കോവിഡ് 19 രോഗികൾ അറിയാൻ

സംശയങ്ങളും ഉത്തരങ്ങളും

പാർട്ട് – 1

പാർട്ട് – 1

GOVERNMENT OF KERALA

തൊണ്ടയിൽനിന്നുള്ള സ്രവ പരിശോധന ഫലം സാധാരണ നിലയിൽ എത്ര ദിവസത്തിനുള്ളിൽ അറിയാൻ കഴിയും ?

പരിശോധിക്കാൻ 5-6 മണിക്കൂറുകൾ മതിയെങ്കിലും ഫലം കയ്യിൽ ലഭിക്കാൻ കാലതാമസം ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. സാധാരണഗതിയിൽ ഫലം രണ്ടു ദിവസത്തിനകം അറിയാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്. എങ്കിലും ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ നാലു ദിവസം വരെ നീളാവുന്നതാണ്.

രോഗം സ്ഥിരീകരിച്ച വ്യക്തികളെ എത്രദിവസം കഴിഞ്ഞാണ് ആശുപത്രിയിൽ നിന്നും വിട്ടതൽ (ഡിസ്ച്ചാർജ്ജ്) ചെയ്യുന്നത് ?

തുടർച്ചയായ രണ്ട് സ്രവ പരിശോധന ഫലം നെഗറ്റിവ് ആയതിനു ശേഷം രോഗിയുടെ ആരോഗ്യ സ്ഥിതികൂടി വിലയിരുത്തി വിദഗ്ധ ഡോക്ടർമാർ അടങ്ങിയ സംഘത്തിന്റെ തീരുമാനപ്രകാരം വിട്ടതൽ / ഡിസ്ച്ചാർജ്ജ് ചെയ്യുന്നതാണ്

GOVERNMENT OF KERALA

രോഗി ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന ബാഗ് പാത്രങ്ങൾ മറ്റ സാധനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ മറ്റുള്ളവർക്ക് ഉപയോഗിക്കാമോ?

1% വീര്യമുള്ള ബ്ലീച്ച് ലായനിയിൽ
20 മുതൽ 30 മിനിട്ടുവരെ
മുക്കിവച്ച് അണുനശീകരണം
വരുത്തി കഴുകി
പുനരുപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്

GOVERNMENT OF KERALA

രോഗി ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന മുറി, കസേര, കട്ടിൽ, ബാഗ് മറ്റു സാധനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ മറ്റുള്ളവർക്ക് ഉപയോഗിക്കാമോ?

മുറി, ടോയലറ്റ്, മേശ, കസേര, കട്ടിൽ ബാഗ്, മുതലായവ 1% വീര്യമുള്ള ബ്ലീച്ച് ലായനികൊണ്ട് തുടച്ച് അരമണിക്കൂറിനു ശേഷം ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

1% വീര്യമുള്ള ബ്ലീച്ച് ലായനി എങ്ങനെ തയ്യാറാക്കാം ?

6 ടീ സ്പൂൺ (2 ടെബിൾ സ്പൂൺ/30 gm) ബ്ലീച്ചിങ്ങ് പൌഡർ 1 ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ കലക്കിയതിനു ശേഷം ലഭിക്കുന്ന തെളിവെള്ളമാണ് 1% വീര്യമുള്ള ബ്ലീച്ച് ലായനി.

രോഗി ഉപയോഗിച്ച വസ്ത്രങ്ങൾ ഡിസ്ചാർജ് സമയത്ത് എന്ത് ചെയ്യണം ?

വസ്ത്രങ്ങൾ പ്രത്യേകം ശേഖരിച്ചു 1% വീര്യമുള്ള ബ്ലീച്ച് ലായനിയിൽ 20 മുതൽ 30 മിനിട്ട് മുക്കിവച്ചശേഷം സോപ്പ് ഉപയോഗിച്ചു കഴുകി ഉണക്കി ഇസ്തിരിയിട്ട് ഉപയോഗിക്കാം.

പുനരുപയോഗിക്കാൻ കഴിയാത്ത വസ്ത്രങ്ങൾ കത്തിച്ചു കളയുന്നതാണ് ഉത്തമം

എത്ര ദിവസത്തെ ഇടവേളകളിലാണ് സ്രവ പരിശോധന നടത്തുന്നത് ?

