି ଦ୍ଵାରା ସେମାନେ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ କରିପାରନ୍ତି ।
- ▶ ଏହି ଜୀବାଣୁ ଭରପୂର ବୁନ୍ଦା ଗୁଡ଼ିକ ଅଣ ପୋରସ୍ ପୃଷ୍ଠରେ ଗ୍ଲାସ୍, ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଏବଂ ଷ୍ଟେନଲେସ୍ ଷ୍ଟିଲ୍ ରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପାଇଁ ବଞ୍ଚିପାରିବେ । ।



* ବାରମ୍ବାର ଯୋଗାଯୋଗ ପଏଣ୍ଟଗୁଡ଼ିକ ଯେପରିକି କବାଟ ହ୍ୟାଣ୍ଡଲ୍, ଲାଇଟ୍ ସ୍ଵିଚ୍, ଟେବୁଲ୍, ଟେୟାର ଇତ୍ୟାଦି କିଛି ଏବଂ ଫୋନିଲ୍ ଦ୍ଵାରା ଚଟାଣ ପୃଷ୍ଠରୁ ଜୀବାଣୁ ପ୍ରଦୂଷଣକୁ ଦୂର କରିପାରିବ ।

ମାସ୍କ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ।

ମାସ୍କଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ PSA ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ: <https://static.psa.gov.in/psa-prod/publication/ManualonHomemadeCover.pdf>



ବହୁତ ଉଚ୍ଚ ବିପଦ

ଉଚ୍ଚ ବିପଦ

କମ୍ ବିପଦ

✓ ଏକ ଡବଲ୍ ଲେୟାର୍ ସୂତା ଘରେ ତିଆରି ମାସ୍କ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଭଲ । N95 ମାସ୍କ ସର୍ବାଧିକ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରେ ।

ଏକ ମାସ୍କ କରିବା ଉଚିତ:

ନାକରେ କୌଣସି ବାୟୁ ପକେଟ ନ ଛାଡ଼ି ମୁହଁରେ ସିଧା ଫିଟ୍ କରନ୍ତୁ ।

ପୋଷାକ ମାସ୍କଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଧୋଇ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ଶୁଖାଇବା ଉଚିତ୍ ।

* ଘରୁ ଦୂରରେ ଏବଂ ଘରେ ମଧ୍ୟ ବାହାର ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ମାସ୍କ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ।

ଦୁଇଟି ମାସ୍କ ଏକାଠି ପରିଧାନ କରିବା ଉଚିତ୍ ଡବଲ୍ ମାସ୍କିଂ ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଛି ।



ଡବଲ୍ ମାସ୍କିଂ ପାଇଁ: ଏକ ସର୍ଜିକାଲ୍ ମାସ୍କ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ, ତା'ପରେ ଏହା ଉପରେ ଆଉ ଏକ ଟାଇଟ୍ ଫିଟ୍ କପଡ଼ା ମାସ୍କ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ସର୍ଜିକାଲ୍ ମାସ୍କ ନାହିଁ, ତେବେ ଦୁଇଟି କପଡ଼ା ମାସ୍କ ଏକାଠି ପିନ୍ଧନ୍ତୁ । ଆଦର୍ଶରେ ସର୍ଜିକାଲ୍ ମାସ୍କକୁ କେବଳ ଥରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯିବା ଉଚିତ୍, କିନ୍ତୁ ଯୋଡ଼ି ହେବାବେଳେ, ଆପଣ ଏହାକୁ 5 ଥର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ଶୁଖିଲା ସ୍ଥାନରେ ଛାଡ଼ି ଗୋଟିଏ ବ୍ୟବହାର ପରେ 7 ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ ।

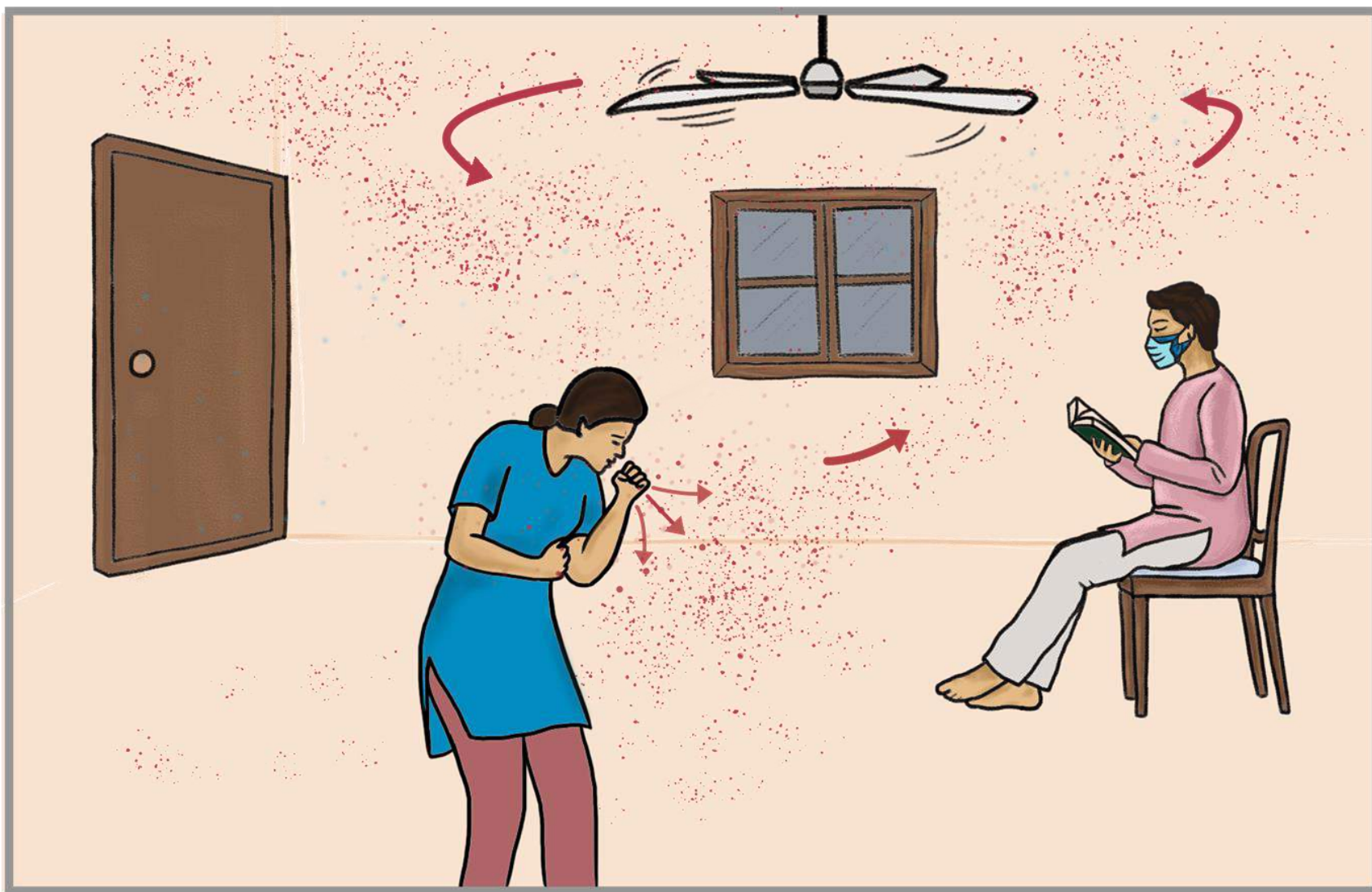
(ଏହାକୁ କିଛି ସୂର୍ଯ୍ୟ ଏକ୍ସପୋଜର୍ ଦିଅନ୍ତୁ) ଏବଂ ତା'ପରେ ଡବଲ୍ ଲେୟାର୍ ଭାବରେ ପୁନଃ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

ସର୍ଜିକାଲ୍ ମାସ୍କଗୁଡ଼ିକ କେବେ ଧୋଇବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।

