संक्रमण की रोकथाम एवं नियंत्रण (इंफेंक्शन प्रिवेंशन एवं कंट्रोल)

Infection Prevention and Control (IPC)

IPC कार्यक्रम के उद्देश्य

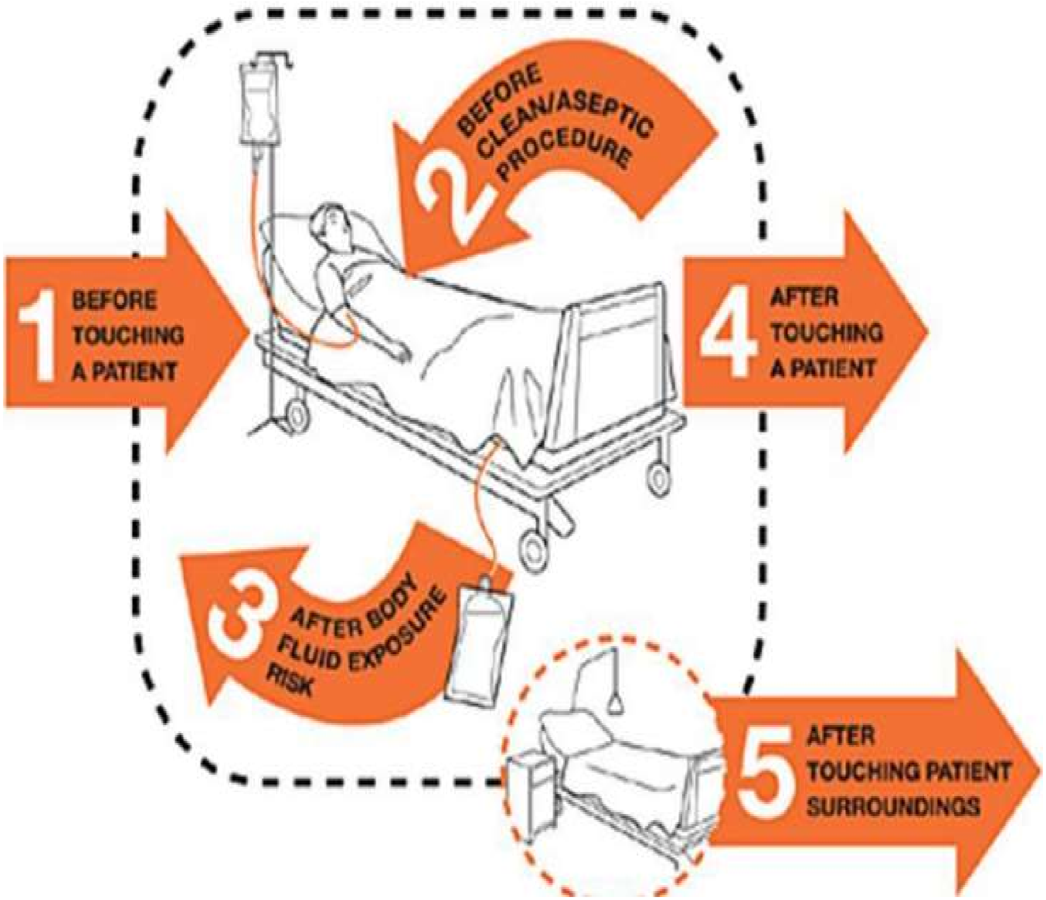
रोगियों, चिकित्सालयों में आने वाले व्यक्तियों और स्वास्थ्य देखभाल कार्यकताओं को चिकित्सालयों के भीतर होने वाले संक्रमणों (Hospital Acquired Infections) से बचाव इसका मुख्य उद्देश्य है। इस उद्देश्य की पूर्ति निम्न प्रयासों से होगी :-

- स्वास्थ्य देखभाल के सभी स्तरों पर सभी श्रेणियों के स्वास्थ्य कर्मी व्यापक IPC नियमों व प्रक्रियाओ की पालना कर सकें इसके लिए उनकी सहायता एवं क्षमता वर्धन करवाना ।
- Mortality (मृत्यु) एवं Morbidity (रोग की अवस्था) को कम करते हुए सुरक्षित एवं गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य देखभाल उपलब्ध करवाना ।

IPC के लाभ

- स्वयं की सुरक्षा
- रोगियों की सुरक्षा
- अपने परिवार, समुदाय एवं वातावरण पर्यावरण की सुरक्षा