രോഗം മാറിയോയെന്നറിയാനാണ് സ്രവ പരിശോധന നടത്തുന്നത്.

പോസിറ്റിവ് റിസൽട്ട് വന്നാൽ കുറഞ്ഞത് 3 ദിവസമെങ്കിലും കഴിഞ്ഞാലെ രണ്ടാമത്തെ സ്രവ പരിശോധന നടത്താറുള്ളൂ.

റിസൾട്ട് നെഗറ്റീവായാൽ 48 മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞു ഒരിക്കൽക്കൂടി സ്രവ പരിശോധന നടത്തേണ്ടതാണ്

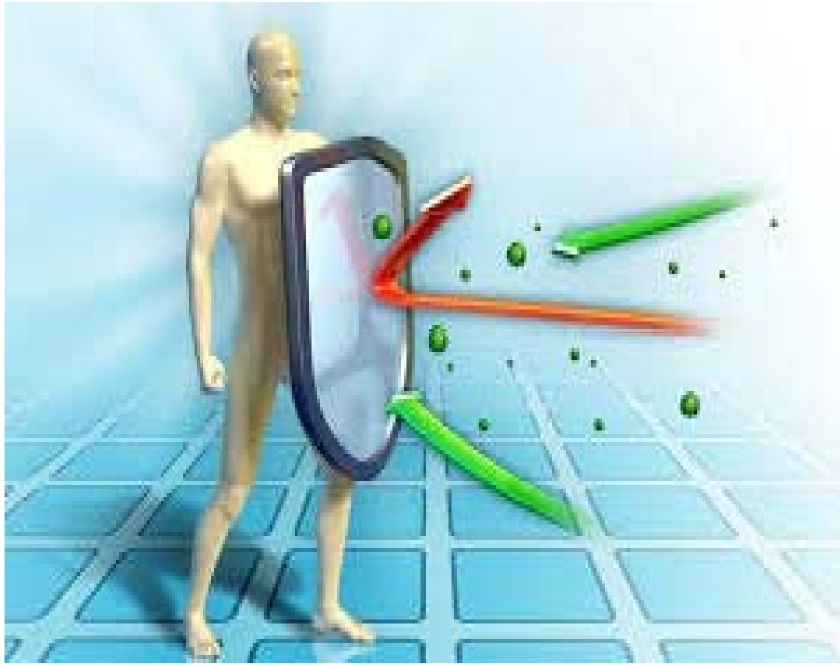
ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്ത ശേഷം വീട്ടിലെത്തിയാൽ സമ്പർക്ക വിലക്കിന്റെ ആവശ്യമുണ്ടോ ?

നിർബന്ധമായും ഉണ്ട്. അവസാന നെഗറ്റീവ് സ്രവ പരിശോധന ഫലത്തിനു ശേഷമുള്ള 14 ദിവസം അഥവാ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ തുടങ്ങിയത് മുതൽ / ആശുപത്രി അഡ്മിഷന് ശേഷമുള്ള 28 ദിവസം.

ഇതിൽ ഏതാണോ കൂടുതൽ അത്രയും ദിവസം വീട്ടിൽ സമ്പർക്ക വിലക്കിൽ പോകേണ്ടതാണ്.

ആഹാരത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ എന്തൊക്കെയാണ് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് ?

സമീകൃതാഹാരമാണ് ഗുണകരം.
പച്ചക്കറികളും പഴവർഗ്ഗങ്ങളും
ഉപയോഗിക്കാം.ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക
(തിളപ്പിച്ചാറ്റിയ വെള്ളം പ്രതി ദിനം 3-4
ലിറ്റർ വരെ) മതിയായ വിശ്രമവും
ഉറക്കവും വേണം. വ്യക്തി ശുചിത്വവും
പരിസരശുചിത്വവും മറക്കരുത്.



വാർഡിൽ ഒരുമിച്ച് കിടത്തിയാൽ ഒരു രോഗിയിൽ നിന്നും മറ്റൊരു രോഗിയിലേക്ക് വീണ്ടും അണുബാധയുണ്ടാകാൻ സാദ്ധ്യതയുണ്ടോ ?