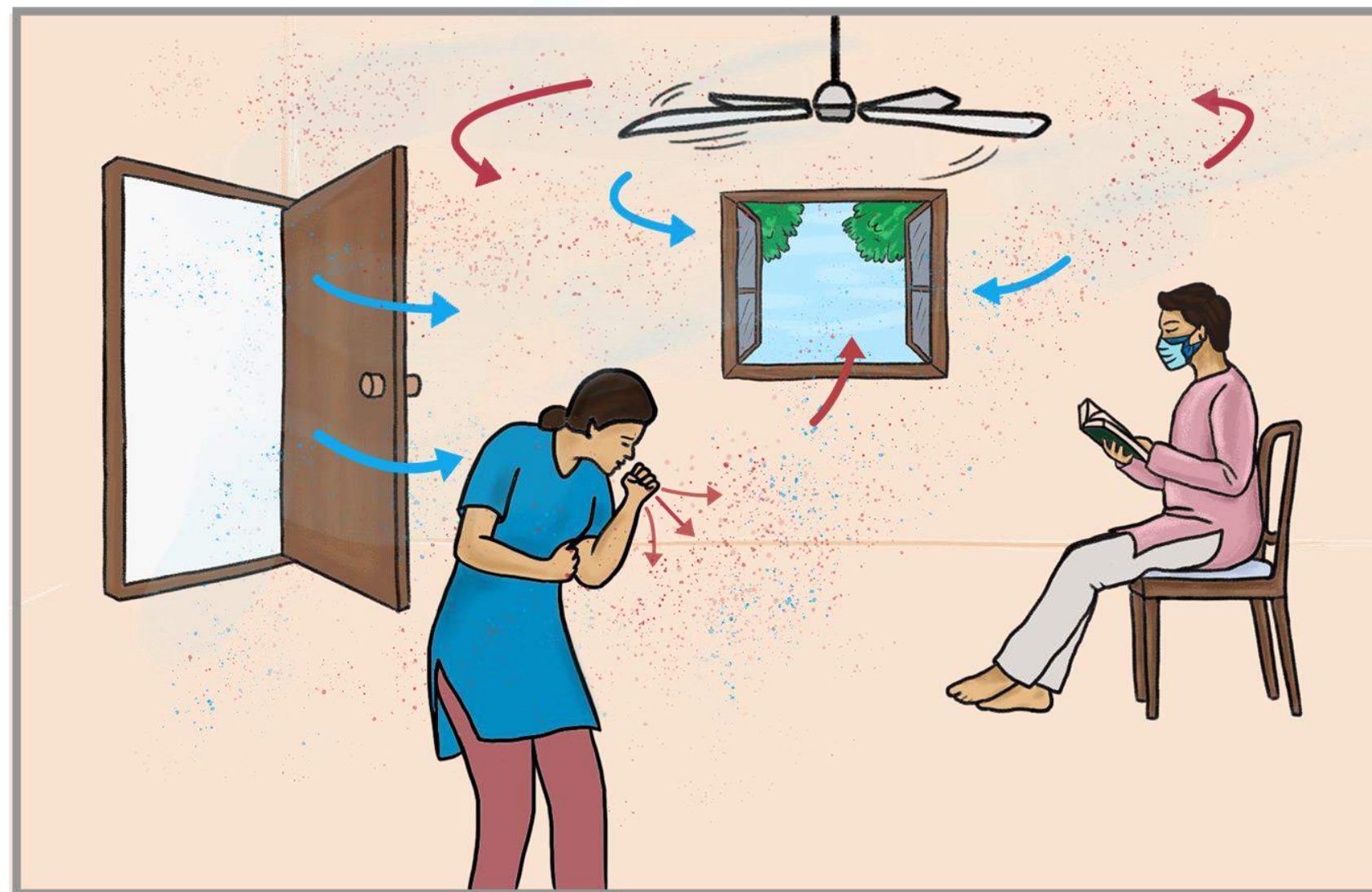
ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍: ଘର

ଘର ଭିତରର ବାୟୁକୁ ଛାନାନ୍ତର କରିବା ପାଇଁ ବାହ୍ୟ ବାୟୁ ପ୍ରବାହିତ ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ଦିଗନ୍ତ ବାୟୁ ପ୍ରବାହ ଏବଂ ଉନ୍ନତ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ବନ୍ଦ ଛାନରେ ଜମା ହୋଇଥିବା ଭାଇରାଲ୍ ଭାରରୁ ସଂକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନାକୁ ହ୍ରାସ କରିପାରେ । ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ଭଲ, ସଂକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନାକୁ କମ୍ କରନ୍ତୁ ।

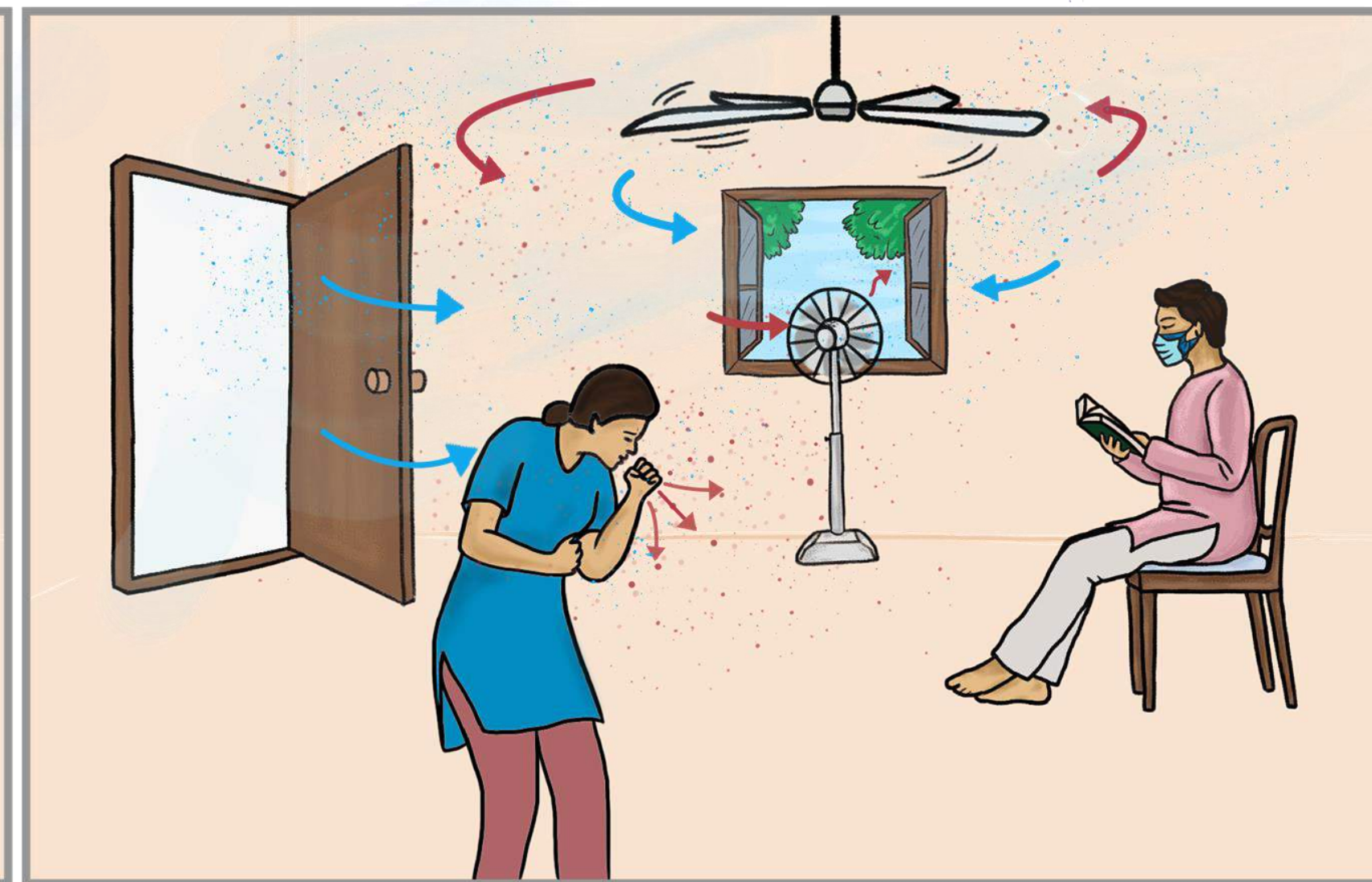
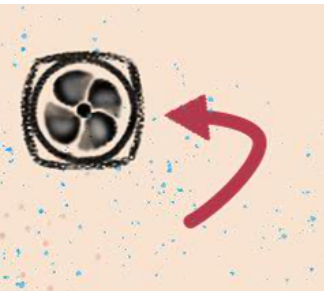
ଖରାପ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ (ଝରକା ଏବଂ କବାଟ ବନ୍ଦ)