हाथों की स्वच्छता: WHO के पाँच बिन्दु

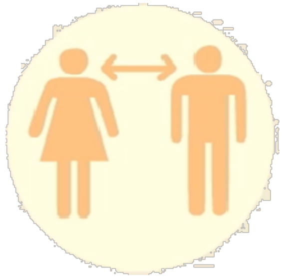


1. रोगी को छूने से पहले
2. रोगी की निजी सफाई या चिकित्सकीय प्रक्रिया करने से पहले
3. शरीर से निकलने वाले तरल अवयव के संपर्क में आने के खतरे के बाद
4. रोगी को छूने के बाद
5. रोगी के नजदीक की वस्तुओं को छूने के बाद

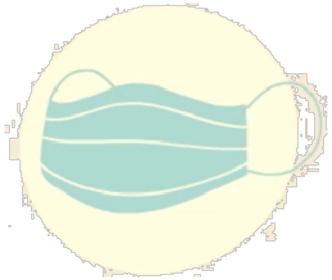
स्वयं की सुरक्षा तीन 'W' से करें

- W- WASH - हाथों को धोयें

W- WATCH - दूरी का ध्यान रखें



W- WEAR - मास्क पहनें



विभिन्न सतहों की स्वच्छता

अधिक छुए जाने वाले	स्वास्थ्य देखभाल क्षेत्र में	अन्य (घर/कार्यालय)
•दरवाजे के हैंडल या नॉब •पलंग के फ्रेम या किनारे •टेबल व कुर्सियाँ •बिजली के स्विच •नल •रोगियों के चार्ट •कुछ चिकित्सकीय उपकरण •कम्प्यूटर उपकरण	•फर्नीचर एवं एक ही स्थान की वस्तुएं – टेबल व कुर्सियाँ – दीवारें – बिजली के स्विच – कम्प्यूटर इलेक्ट्रॉनिक उपकरण • सिंक एवं शौचालय • अन्य चिकित्सकीय उपकरण – ब्लड प्रेशर कफ – स्टेथेस्कोप	• सिंक एवं शौचालय • इलेक्ट्रोनिक उपकरण • फर्नीचर एवं एक ही स्थान पर रखी वस्तुएं • लैब टेबल के उपर की सतह • सीढियों की रेंलिंग • बिजली के स्विच • फर्श एवं दीवारें

सतहों को असंक्रमित करना

- सतहों एवं वस्तुओं पर सूक्ष्म जीवों (Micro organisms) को निष्क्रीय करना या खत्म करना।
- रसायनों, गर्मी या अल्ट्रावायलेट रोशनी द्वारा

विसंक्रमण

- एल्कोहोल 70 प्रतिशत
- क्लोरीन आधारित उत्पाद उदाहरण हाइपोक्लोराइट
- संपर्क समय – न्यूनतम एक मिनिट या उत्पादक के निर्देषानुसार

पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्युपमेंट –
Personal Protective Equipment (PPE)

Face Mask

N95 Mask

Face shield

Goggle

Gown

Apron

Gloves

Head cover

Shoe cover

PPE का उचित उपयोग

- स्वयं एवं रोगियों को संक्रमण से सुरक्षित रखने तथा संक्रमण को फैलने से रोकने के लिए सभी स्वास्थ्य कर्मचारियों को PPE की आवश्यकता होती है
- संक्रमण के खतरे को कम करने में PPE महत्वपूर्ण है
- उचित उपयोग की जिम्मेदारी स्वास्थ्य कर्मचारियों एवं प्रशासन की है
- उपलब्ध संसाधनो के उचित उपयोग में सहायता मिलती है

प्रत्यक्ष असुरक्षित संपर्क को न्यूनतम करना

स्थिति	हाथों की स्वच्छता	दस्ताने	गाउन	चिकित्सकीय मास्क	गॉगल शील्ड
रोगी तथा संक्रमित सतह को छूने से पूर्व एवं पश्चात यह हमेशा करना है	✓		✓	✓	
रक्त, शरीर के तरल पदार्थ, स्त्राव, मल, श्लेष्मा झिल्ली , कटी फटी त्वचा के सीधे संपर्क में आने पर	✓	✓		✓	
स्वास्थ्य कार्यकर्ता के शरीर पर किसी भी कारण से छीटे पड़ जाने का खतरा होने पर	✓	✓	✓	✓	
शरीर या चेहरे पर छीटें पड़ जाने का खतरा होने पर	✓	✓	✓	✓	✓

