COVID-19 तथ्य पाना #2

सेवाग्राहीहरूका लागि जानकारी

अद्यावधिक जारी गरिएको मिति: 17 मार्च 2020
Jo Toohey CEO द्वारा स्वीकृत

यो तथ्य पाना थप वितरणको लागि नभएर The Benevolent Society का सेवाग्राहीहरूका लागि हो।

यस तथ्य पानाको उद्देश्य भनेको कोरोना भाइरस (COVID-19 को प्रभावप्रति The Benevolent Society को प्रतिक्रिया बारे सेवाग्राहीहरूलाई सुझाव उपलब्ध गराउनु हो।

कोरोना भाइरस र COVID-19 भनेको के हो?

कोरोना भाइरसहरूले मानव र पशुहरूलाई बिरामी बनाउन सक्छन्। केही कोरोना भाइरसहरूले रूघाखोकी जस्ता जस्तो बिमारी निम्त्याउन सक्छन् र अन्यले Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) (गम्भीर एक्युट श्वास-प्रश्वासका लक्षण) र Middle East Respiratory Syndrome (MERS) (मध्य-पूर्वी श्वास-प्रश्वास लक्षण) सहित थप गम्भीर रोगहरू निम्त्याउन सक्छन्।

यो नयाँ कोरोना भाइरस चीनको हुबेई प्रान्तमा उत्पन्न भएको हो र यो रोगको प्रकोपलाई COVID-19 नाम दिइएको छ।

कोरोना भाइरस कसरी फैलिन्छ?

कोरोना भाइरस निम्न माध्यमबाट एउटा व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा फैलिने सबैभन्दा बढी सम्भावना हुन्छ:

- व्यक्ति संक्रामक भएको समयमा (संक्रमितमा लक्षणहरू देखिनुअघि सहित) तिनीहरूसँग प्रत्यक्ष नजिकको सम्पर्क राख्नाले
- संक्रमण भएको पुष्टि गरिएका व्यक्तिलेखोक्दा वा हाच्छिउँ गर्दा उक्त व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्क राख्नाले; वा
- संक्रमण भएको पुष्टि गरिएको व्यक्तिले खोक्दा वा हाच्छिउँ गर्दा दूषित भएका वस्तुहरू वा सतहहरू (जस्तै ढोकाका ह्याण्डलहरू वा टेबुलहरू) छोएपछि आफ्नो मुख वा अनुहारलाई छुनाले।

धेरैजसो संक्रमणहरू लक्षणहरू देखिएका मानिसहरूद्वारा मात्र फैलने गर्छन्। यी लक्षणहरूमा ज्वरो आउने, खोकी लाग्ने, घाँटी दुख्ने, थकान महसुस हुने र श्वास फेर्नमा समस्या हुने जस्ता कुराहरू समावेश हुन सक्छन्। कुनै व्यक्तिमा लक्षणहरू देखिनुअघि नै संक्रमणहरू फैलिन पनि सक्छन्, त्यसैले साधारणतया राम्रो संक्रमण नियन्त्रण र स्वास्थ्य अभ्यास गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

राष्ट्रिय स्तरमा, फैलाव रोक्नका लागि के-कस्ता कदम अपनाइएका छन्?

27 फेब्रुअरीमा, प्रधानमन्त्रीले Australian Health Sector Emergency Response Plan for Novel Coronavirus (COVID-19) (नोभल कोरोना भाइरस (COVID-19) का लागि अस्ट्रेलियाली स्वास्थ्य क्षेत्र आकस्मिक प्रतिक्रिया योजना), सक्रिय गर्नुभयो, जसले यात्रा प्रतिबन्धहरू लगाउनुका साथै सम्भावित विश्व-व्यापी महामारीको लागि राष्ट्रिय तत्परता सुनिश्चित गरेर अस्ट्रेलियामा भाइरस आउन कम गर्ने अतिरिक्त उपायहरू आरम्भ गऱ्यो। यस तथ्य पानामा उपलब्ध गराइएको सुझाव पाना कमनवेल्थ तथा राज्य स्वास्थ्य अधिकारीहरू (Commonwealth and State health authorities) द्वारा उपलब्ध गराइएको जानकारीमा आधारित छ।

सुरक्षात्मक उपायहरू सम्बन्धी थप विस्तृत सुझाव World Health Organisation (विश्व स्वास्थ्य संगठन) को वेबसाइटमा उपलब्ध छ।

तपाईंमा COVID-19 भएको को निदान गरिन्छ वा आफूले आफूलाई COVID-19 भएको हुन सक्ने शंका गर्नुहुन्छ भने – तुरुन्तै The Benevolent Society को कर्मचारी सदस्यलाई सूचित गराउनुहोस्। हामी तपाईंलाई सेवाहरू प्रदान गर्न सक्ने सबैभन्दा उपयुक्त माध्यम पत्ता लगाउनका लागि तपाईंसँग काम गर्नेछौं। तपाईं वा तपाईंको पारिवारिक सदस्यलाई निदान गरिन्छ वा अस्पतालमा भर्ना गरिन्छ भने कृपया सेवाहरू निलम्बन गर्न सकिन्छ भन्ने कुरालाई ध्यानमा राख्नुहोस्।