ଭଲ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ (ଝରକା ଏବଂ କବାଟ ଖୋଲା)



ଆଦର୍ଶ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ (ନିଷ୍କାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା)



ପଂଖା ର ବ୍ୟବହାର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ । ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଙ୍କ ଘରେ ନିଷ୍କାସିତ ପଂଖା ର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ଯଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟ କେହି ସଂକ୍ରମିତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ହେଇଯିବ । ଘର ର ଝରକା କବାଟ ବନ୍ଦ ରହିଲେ ସୁଦ୍ଧା ନିଷ୍କାସିତ ପଂଖା କୁ ଚାଲୁ ରଖନ୍ତୁ ।

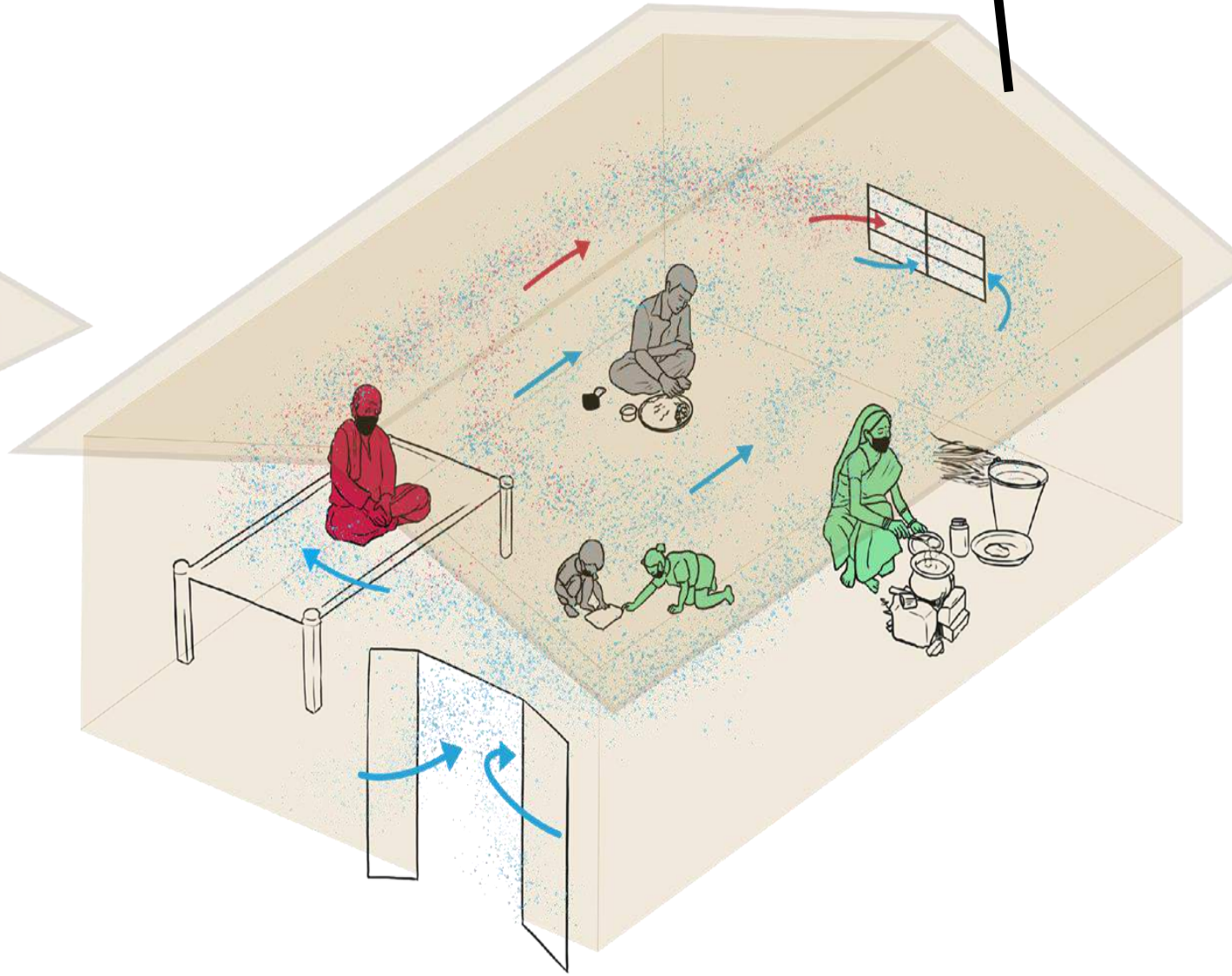
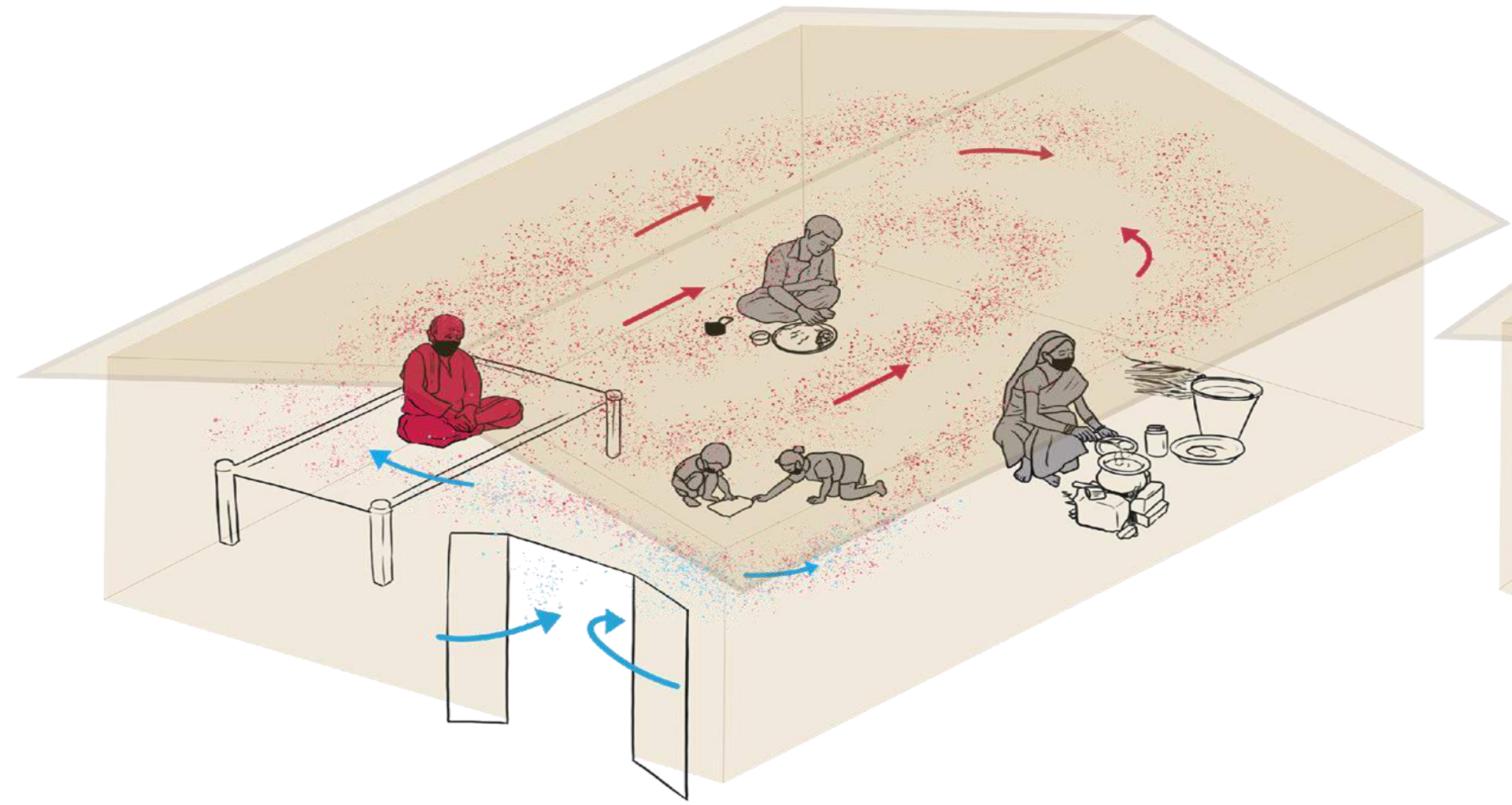
ଏକ ପେଡେଷ୍ଟାଲ ଫ୍ୟାନ କୁ ନିଷ୍କାସିତ ପଂଖା ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଘର ଭିତରର ସଂକ୍ରମଣ ରୁ ସର୍ବାଧିକ ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ମୁକ୍ତ ବାୟୁ ପ୍ରବାହ ପାଇଁ ଏହି ପଂଖା କୁ ବାହାର ଆଡକୁ ମୁହଁ କରି ରଖନ୍ତୁ । ।

ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍: ହାଟମେଣ୍ଟସ୍ ।

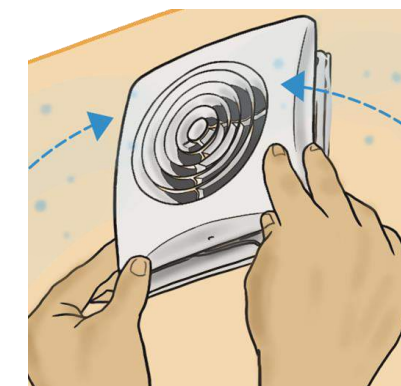
1. ଖରାପ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ (କୌଣସି ବାୟୁ ସଞ୍ଚାଳନ ନାହିଁ) ।

2. ଜାଲି କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଏକ ସରଳ ବାୟୁ ଆଉଟଲେଟ୍ ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଦିଗନ୍ତ ବାୟୁ ପ୍ରବାହରେ ଉନ୍ନତି ହୁଏ ଏବଂ ଭାଇରାଲ୍ ଭାର କମିଯାଏ ।

3. ଜାଲି / ଏୟାର ଆଉଟଲେଟ୍ ପାଖରେ ନିଷ୍କାସିତ ନିଷ୍କାସିତ ପଂଖା, ଦ୍ୱାରା, ଫୁଲ୍ଟ୍ ସଂକ୍ରମଣର ବିପଦକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଦିଗନ୍ତ ବାୟୁ ପ୍ରବାହକୁ ଆହୁରି ଉନ୍ନତ କରିଥାଏ ।



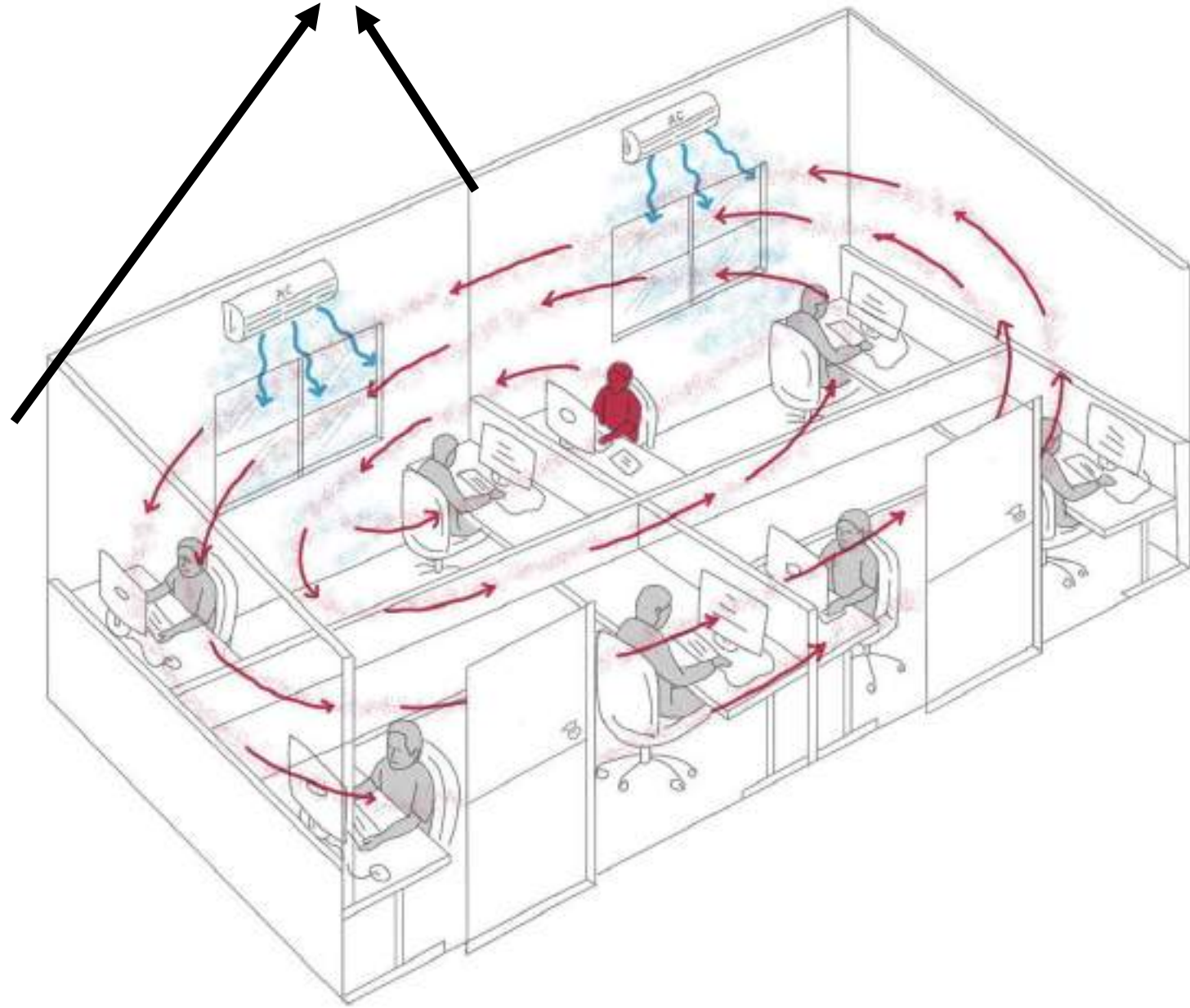
ଝରକା / କ୍ରସ୍ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ର ଅଭାବ ଅତ୍ୟଧିକ ଭାଇରାଲ୍ ଲୋଡ୍ ସୃଷ୍ଟି କରେ ଏବଂ ଖରାପ ଭେଣ୍ଟିଲେଟ୍ ସ୍ତେସ୍ ମଧ୍ୟରେ ସଂକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନା ବଢାଏ ।



* ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି ଯେ ଯେଉଁଠାରେ କ୍ରସ୍-ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ନାହିଁ ସେହି ଘରେ ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ଦ୍ୱାରା ନିଷ୍କାସିତ ଫ୍ୟାନ ସହିତ ଜାଲି / ଏୟାର ଆଉଟଲେଟ୍ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଥାଏ ।

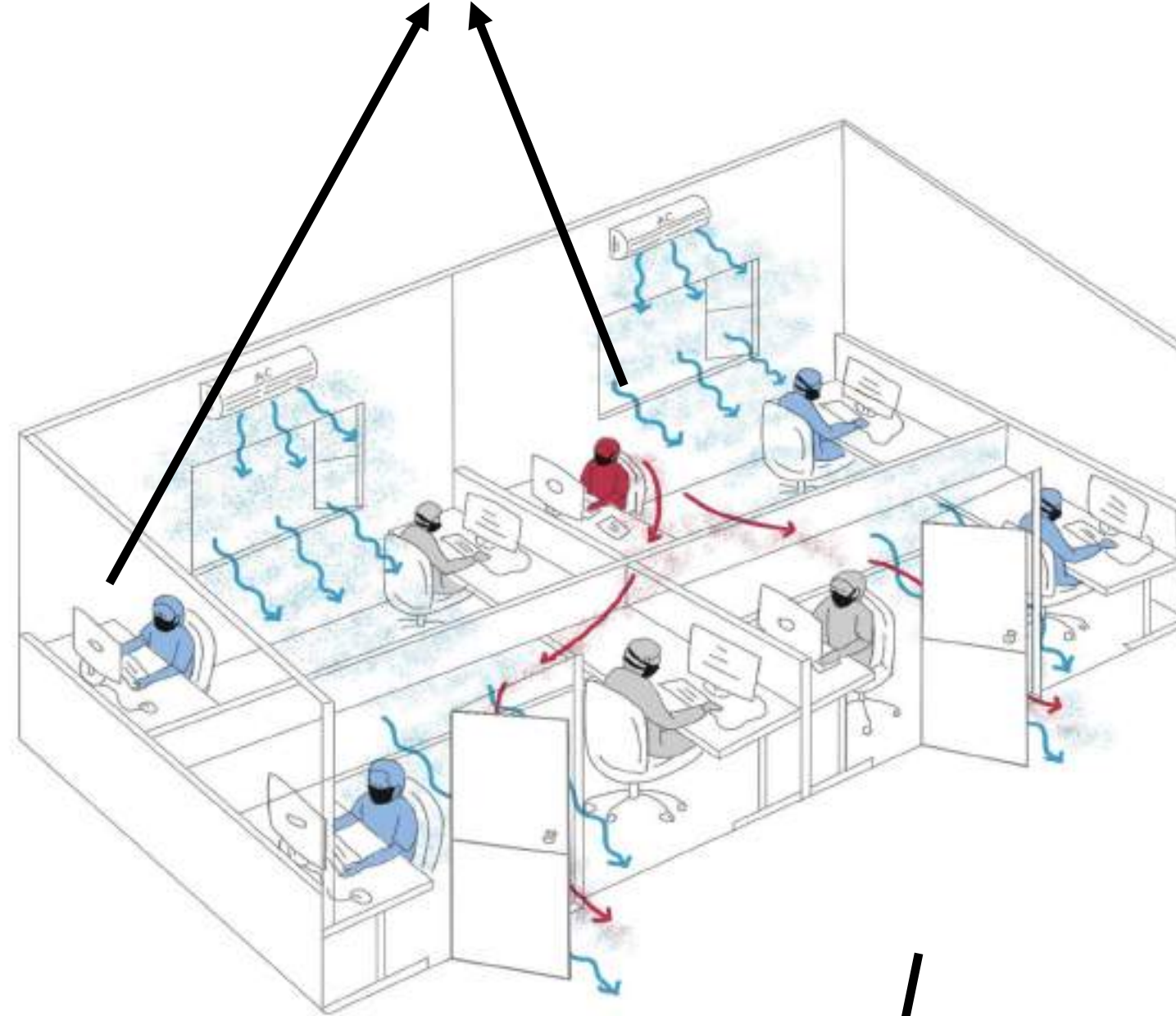
ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍: କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ଥାନ ।

1. ଝରକା ବନ୍ଦ ରଖିବା ସମୟରେ ଏସି ଚଳାଇବା ଏବଂ କବାଟ ବନ୍ଦ, କୋଠରୀ ଭିତରେ ସଂକ୍ରମିତ ବାୟୁକୁ ଫାନ୍ସରେ ପକାଇଥାଏ ଏବଂ ସଂକ୍ରମିତ ବାୟୁକୁ ଅନ୍ୟକୁ ସଂକ୍ରମଣ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ ।



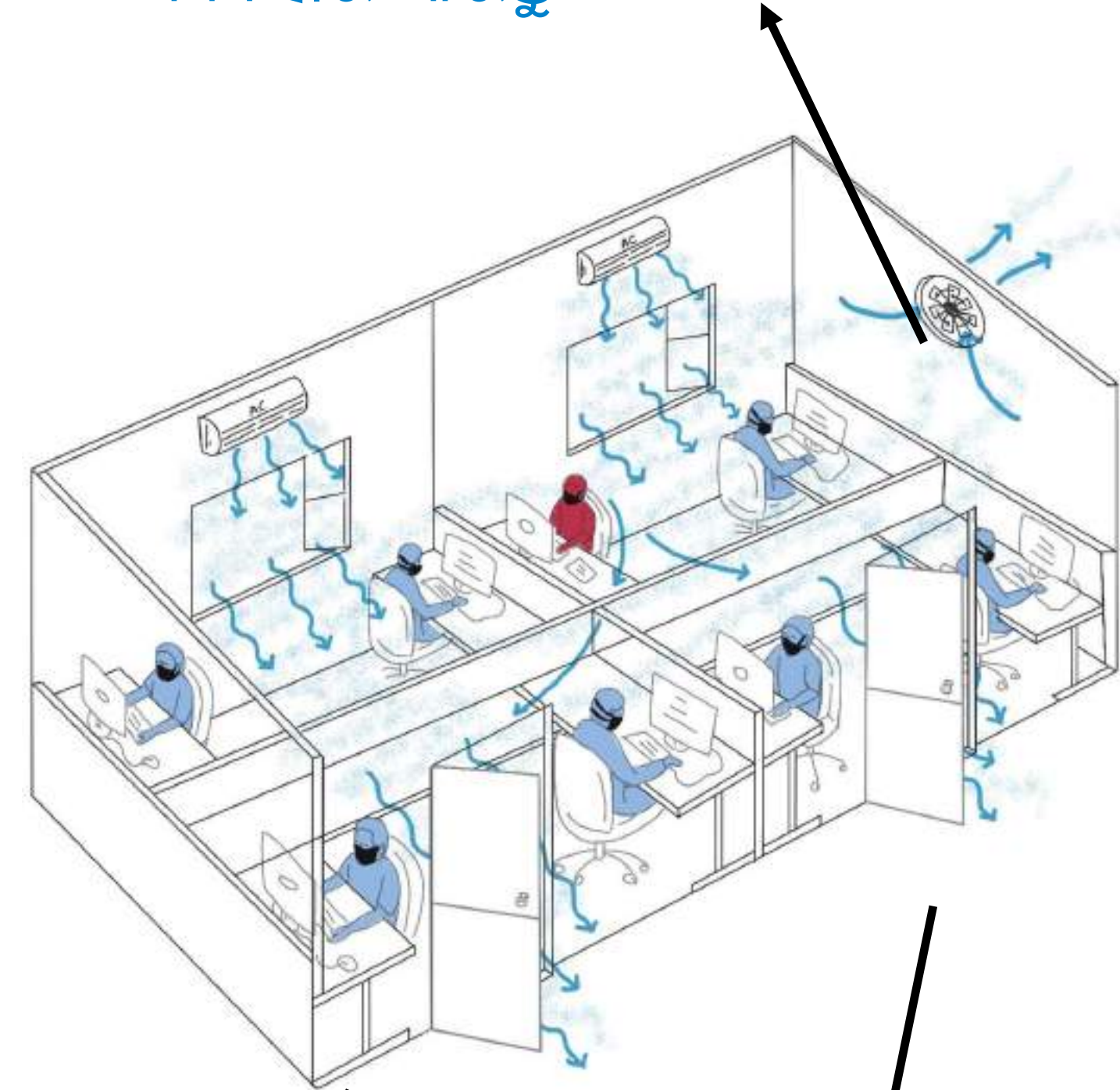
ଖରାପ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍
(ବାୟୁ ପ୍ରବାହ ନାହିଁ)

2. ବିଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁ ଆଣିବା ଏବଂ ଜୀବାଣୁ କଣିକାକୁ ମିଶ୍ରିତ କରିବା ପାଇଁ ଏସି ଚାଲୁଥିବାବେଳେ ଝରକା ଏବଂ କବାଟ କୁ ଖୋଲା ରଖନ୍ତୁ ।



କବାଟ କୁ ଖୋଲା ରଖନ୍ତୁ

3. ନିଷ୍କାସିତ ପଂଖା ସଂଯୋଗ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ



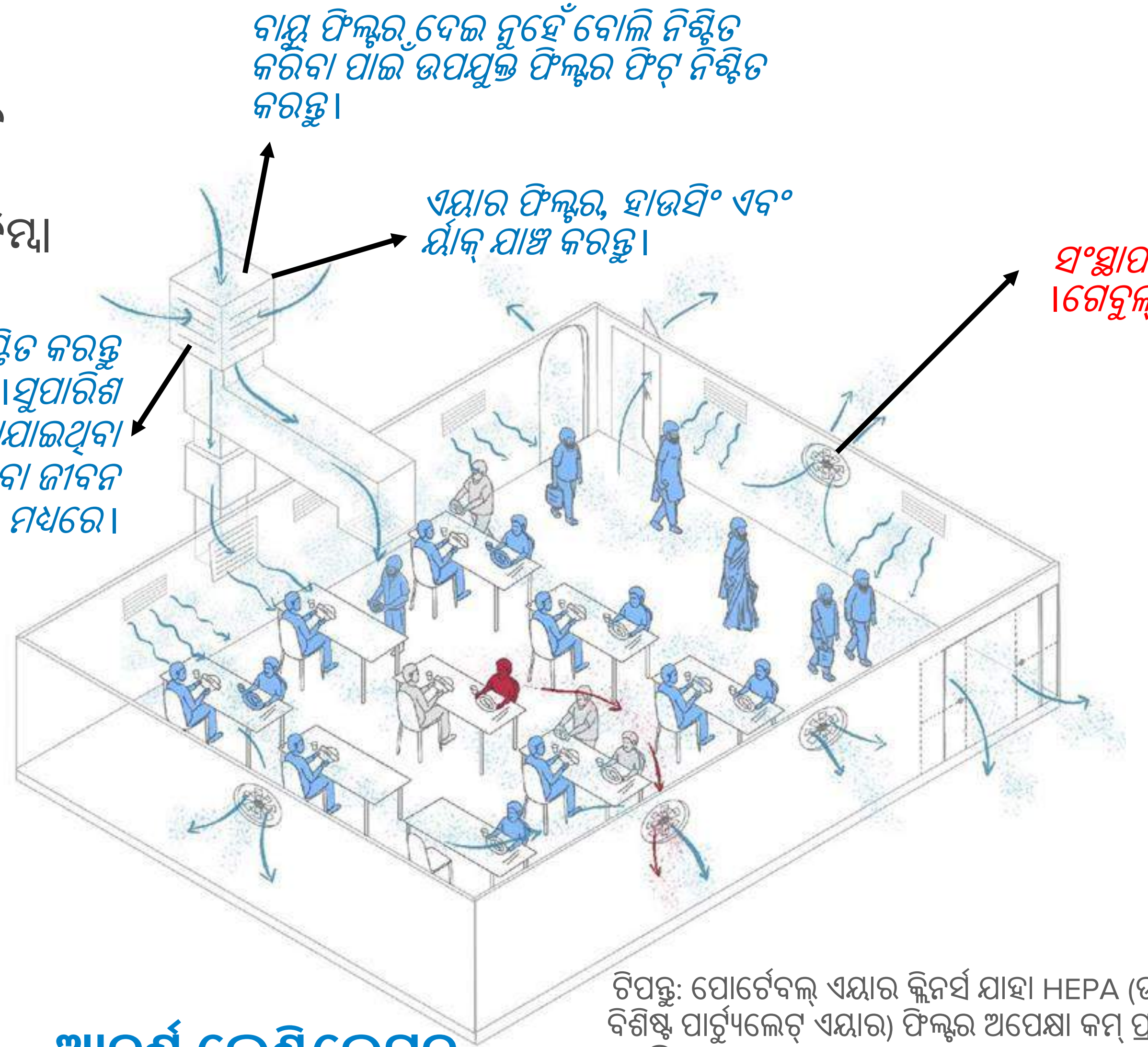
କବାଟ କୁ ଖୋଲା ରଖନ୍ତୁ

ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍: କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବାୟୁ ପରିଚାଳନା ପ୍ରଣାଳୀ ।

ଉନ୍ନତ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବାୟୁ ଫିଲ୍ଟରେସନ୍ / ବର୍ଦ୍ଧିତ ଫିଲ୍ଟରେସନ୍ ଦକ୍ଷତା ବିଶେଷତଃ ଯେତେବେଳେ ବାହ୍ୟ ବାୟୁ ବିତରଣ ବିକଳଗୁଡ଼ିକ ସୀମିତ ଥାଏ । ଅଫିସ୍ ଅଡିଟୋରିୟମ୍, ସପିଂ ମଲ୍ ଇତ୍ୟାଦିରେ ଛାତ ରେ ଲାଗିଥିବା ଭେଣ୍ଟିଲେଟର ର ଫିଲ୍ଟର ଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟମିତ ସଫା କରିବା କିମ୍ବା ବଦଳାଇବା ଜରୁରୀ



ଫିଲ୍ଟର ନିଷ୍କୃତ କରନ୍ତୁ । ସୁପାରିଶ କରାଯାଇଥିବା ସେବା ଜୀବନ ମଧ୍ୟରେ ।



ବାୟୁ ଫିଲ୍ଟର ଦେଇ ନୁହେଁ ବୋଲି ନିଷ୍କୃତ କରିବା ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ଫିଲ୍ଟର ଫିଟ୍ ନିଷ୍କୃତ କରନ୍ତୁ ।

