कोभिड-१९ रोकथाम सुक्ष्म योजना

(Micro Containment Plan)

(MoHP-ICS को २०७८/०१/१२ को निर्णयानुसार)

इपिडीमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण माहाशाखा
स्वास्थ्य सेवा बिभाग
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

पृष्ठभूमि:

विश्वभरी फैलिंदै गईरहेको नया भेरीएन्ट सहितको कोभिड-१९ रोगले नेपाललाई समेत आक्रान्त पारेको छ । कोभिड-१९ का बिरामीहरु दिन प्रतिदिन बढ्दै गईरहेको अवस्थामा सोको रोकथाम तथा नियन्त्रण लागि सक्रिय संक्रमितहरुको ब्यापक खोज पड्ताल, तिनीहरुको परीक्षण र उचित व्यबस्थापनका साथै नजिकका सम्पर्कहरुलाई समेत निगरानी गर्नु अत्यन्त आवश्यक हुन्छ । यसै सन्दर्भमा २०७८/०१/०६ मा बसेको मन्त्रिपरिषद बैठकले गरेको निर्णयको निर्देशानुसार जारी भएको **"नया भेरीएन्ट सहितको कोभिड-१९ महामारीको दोश्रो लहर रोकथाम तथा नियन्त्रण सम्बन्धी आदेश, २०७८**" मा आधारित भई यो कोभिड-१९ रोकथाम तथा नियन्त्रण सुक्ष्म योजना "micro-containment plan" को खाका तयार गरिएको छ।

उद्देस्य :

- कोभिड-१९ रोगको रोकथाम नियन्त्रण तथा प्रतिकार्यका लागि समुदाय स्तरमा रहेका टोल/ आवासीय संरचना आदिमा अपनाउनु पर्ने बिधिहरु बारे सुझाव र निर्देशन प्रदान गर्ने।
- समुदायमा फैलिरहेको कोभिड -१९ रोगको संक्रमणको चक्रलाई तोड्ने।
- कोभिड-१९ का बिरामीहरुको ब्यापक खोज पड्ताल, तिनीहरुको परीक्षण र उचित व्यबस्थापन र आइसोलेसनको सुनिस्चितता गर्ने।

- कोभिड-१९ का बिरामीहरुसंग नजिकको सम्पर्कमा आएका व्यक्तिहरुको निगरानी गरी क्वारेन्टिनमा बस्ने, टेस्ट गर्ने लगायत स्वास्थ्यका मापदण्डहरु अनुसरण गरेको न गरेको सुनिस्चितता गर्ने ।
- क्वारेन्टिनमा तथा आइसोलेसनमा बसेकाहरुको आधारभूत आवस्यकता र सुबिधाको सुनिस्चिता गर्ने ।

कोभीड-१९ सुक्ष्म नियन्त्रण तथा रोकथाम योजनाका संचालनका आधार तथा कृयाकलापहरु :

<u>सुक्ष्म योजना लागु गर्नु पर्ने क्षेत्रहरु</u>

- ✓ परिवारस्तरमा
- ✓ टोलस्तरमा
- ✓ अपार्टमेन्ट तथा आवासीय क्षेत्रहरु
- ✓ वडास्तरमा
- ✓ पालिकास्तरमा

१) परिवारस्तरमा :

कुनै परिवारका एक सदस्यमा पनि कोभिड-१९ पुष्टि भएमा निम्न कार्यहरु गर्नु पर्ने छ :

- सबै सदस्यहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- कसैमा कोभिड-१९ का लक्षण/ चिन्ह हरु देखिएमा तुरुन्त परीक्षण गर्ने
- लक्षण नदेखिएका हकमा पाचौ दिनमा antigen/ PCR परीक्षण गर्ने
- नतिजा जेसुकै आए पनि १० दिनसम्म अनिवार्य क्वारेन्टिनमा बस्ने
- क्वारेन्टिनमा बसेका बेला आवस्यक पर्ने खाद्य , औषधी, आदिको उपलब्धताका लागि टोल टोलमा गठित कोभिड-१९ सहजीकरण समुहका सदस्यले सहजीकरण गर्ने