यदि तपाईं वा तपाईंको परिवारको कुनै पनि सदस्य वा साथीहरूलाई COVID-19 संक्रमण भएको पुष्टि गरिएको व्यक्तिसँग सम्पर्कमा रहेको पहिचान गरिएको छ भने, स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य एकाईले तपाईंलाई सुझाव सहित सम्पर्क गर्नेछ। तपाईं वा तपाईंको पारिवारिक सदस्य/हरूले संक्रमित व्यक्तिसँग सम्पर्कमा रहेपछि 14 दिनसम्म घरमा आफै छुट्टै बस्नुपर्छ र आफ्नो स्वास्थ्यलाई निगरानी गर्नुपर्छ र कुनै पनि लक्षणको रिपोर्ट गर्नुपर्छ।

एउटा व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा कोरोना भाइरसहरू फैलिने क्रम साधारणतया एक-अर्कासँग नजिकको सम्पर्कमा रहने मानिसहरूबीच हुने गर्छ। विशेषगरी, नजिकको सम्पर्क भनेको संक्रमित व्यक्तिसँग कम्तीमा 15 मिनेटसम्म आमुन्ने-सामुन्ने रहेको वा कम्तीमा 2 घण्टासम्म एउटै बन्द ठाउँमा रहेको भन्ने हो।

सार्वजनिक स्वास्थ्य एकाई COVID-19 को संक्रमण भएका बिरामीहरूसँग नजिकको सम्पर्कमा रहने मानिसहरूसँग सम्पर्कमा रहनेछ। यदि कुनै पनि लक्षण देखिन्छ भने, सम्पर्कमा रहेका व्यक्तिहरूले ती लक्षणहरूको रिपोर्ट गर्नका लागि सार्वजनिक स्वास्थ्य एकाईलाई फोन गर्नुपर्छ।

म वैदेशिक यात्राबाट फर्किएको छु भने आफू मात्र-छुट्टै रहनुपर्छ?

The Benevolent Society ले Australian Department of Health (अस्ट्रेलियाली स्वास्थ्य विभाग) र राज्य स्वास्थ्य अधिकारीहरूको सुझाव पालना गरिरहेको छ। यो सुझाव अनुसार, हामीले उच्च जोखिमका क्षेत्रहरूमा यात्रा गरेका वा भाइरसको सम्पर्कमा आएका मानिसहरूसँग सम्बन्धित नियन्त्रण कदमहरू चालिरहेका छौं।

तपाईं विदेशको यात्रा गरेर अस्ट्रेलिया फर्कनुभएको छ भने, तपाईं 14 दिनसम्म एक्लै-छुट्टै बस्नुपर्छ। घरमा एक्लै-छुट्टै बस्नुको अर्थ निम्न हो:

- कार्यस्थल, विद्यालय, सपिङ सेन्टर, बाल स्याहार वा विश्वविद्यालय जस्ता सार्वजनिक स्थानहरूमा नजाने
- आफ्नो लागि खाना र अन्य आवश्यक वस्तुहरू लिएर आफ्नो अगाडिको ढोकामा राखिदिन कसैलाई अनुरोध गर्ने
- आगन्तुकहरूलाई भित्र आउन नदिने – तपाईंसँग धेरैजसो बस्ने मानिसहरू मात्र तपाईंको घरमा हुनुपर्छ
- अन्य पारिवारिक सदस्यहरूलाई संक्रमित हुन नदिनका लागि आफू घरको एउटा कोठा भित्र रहने सुनिश्चित गर्नुहोस्। थप जानकारी Health.gov.au बाट प्राप्त गर्नुहोस्

घरमा एक्लै-छुट्टै बस्न आवश्यक रहेका सेवाग्राहीहरूको केन्द्रिय रजिस्टरलाई The Benevolent Society Crisis Management Team (संकट व्यवस्थापन टोली) र अन्य मुख्य कर्मचारीलाई पहुँचयोग्य हुनेगरी The Benevolent Society को राष्ट्रिय कार्यालयमा राखिनेछ। रजिस्टरमा निम्न जानकारी समावेश हुनेछ:

- सेवाग्राहीको नाम
- प्रदान गरिएको सेवा
- The Benevolent Society को मुख्य सम्पर्क
- प्रारम्भ मिति र आइसोलेसन अर्थात एक्लै बस्नुको कारण
- काममा फर्कने अपेक्षित मिति।

अन्य कुन-कुन व्यक्ति एक्लै-छुट्टै बस्नुपर्छ?

पछिल्लो 14 दिनमा कोरोना भाइरसको **पुष्टि गरिएको मामिला** भएको व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्कमा रहेका सेवाग्राहीहरू (पुष्टि गरिएको मामिला भएको व्यक्तिसँगको पछिल्लो सम्पर्कको मितिपछि 14 दिनसम्म एक्लै-छुट्टै बस्नुपर्छ)।

तपाईंसँग यस तथ्य पानासँग सम्बन्धित कुनै पनि सरोकार वा प्रश्न भएमा, कृपया The Benevolent Society मा आफ्नो सम्पर्क सहित कुरा गर्नुहोस्।

1800 236 762 मा फोन गर्नुहोस् वा customercare@benevolent.org.au मा इमेल पठाउनुहोस्