PPE- समुदाय

स्थिति	PPE का सुझाव
फील्ड कर्मचारी (Front Line Workers)	तीन सतह वाले मास्क (ट्रिपल लेयर), दस्ताने
चिकित्सक (फील्ड पर जाँच कार्य)	N 95 मास्क, दस्ताने
क्वारेन्टाइन किए गए व्यक्ति	ट्रिपल लेयर मास्क
क्वारेन्टाइन सेंटर के स्वास्थ्य कार्यकर्ता	ट्रिपल लेयर मास्क, दस्ताने
	रोगी के संपर्क में आ रहे है तो N 95 मास्क, दस्ताने
क्वारेन्टाइन सेंटर पर सहयोगी कर्मचारी	ट्रिपल लेयर मास्क, दस्ताने
घर पर क्वारेन्टाइन हुए व्यक्ति	ट्रिपल लेयर मास्क
परिवार में देखभाल करने वाले	ट्रिपल लेयर मास्क दस्ताने

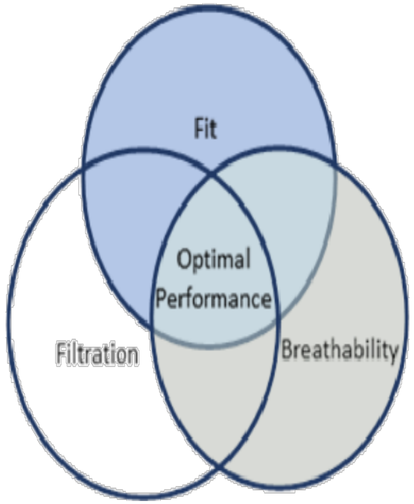
नोवल कोरोनावायरस रोग
(COVID-19)
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय
भारत सरकार
my GOV
मेरी सरकार
बचाव के उपाय से एक भी व्यक्ति ना चूके
मास्क उतरा, यानी सुरक्षा से समझौता!
M - मेरा
A - आपका
S - सुरक्षा
K - कवच
बदलकर अपना व्यवहार, करें कोरोना पर वार
COVID-19 संबंधित जानकारी के लिए
राज्य हेल्पलाइन नंबरों या स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के 24X7 हेल्पलाइन नंबर पर कॉल करें
1075 (टोल फ्री), ई–मेल करें: ncov2019@gov.in , ncov2019@gmail.com
mohfw.gov.in
@MoHFWIndia
@MoHFW_INDIA
mohfwindia
@mohfwindia

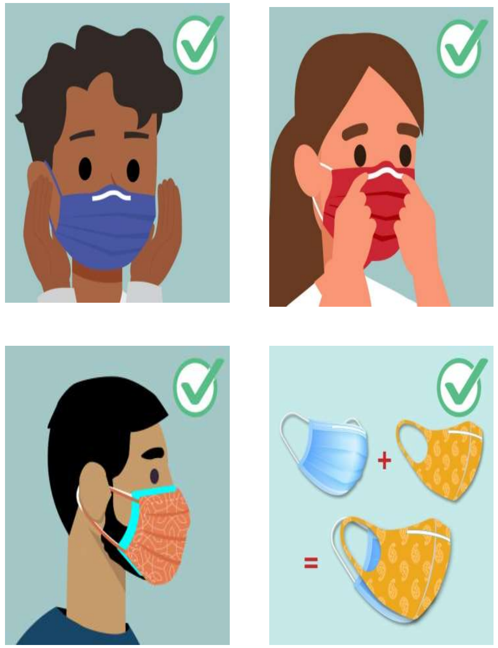
क्या करना है क्या नहीं करना है ?

यह करना है	यह नहीं करना है।
चिकित्सकीय प्रक्रिया के मास्क (इन्हें सर्जिकल या डिस्पोजबल मास्क भी कहते हैं)	मास्क जो उचित फिट नहीं हो रहे है (त्वचा से अधिक दूरी पर अधिक ढीले या अधिक टाइट)
मास्क जो पूरी तरह से फिट हो जाऐं (नाक एवं ठोडी पर पूरी तरह लगे तथा चेहरे के दोनों तरफ ढीले नहीं हो, लटके नहीं)	ऐसे कपडे के बने हुए मास्क जिनमें साँस लेने में परेशानी हो जैसे प्लास्टिक, नाइलोन फाइबर या चमड़ा।
साँस ले सकने वाले कपडे के बने हों जैसे सूती	ऐसे कपडे के मास्क जिनकी बुनाई घनी नहीं है, जो पारदर्शी हैं।