- पालिकाबाट नियमित रुपमा फोन वा प्रत्यक्ष भेट गर्ने , स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या आइ परे उचित ब्यबस्थापन गर्ने

२) टोलस्तरमा :

- ✓ शहरी क्षेत्रमा २० घर तथा ग्रामीण क्षेत्रमा ३० घरलाई टोल मान्न सकिनेछ
- ✓ शहरी टोलमा **५ घरमा तथा ग्रामीण टोलमा ७ घरमा** कोभिड-१९ का संक्रमितहरु फेला परेमा कोभीड-१९ सुक्ष्म नियन्त्रण तथा रोकथाम योजना तथा कृयाकलापहरु सकृय हुनेछन

निम्न कृयाकलापहरु गर्नु पर्ने छ :

- टोलका सबै घरका मानिसहरु क्वारेन्टिनमा बस्नु पर्नेछ, सो कार्यको सहजीकरण टोल-टोलमा कोभिड-१९ सहजीकरण समुहले गर्नेछ
- उक्त टोलका सबै बासिन्दाहरुलाई कोभिड-१९ को लक्षण/ चिन्ह भएकाहरुको तुरुन्त परीक्षण तथा लक्षण नभएकाहरुको पाचौ दिनमा antigen परीक्षण गर्नु पर्नेछ , सो कार्यको ब्यबस्था सम्बन्धित वार्डको सहजीकरणमा पालिकाले गर्नु पर्नेछ
- उक्त टोलमा आवस्यकताका आधारमा मात्र आवागमन, ब्यापार तथा अन्य कृयाकालापहरु सम्पूर्ण सुरक्षाका मापदण्डहरुको पालना गरी गर्नु पर्नेछ
- टोलका बासिन्दाहरुका लागि आवस्यक पर्ने खाद्य , औषधी तथा अन्य अत्यावश्यक सेवाहरुको उपलब्धता सुरक्षाका सम्पूर्ण मापदण्ड पालना गरी टोलले गर्ने छ
- कोभिड-१९ सम्बन्धी सचेतना तथा अन्य स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्य निर्देशनहरु माइकिंग वा अन्य बिधिहरु अपनाई संचालन गर्ने

३) अपार्टमेन्टहरु :

अपार्टमेन्टको कुनै तल्लाको एक घर/ फ्ल्याटमा कोभिड-१९ को संक्रमित फेला परेमा निम्न कार्यहरु गर्ने :

- उक्त फ्ल्याट / घरका सदस्यहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- उक्त घर/ फ्ल्याटमा बस्नेहरुको कोभिड-१९ का लक्षण/ चिन्ह हरु देखिएमा तुरुन्त परीक्षण गर्ने
- लक्षण नदेखिएका हकमा पाचौ दिनमा antigen/ PCR परीक्षण गर्ने
- नतिजा जेसुकै आए पनि १० दिनसम्म अनिवार्य क्वारेन्टिनमा बस्ने
- उक्त फ्ल्याटमा जान वा बाहिर आउन अत्यन्त जरूरी बाहेक निषेध गर्ने
- क्वारेन्टिनमा बसेका बेला आवस्यक पर्ने खाद्य , औषधी, आदिको उपलब्धताका लागि उक्त अपार्टमेन्टको ब्यबस्थापन समितिले सहजीकरण गर्ने
- अपार्टमेन्ट भित्र प्रवेश गर्ने सबैको रेकर्ड राख्ने ,तापक्रम मापन गर्ने
- अपार्टमेन्ट भित्र Central AC को प्रयोग बन्द गर्ने
- असमर्थ तथा ज्येस्ठ नागरिक बाहेक अरुले लिफ्टको प्रयोग नगर्ने