ଏୟାର ଫିଲ୍ଟର, ହାଉସିଂ ଏବଂ ଯାକ୍ ଯାଅ କରନ୍ତୁ ।

ସଂସ୍ଥାପନ କରନ୍ତୁ । ଗେରୁଲ୍ । ଉଚ୍ଚ

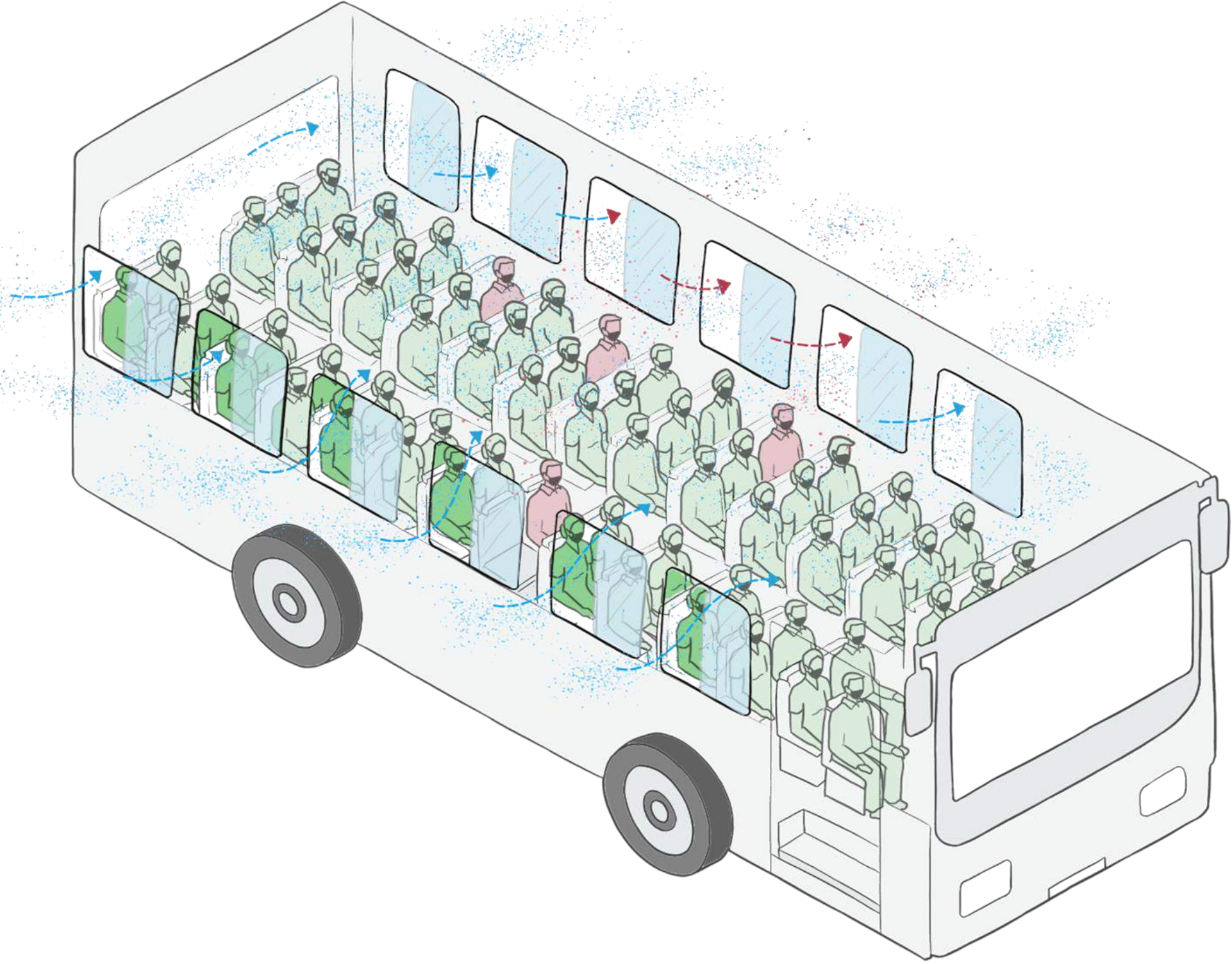
ଖରାପ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ।

ଆଦର୍ଶ ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍ ।

ଟିପ୍ପଣୀ: ପୋର୍ଟେବଲ୍ ଏୟାର କ୍ଲିନର୍ସ ଯାହା HEPA (ଉଚ୍ଚ-ଦକ୍ଷତା ବିଶିଷ୍ଟ ପାର୍ଟିକୁଲେଟ୍ ଏୟାର) ଫିଲ୍ଟର ଅପେକ୍ଷା କମ୍ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଫିଲ୍ଟର ବ୍ୟବହାର କରେ ଏବଂ ରୁମ୍ ବାୟୁ ସଫା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ । ତଥାପି, ସେମାନଙ୍କୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଅଣ-HEPA ଫିଲ୍ଟର ଭାବରେ ନାମିତ କରାଯିବା ଉଚିତ ।

ଭେଣ୍ଟିଲେସନ୍: ଅତିରିକ୍ତ ବିଚାର ।

ଜନସାଧାରଣ ପରିବହନ ଯାନରେ ବାୟୁର କ୍ରମ୍ପ ପ୍ରବାହ ନିଶ୍ଚିତ କରନ୍ତୁ: ସମ୍ଭବତ ବସ୍ ଏବଂ ଟ୍ରେନରେ ଝିଣ୍ଡୋ ଖୋଲା ରଖନ୍ତୁ । ଶୀତତାପ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ବସ୍ ଏବଂ ଟ୍ରେନରେ ବାୟୁ ପ୍ରବାହରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ପାଇଁ ନିଷ୍ଠାସନ ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ । ଏୟାର କଣ୍ଡିସନର ସିଷ୍ଟମରେ HEPA / ନିୟମିତ ଫିଲ୍ଟରଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ପରିଚିତ କର । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ସଫା କରି ନିୟମିତ ବଦଳାଇବା ଉଚିତ୍ ।



ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉଚ୍ଚତାରେ ଥିବା ଭେଣ୍ଟିଲେସନ ଝରକା ମୁକ୍ତ ବାୟୁ ପ୍ରବାହ କୁ ନିଷ୍ପେଧ କରି ସଂକ୍ରମଣ ର ଆଶଙ୍କା କୁ ବଢାଏ ।



* ଟୀକାକରଣ ପରିଚାଳିତ କରୁଥିବା ଡାକ୍ତରଖାନା ଏବଂ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଗୁଡ଼ିକ ରେ ମୁକ୍ତ ଏବଂ ସ୍ଵଚ୍ଛ ବାୟୁ ପ୍ରବାହ ହେଉଥିବା ଜରୁରୀ

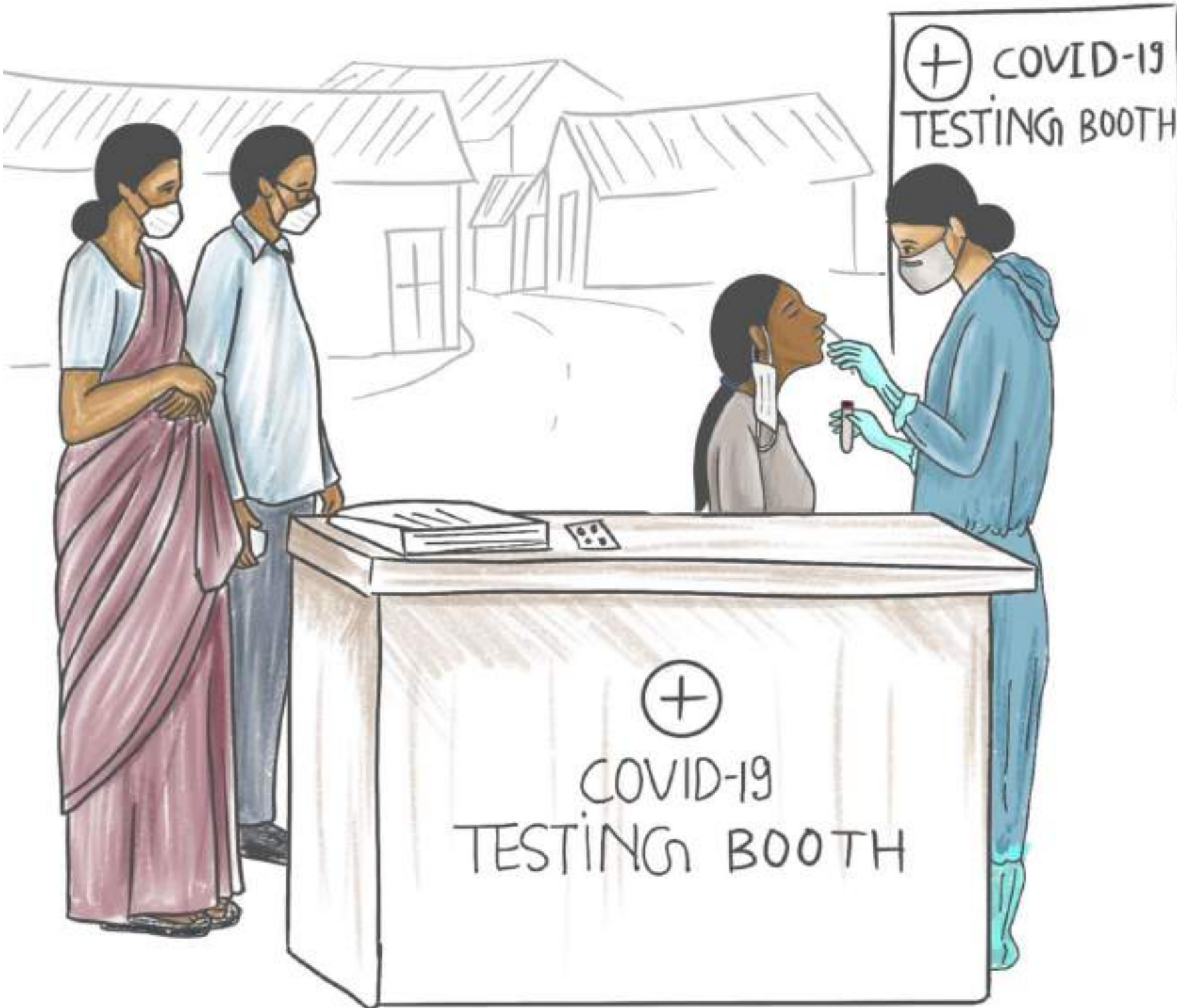
ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ସ୍ତରୀୟ ପରୀକ୍ଷା ଏବଂ ବିଚ୍ଛିନ୍ନତା