मास्क जिनकी बुनाई घनी हो, जिनकी रोशनी आर–पार नहीं जाये, पारदर्शी नही होने चाहिऐ	एक ही लेयर वाले मास्क
दो या तीन लेयर वाले मास्क	मास्क जिनमें साँस के बाहर जाने के लिए वाल्ब या छेद हो
अन्दर से फिल्टर पॉकेट वाले मास्क	स्कार्फ, रूमाल, दुपट्टा, साड़ी का पल्लू, गमछा इत्यादि का मास्क के रूप में उपयोग

Masks – improving fit





Improve How Your Mask Protects You

घर पर आइसोलेशन सुविधाओं का विसंक्रमिकरण

- रोगी के कमरे को छोड़कर घर के अन्दर का क्षेत्र, प्रत्येक शाम एवं सुबह साफ किए जाने चाहिए (सफाई से पहले साफ करने वाले व्यक्ति को डिस्पोजेबल PPE पहनने हैं)
- साफ क्षेत्र से शुरू करके गन्दे क्षेत्र की तरफ बढना है
- सभी सतहों को 1 प्रतिशत हायपोक्लोराइट घोल (बाजार में उपलब्ध हैं) से पोंछकर साफ करना है । घोल को 30 मिनिट तक सतहों पर छोड़ना है ।

- धातु (मेटल) की सभी सतहों को पोछने के लिए 70 प्रतिशत एल्कोहोल का उपयोग करना है।
- सफाई करने के बाद सावधानी पूर्वक सफाई में उपयोग किये गये उपकरणों को भी साफ किया जाए
- उपयोग में लाये गये PPE को नियमों के अनुसार फेंकना है।

- रोगी के कमरे की सफाई उसकी देखभाल करने वाला व्यक्ति ही करेगा (उचित सुरक्षात्मक कदम उठाना आवश्यक है)
- रोगी को उनके द्वारा उत्पन्न किया हुआ कचरा एक बंद थैले में दरवाजे के पास ही रखने की सलाह देनी है
- इसी प्रकार रोगी के उपयोग में लिए वस्त्र, चादर, तकिया कवर, टावल इत्यादि को भी बंद थैले में रखकर दरवाजे के पास रखने के लिए कहें जिसे उठाया जा सके
- देखभाल कर रहे व्यक्ति को दस्ताने पहनने से पहले एवं हटाने के बाद में साबुन एवं पानी से लगभग 40 सैकंड के लिए हाथ धाने है

- देखभाल करने वाले व्यक्ति एल्कोहोल वाले सेनेटाइजर (न्यूनतम 70 प्रतिशत एथाइल एलकोहोल.V/V) का उपयोग कर सकते हैं, न्यूनतम 3 ml (सेनेटाइजर डिस्पेंसर बॉटल का लगभग 2 पुश) को **सूखे हाथों** पर न्यूनतम 30 सैकेंड के लिए लगायें, जिससे हाथों की स्वच्छता एवं विसंक्रमण सुनिश्चित होगा
- कपडे या अन्य वस्त्र जिन्हें धोना है, यदि संभव हो तो गर्म पानी का उपयोग करें एवं उन्हें अधिक गर्मी से सुखाया जाए।

महत्वपूर्ण संदेश

- रोगी की गुणवत्ता पूर्ण देखभाल एवं रोग के संक्रमण को फैलने से रोकने के लिए IPC महत्वपूर्ण है।
- सभी रोगियों के लिए मानक सावधानियाँ –आपकी सुरक्षा आपके हाथों में है।
- खाँसने छींकने इत्यादि के समय स्वच्छता नियमों, शिष्टाचार की पालना करें।
- अन्य सावधानियाँ (बून्दें, हवा से संक्रमण एवं संपर्क से) शिष्टाचार की पालना करें।
- सभी को मास्क पहनने हैं – उचित तरह से पहने – अच्छी फिटिंग का होना चाहिए।

- दो मास्क का उपयोग करें (ट्रिपल लेयर मेडिकल मास्क + कपडे का मास्क बाहर से)
- भौतिक दूरी बनाये रखें – भीड वाले क्षेत्र, सभा, मीटिंग, समारोह में नहीं जायें ।
- गाइडलाइन के अनुसार कचरे का सुरक्षित व उचित तरीके से निस्तारण करना है।
- PPE का उचित उपयोग

यह याद रखें:–

3 Ws

- Wear – मास्क को पहने
- Wash – हाथ धोयें
- Watch – भीड वाले क्षेत्र का ध्यान रखें

- **2 Vs**
- V- वेन्टीलेशन (हवा का आवागमन)
- V- वैक्सीन (कोविड–19 का टीका)