अपार्टमेन्टको कुनै तल्लाको एकभन्दा बढी घर/ फ्ल्याटमा कोभिड-१९ को संक्रमित फेला परेमा माथि उलेखित लगायत निम्न थप कार्यहरु गर्ने :

- उक्त तल्लामा रहेका सबै फ्ल्याटका / घरका सदस्यहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- उक्त तल्लामा आउने वा बाहिर जाने कार्य अत्यन्त आवस्यकता बाहेक बन्द गर्ने
- उक्त तल्लामा रहेका सबै फ्ल्याटका / घरका सदस्यहरुको लक्षण भएमा तुरुन्त र लक्षण नभएकाहरुको पाचौ दिनमा antigen test गर्ने
- असमर्थ तथा ज्येस्ठ नागरिक बाहेक अरुले लिफ्टको प्रयोग नगर्ने

अपार्टमेन्टको दुइ भन्दा बढी तल्लाहरुमा कोभिड-१९ को संक्रमित फेला परेमा माथि उलेखित लगायत निम्न थप कार्यहरु गर्ने :

- उक्त अपार्टमेन्टभित्र आवागमन अत्यावस्यक अवस्था बाहेक बन्द गर्ने

- अपार्टमेन्टमा बस्ने सबै तल्लाका सबै घर/ फ्ल्याटका बासिन्दाहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- लिफ्टको प्रयोग नगर्ने
- उक्त अपार्टमेन्टमा बस्ने सबै बासिन्दाहरुलाई कोभिड-१९ को लक्षण/चिन्ह भएमा तुरुन्त परीक्षण गर्ने तथा लक्षण नभएकाहरुको पाचौ दिनमा antigen परीक्षण गर्नु पर्नेछ , सो कार्यको ब्यबस्था सम्बन्धित वार्डको सहजीकरणमा पालिकाले गर्नु पर्नेछ
- क्वारेन्टिनमा बसेकाहरुको दैनिक स्वास्थ्य निगरानी गर्नु पर्नेछ , स्वास्थ्य सम्बन्धी केहि समस्या परेमा उचित ब्यबस्थापन अपार्टमेन्ट ब्यबस्थापन समितिले पालिकाको समन्वयमा गर्नु पर्नेछ
- स्वास्थ्य सम्बन्धी मापदण्डहरुको पालना भए नभएको निगरानी अपार्टमेन्ट ब्यबस्थापन समितिले पालिकाको समन्वयमा गर्नु पर्नेछ

४) आवासीय क्षेत्र / कोलोनी :

आवासीय क्षेत्र भित्र कुनै एक घरमा संक्रमित फेला परेमा निम्न कार्यहरु गर्नु पर्नेछ :

- सबै सदस्यहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- कसैमा कोभिड-१९ का लक्षण/ चिन्ह हरु देखिएमा तुरुन्त परीक्षण गर्ने
- लक्षण नदेखिएका हकमा पाचौ दिनमा antigen/ PCR परीक्षण गर्ने
- नतिजा जेसुकै आए पनि १० दिनसम्म अनिवार्य क्वारेन्टिनमा बस्ने
- क्वारेन्टिनमा बसेका बेला आवस्यक पर्ने खाद्य , औषधी, आदिको उपलब्धताका लागि कोलोनीमा गठित कोभिड-१९ सहजीकरण समुहका सदस्यले सहजीकरण गर्ने
- पालिकाबाट नियमित रुपमा फोन वा प्रत्यक्ष भेट गर्ने , स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या आइ परे उचित ब्यबस्थापन गर्ने

आवासीय क्षेत्र भित्र एक भन्दा बढी घरमा संक्रमित फेला परेमा निम्न कार्यहरु गर्नु पर्नेछ

