

**COVID-19**

**बायोमेडिकल वेस्ट प्रबंधन, कीटाणुशोधन, लांड्री एवं भोजन**



# बायोमेडिकल वेस्ट प्रबंधन

- समस्त बायो मेडिकल वेस्ट- मास्क, दस्ताने, एप्रन, मानव शारीरिक अपशिष्ट, रक्त, शारीरिक स्राव इत्यादि लेबल किये हुए डबल लेयर्ड बैग के साथ, ढक्कन वाले पीले रंग के डिब्बे में डाला जाना चाहिए
- वार्ड में रखे गए सभी पीले बायो मेडिकल वेस्ट बैग और डिब्बों को 'COVID -19 वार्ड' के रूप में चिह्नित किया जाना चाहिए
- सभी बायो मेडिकल वेस्ट के डिब्बों पर बंद ढक्कन और पैर से खोलने का साधन होना चाहिए
- अस्पतालों में COVID-19 बायो मेडिकल वेस्ट को 48 घंटे से अधिक नहीं रखा जाना चाहिए



# COVID-19 चिन्हित कचरे का प्रबंधन

- पीले रंग के कचरे के बैग को स्थानांतरित करने से पहले दो बार सील करें
- बायो मेडिकल वेस्ट (BMW) के परिवहन के लिए इस्तेमाल की जाने वाली ट्रॉली पर ढक्कन होना आवश्यक है
- COVID-19 कचरे के अस्थायी भंडारण हेतु अलग से निर्धारित क्षेत्र होना चाहिए
- COVID-19 कचरे के बायो मेडिकल वेस्ट डिब्बे, ट्रॉली, और ट्रांसफ़र के लिए प्रयुक्त वाहन को दैनिक आधार पर 1% सोडियम हाइपोक्लोराइड के घोल से कीटाणुरहित किया जाना चाहिए
- कचरे को संभालने वाले सफाई कर्मचारियों को उचित व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) पहनने चाहिए
- कार्य पूरा होने के बाद सफाई कर्मचारियों को साबुन और पानी से 20 सेकंड तक हाथ धोने चाहिए
- सीटीएफ वाहन को निर्देश दिया जाना चाहिए कि COVID-19 लेबल कचरे को पहले संसाधित (process) किया जाए
- सभी बायो मेडिकल वेस्ट का उचित रिकॉर्ड रखा जाना चाहिए

## Label : COVID – 19 WARD



- Waste Generation date –..... , Day .....,
- Waste Quantity – .....Kg.
- Sender's name, Designation & contact number -  
.....  
.....
- Receiver's name, Designation & contact number -  
.....  
.....
- Signature with date of hand over the waste from COVID 19 ward:

# सफाई एवं कीटाणुशोधन

- स्वास्थ्य संस्थानों को रोजाना सफाई एवं कीटाणुशोधन (डिसइंफेक्शन) की प्रक्रिया अपनानी चाहिए
- आइसोलेशन एवं क्वारानटाइन वार्ड में प्रयोग में लाये जाने वाले सभी प्रकार के मेडिकल उपकरणों जैसे स्टेथस्कोप, बीपी उपकरण, कफ, आवरण, थर्मामीटर, इंजेक्शन ट्रे आदि को गर्म पानी तथा कपड़ा धोने के सोडा/ 70 प्रतिशत एलकोहॉल से साफ करना चाहिए
- सूखी सफाई (झाड़ू) के स्थान पर गीले पोछे का प्रयोग करें, साफ स्थान से शुरू कर गंदे स्थान की तरफ जाएं
- फागिंग एवं छिड़काव न करें, फर्श एवं दीवारों को 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल से जीवाणु रहित करें
- ऑक्सीजन सिलेंडर को 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल से पोछें (धातु वाली सतह को) तथा बिना धातु वाले डिस्पोजेबल भाग जैसे मास्क, ट्यूब एवं नोजल आदि को उपचार के बाद नष्ट करे

# सफाई एवं कीटाणुशोधन

- हर दिन 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल के साथ डोर हैंडल और टैप को कीटाणुरहित किया जाना चाहिए
- शौचालय और मूत्रालयों की सफाई के लिए उपयोग किए जाने वाले झाड़ू और अन्य सफाई उपकरण का बाहर उपयोग नहीं किया जाना चाहिए
- हाथ धोने के क्षेत्र में तरल साबुन, बहता पानी और उचित जल निकासी क्षेत्र होना चाहिए जो कर्मचारियों और रोगियों के लिए अलग हो
- मरीजों के लिए सुरक्षित पेयजल उपलब्ध होना चाहिए
- स्वास्थ्य कर्मचारियों के लिए पीपीई डोनिंग और डॉफिंग क्षेत्र निर्दिष्ट करना चाहिए

# सफाई एवं कीटाणुशोधन

- सफाई कर्मचारियों को पूरी पी.पी.ई किट पहननी चाहिए तथा पी.पी.ई किट को पहनने से पहले एवं निकालने के बाद हाथों को अच्छी तरह साबुन एवं पानी से धोना चाहिए
- सफाई में प्रयुक्त होने वाले एजेंट एवं डिसइंफेक्टेंट के बारे में निम्न बातें ध्यान रखें-
  - 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल
  - घोल ताजा बना होना चाहिए
  - घोल को 30 मिनट (contact time) के लिए सतह के संपर्क में रखना चाहिए
- एलकोहॉल (आइसोप्रोपैल 7% या इथाइल एलकोहॉल 70%) का उपयोग ऐसी सतहों जहाँ पर ब्लीच का उपयोग उपयुक्त न हो जैसे धातुओं को पोछने हेतु करना चाहिए