സാധ്യത കുറവാണ്. നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ പ്രവേശിച്ച രോഗാണുവിനെ ചെറുക്കാനുള്ള ആന്റിബോഡി ശരീരത്തിൽ ഉണ്ടായ ശേഷമാണ് നാം രോഗ വിമുക്തരാകുന്നത്. ഈ അന്റിബോഡി കുറച്ചു കാലം നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ കാണാറുണ്ട്. ആയതിനാൽ രോഗികളെ ഒരുമിച്ച് കിടത്തിയാൽ പകരുന്നതിനുള്ള സാധ്യത കുറവാണ്.എന്നാൽ പോസിറ്റിവ് ആയ രോഗികളെയും നിരീക്ഷണത്തിൽ ഇരിക്കുന്നവരെയും യാതൊരു കാരണവശാലും ഒരുമിച്ച് കിടത്താൻ പാടുള്ളതല്ല

GOVERNMENT OF KERALA

രോഗം പൂർണമായും ചികിത്സിച്ചു മാറ്റാൻ കഴിയുമോ ?

ബഹു ഭൂരിപക്ഷം അവസരങ്ങളിലും പൂർണ്ണമായും ചികിത്സിച്ചു മാറ്റുവാൻ സാധിക്കും. എന്നാൽ മറ്റു അസുഖമുള്ളവർക്കും പ്രായമുള്ളവർക്കും രോഗം ഗുരുതരമാകാറുണ്ട്. ശാസ്ത്രീയമായ ചികിത്സ ലഭിച്ചില്ലായിരുന്നെങ്കിൽ മരണസംഖ്യ പലമടങ്ങ് വർദ്ധിക്കുമായിരുന്നു.ആവശ്യമുള്ളവർക്ക് വെന്റിലേറ്റർ അടക്കമുള്ള ചികിത്സാ സൗകര്യങ്ങൾ നൽകേണ്ടി വരുന്നുണ്ട്. ലോകത്തിൻറെ പല ഭാഗങ്ങളിൽ ആന്റിവൈറൽ മരുന്ന് ഗവേഷണങ്ങളും പഠനങ്ങളും നടക്കുന്നുണ്ട്.

ആശുപത്രിയിൽ നിന്നും ഡിസ്ചാർജ് ആയശേഷം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ് ?

ഡിസ്ചാർജ് ആയശേഷവും ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ നിർദേശിക്കുന്ന പ്രകാരം വീട്ടിൽ സമ്പർക്ക വിലക്കിൽ തുടരേണ്ടതാണ്.

ഈ കാലയളവിൽ ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള
ശാരീരിക ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവപ്പെട്ടാൽ
ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരുമായോ ഹെല്പ് ലൈൻ
നമ്പരുമായോ ഫോണിൽ ബന്ധപ്പെട്ട് വേണ്ട
നടപടികൾ കൈകൊള്ളുക.

ശരിയായി വിശ്രമിക്കുക, പോഷകമൂല്യമുള്ള ആഹാരം
കഴിക്കുക, മാനസിക സമ്മർദ്ദം ഉണ്ടാകാവുന്ന
സാഹചര്യം ഒഴിവാക്കുക.

ഒരിക്കൽ രോഗം ചികിത്സിച്ചു ഭേദമാക്കിയാൽ വീണ്ടും രോഗം വരാനുള്ള സാധ്യതയുണ്ടോ ?

ഇതു സംബന്ധിക്കുന്ന പഠനങ്ങൾ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതെയുള്ളൂ. അതിനാൽ തന്നെ രോഗം വീണ്ടും വരില്ലയെന്നു തീർത്തും പറയാൻ സാധിക്കില്ല. എങ്കിലും പൊതുവേ സാധ്യത കുറവാണെന്നാണ് ഇതുവരെ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുന്നത്.

രോഗികൾ ഏതുതരം മാസ്കാണ് ധരിക്കേണ്ടത് ?

ഡിസ്ചാർജ്ജ് ആയ ശേഷം ത്രീ ലെയർ (3 പാളികൾ) മാസ്ക് അഥവാ സർജിക്കൽ മാസ്കാണ് ധരിക്കേണ്ടത്

നന്ദി...............

GOVERNMENT OF KERALA