- उक्त कोलोनीका सबै घरका मानिसहरु क्वारेन्टिनमा बस्नु पर्नेछ,
- उक्त कोलोनीका सबै बासिन्दाहरुलाई कोभिड-१९ को लक्षण/ चिन्ह भएकाहरुको तुरुन्त परीक्षण तथा लक्षण नभएकाहरुको पाचौ दिनमा antigen परीक्षण गर्नु पर्नेछ , सो कार्यको ब्यबस्था सम्बन्धित कोलोनी/ वडाको सहजीकरणमा पालिकाले गर्नु पर्नेछ
- उक्त कोलोनीमा **आवस्यकताका आधारमा मात्र आवागमन,** ब्यापार तथा अन्य कृयाकालापहरु सम्पूर्ण सुरक्षाका मापदण्डहरुको पालना गरी गर्नु पर्नेछ
- कोलोनीका बासिन्दाहरुका लागि आवस्यक पर्ने खाद्य , औषधी तथा अन्य अत्यावश्यक सेवाहरुको उपलब्धता सुरक्षाका सम्पूर्ण मापदण्ड पालना गरी कोलोनी ब्यबस्थापन समितिले गर्नु पर्नेछ
- कोभिड-१९ सम्बन्धी सचेतना तथा अन्य स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्य निर्देशनहरु माइकिंग वा अन्य बिधिहरु अपनाई संचालन गर्ने

५) वडास्तरमा :

एउटा वडाको एकभन्दा बढी टोलमा (सहरी क्षेत्रमा ५ भन्दा बढी तथा ग्रामीण क्षेत्रमा ७ भन्दा बढी घरहरुमा) संक्रमित भएमा निम्न कार्यहरु गर्ने :

- सम्पूर्ण वडा भित्र आवागमन अत्याबस्यक बाहेकको अवस्थामा बन्द गर्ने
- वडाका सम्पूर्ण बासिन्दाहरु क्वारेन्टिनमा बस्ने
- उक्त वडाका सबै बासिन्दाहरुलाई कोभिड-१९ को लक्षण/ चिन्ह भएकाहरुको तुरुन्त परीक्षण तथा लक्षण नभएकाहरुको पाचौ दिनमा antigen परीक्षण गर्ने , सो कार्यको ब्यबस्था सम्बन्धित वडाको सहजीकरणमा पालिकाले गर्नु पर्नेछ

- वडाका बासिन्दाहरुका लागि आवस्यक पर्ने खाद्य ,औषधी तथा अन्य अत्यावश्यक सेवाहरुको उपलब्धता सुरक्षाका सम्पूर्ण मापदण्ड पालना गरी वडाले गर्नु पर्नेछ
- कोभिड-१९ सम्बन्धी सचेतना तथा अन्य स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्य निर्देशनहरु माइकिंग वा अन्य बिधिहरु अपनाई संचालन गर्ने

६) पालिकास्तरमा :

कोभीड-१९ सुक्ष्म नियन्त्रण तथा रोकथामका योजना तथा कृयाकलाप लागु भएका वडाहरुमा पालिकाले निम्न कार्यहरु गर्ने :

- पहिचान भएका जोखिम क्षेत्रहरुमा PCR/ Antigen Test जस्ता बिधीहरु प्रयोग गरी कोभिड-१९ को बिरामीहरुको पहिचान गर्ने
- अन्यत्रबाट प्राप्त पोजिटिभ भएका केसहरुको पनि यकिन गर्ने र आवस्यक ब्यबस्थापन गर्ने
- केसको उचित ब्यबस्थापन पछि केस अनुसन्धान र कन्ट्याक्ट ट्रेसिंग गर्ने
- कन्ट्याक्ट ट्रेसिंग तथा केस ब्यबस्थापनको तथ्यांक अध्यावधिक गर्ने
- क्वारेन्टिन र आइसोलेसनको व्यवस्था गर्ने
- समुदायमा स्वास्थ्यका आवस्यक मापदण्डहरुको प्रचार प्रसार गर्ने , पालना गर्न लगाउने
- टोल-टोलमा कोभिड-१९ सहजीकरण समुह गठन गरी कोभिड-१९ ब्यबस्थापनमा सघाउ पुर्याउने