# इस्तेमाल की हुई पीपीई किट के निपटारन का तरीका



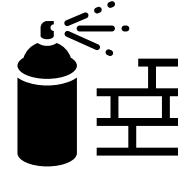
दिशानिर्देशों के अनुसार पीपीई किट को सावधानीपूर्वक उतारें



साबुन और पानी से हाथ धोएं



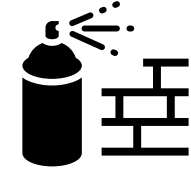
इस्तेमाल हो गयी पीपीई को बायो-हैजर्ड (पीले रंग के) बैग में रखें



सोडियम हाइपोक्लोराइट (1%) घोल के साथ बैग के अंदर स्प्रे करें



बैग को दो बार बांधें



सोडियम हाइपोक्लोराइट (1%) घोल के साथ बैग के बाहर स्प्रे करें

बायो मेडिकल वेस्ट के लिए निर्धारित जगह पर निपटारन करें



साबुन और पानी से हाथ धोएं





# बायोमेडिकल वेस्ट प्रबंधन – Infographic



Click on the link: <https://clintonhealth.app.box.com/file/669973601843>

# लांड्री (धोबीघर)

- स्वास्थ्य सेवा में उपयोग की गयी, बेड शीट और पिलो कवर को हर दिन बदलना चाहिए
- कपड़े और सतहों को रोगी के डिस्चार्ज के तुरंत बाद कीटाणुशोधित किया जाना चाहिए
- कोई भी व्यक्ति / कर्मचारी जो पुष्ट मामलों से जुड़े तौलिये, कपड़े, मोबाइल या किसी अन्य सामग्री/ उपकरणों को छूता है - उसे उचित व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) पहनने चाहिए एवं 20 सेकंड तक साबुन और पानी से पहले और बाद में हाथ धोना चाहिए
- गंदे लिनन को रिसाव प्रूफ कंटेनर/बैग में रखा जाना चाहिए
- गंदे हुए लिनन को धोने से पहले 30 मिनट के लिए 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल में भिगोया जाना चाहिए

# लांड्री (धोबीघर) – Infographic



Click on the link: <https://clintonhealth.app.box.com/file/669967291263>

# भोजन

- उच्च प्रोटीन आहार और दूध
- बहुत सा तरल पदार्थ और गरम खारे पानी से गार्गल
- टैबलेट मल्टी विटामिन कॉम्प्लेक्स (विटामिन बी और विटामिन सी) विटामिन डी और टैबलेट जिंक आरडीए के अनुसार
- टैबलेट पेरासिटामोल 650 मिलीग्राम / टैबलेट सेट्रीज़िन 10 mg. (या उम्र के अनुसार खुराक)



# प्रति दिन अनुशंसित आहार भत्ते के आधार पर माइक्रोन्यूट्रिएंट्स की पूरकता

माइक्रोन्यूट्रिएंट	वयस्क व्यक्ति	वयस्क महिला	बच्चे (07 से 18 वर्ष)	बच्चे (01 से 6 वर्ष)	सावधानी बरतें
जिंक	12 mg	10 mg PW -12 mg LW-12 mg	07 से 09 वर्ष -08 mg 10 से 12 साल -9 mg 13 से 15 वर्ष -11 mg 16 से 17 वर्ष -12 mg	01 से 03 वर्ष -05 mg 04 से 6 साल -7 mg	उच्च जस्ता (जिंक) सेवन के प्रतिकूल प्रभावों में मतली (nausea), उल्टी, भूख न लगना, पेट में ऐंठन, दस्त और सिरदर्द शामिल हैं।  लंबी अवधि और उच्च खुराक से क्रोनिक प्रभाव हो सकता है, जैसे की- कम तांबे की स्थिति, आयरन के कार्य में बदलाव, कम प्रतिरक्षा क्षमता और उच्च घनत्व वाले लिपोप्रोटीन (HDL) के स्तर में कमी

# प्रति दिन अनुशंसित आहार भत्ते के आधार पर माइक्रोन्यूट्रिएंट्स की पूरकता

माइक्रोन्यूट्रिएंट	वयस्क व्यक्ति	वयस्क महिला	बच्चे (07 से 18 वर्ष)	बच्चे (01 से 6 वर्ष)	सावधानी बरतें
विटामिन सी	40 mg	40mg PW-60mg LW-80 mg	40 mg	40 mg	गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रैक्ट में अनवशोषित विटामिन सी के osmotic प्रभाव के कारण दस्त, मतली (nausea), पेट में ऐंठन और अन्य जठरांत्र (Gastrointestinal) संबंधी गड़बड़ी की शिकायतें हो सकती हैं
विटामिन डी	10 ug = 400 iu	10ug = 400 IU	10ug = 400IU	10ug = 400IU	विषाक्तता, एनोरेक्सिया, वजन घटाने, पॉल्यूरिया और दिल अतालता (arrhythmias) जैसे गैर-लक्षण पैदा कर सकता है

# धन्यवाद