(ଗ୍ରାମୀଣ / ଅର୍ଦ୍ଧ-ସହରାଞ୍ଚଳ ପାଇଁ)

- ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ରାପିଡ୍ ଆଣ୍ଟିଜେନ୍ ପରୀକ୍ଷା କର । ରାଶି ଆଣ୍ଟିଜେନ୍ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ASHA / ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି / ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଡାଲିମ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

- ଏହି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଏକ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ N95 ମାସ୍କ ମଧ୍ୟ ଦିଆଯିବା ଜରୁରୀ । ଯଦି ସେମାନଙ୍କୁ ଟୀକାକରଣ କରାଯାଏ । ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ନଜର ରଖିବା ପାଇଁ ASHA / ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି / ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ ।

Positive ପଜିଟିଭ୍ ପରୀକ୍ଷା କରୁଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏକ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ N95 ମାସ୍କ କିମ୍ବା ସର୍ଜିକାଲ୍ ମାସ୍କ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ ଯଦି ଏହା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ଏବଂ ICMR ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ଅନୁଯାୟୀ ପୃଥକ ଭାବରେ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ୍ ।



ଗୃହ ବିଚ୍ଛିନ୍ନତା ଉପରେ PSA ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ

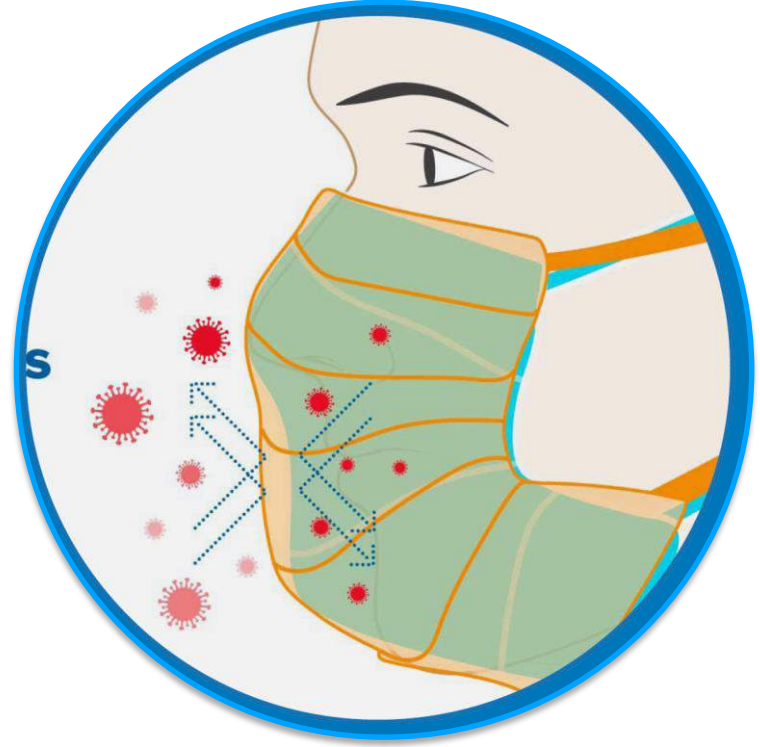
<https://www.psa.gov.in/innerPage/psa-initiatives/home-care-tips-managing-covid-19/2820/2820>



Office of the Principal Scientific Adviser
to the Government of India



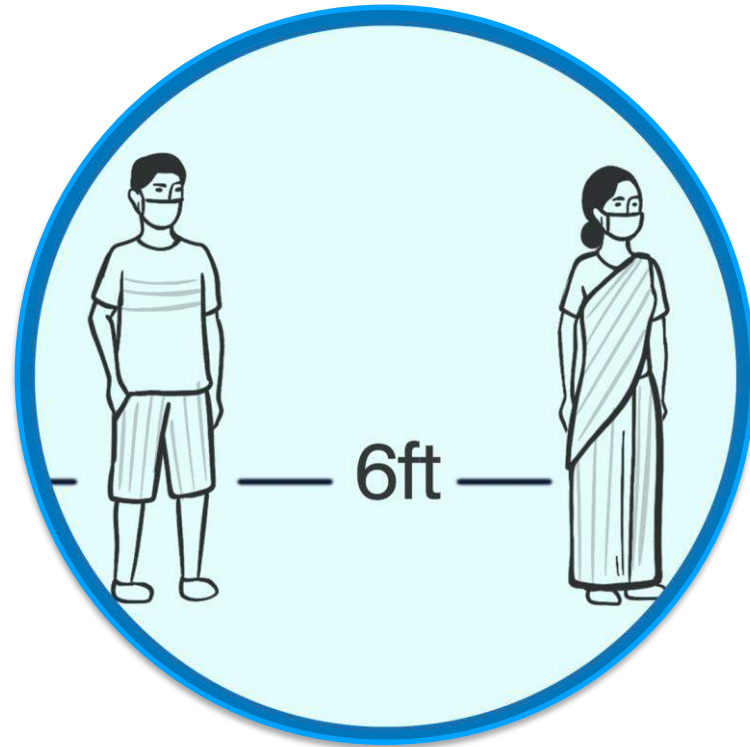
ସଂକ୍ରମଣ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ, ମହାମାରୀକୁ ଭୀଙ୍କନ୍ତୁ ।



ଡବଲ୍ ମାସ୍କ
ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ।



ବାସ କରୁଥିବା
ସ୍ଥାନରେ ମୁକ୍ତ
ବାୟୁ ପ୍ରଚଳନ
ର ସୁବିଧା



ଶାରୀରିକ
ଦୂରତା ରକ୍ଷା
କରିବା
ଆବଶ୍ୟକ



ବାରମ୍ବାର
ସାବୁନ୍ ରେ
ହାତ ଧୁଅନ୍ତୁ



Covid Positive
ରୋଗୀ କି ଠାରୁ
ଦୂରତା ଅବଲମ୍ବନ
କରନ୍ତୁ



ଘରଦ୍ୱାର
ପରିଚ୍ଛନ୍ନ
ରଖନ୍ତୁ ।

PSA Advisory to Prevent Transmission of SARS-CoV-2 virus

Translated by: Badrinarayan Nanda |
Coordination and Support: Dr Alakananda Batni, Gubbi Labs.

ଓଡ଼ିଆ ଶୁଭାଂଶୁ ଏବଂ ଅନୁସନ୍ଧାନ: ଉର୍ବିତ୍ତର ।