

मगध विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर (डॉ.) राजेंद्र प्रसाद द्वारा

मगध विश्वविद्यालय के अधीन सभी प्रकार के महाविद्यालयों के हित में जारी

(Covid-19)

लक्षण

- संक्रमित व्यक्ति को सबसे पहले गले में खराश सूखी खांसी तेज बुखार आता है उसके बाद सांस लेने में तकलीफ होती है

यह कैसे फैलता है

- खांसने व छींकने से, हवा के जरिये, हाथ मिलाने से, सम्पर्क से, संक्रमित वस्तुओं से एवं जनसमूह से।

रोकथाम के उपाय

- हाथ बार बार धोएं, फेस मास्क पहने, बीमार के सम्पर्क में आने से बचें एवं खासने व छींकते समय मुंह ढक कर रखें।
- सोशल डिस्टेंसिंग (एक से दूसरे व्यक्ति की दूरी) निरन्तर अपनायें।
- हर 2 घण्टे में डिटोल साबुन से हाथ धोते रहें।
- लोकडाउन की स्थिति में सोशल डिस्टेंसिंग रखें।
- संक्रमित होने की आंशका पर 14 दिन तक एकांत में क्वारेंटाईन करें, जिसे डॉक्टर के परामर्श पर बढ़ाया जा सकता है।
- संक्रमित होने पर अस्पताल में भर्ती हों और इलाज करायें।

क्या करना चाहिए

- किसी भी उपयोग में आने वाली वस्तु को स्पर्श करने के तत्काल बाद हाथ धोयें।

क्यों करना चाहिए

कोरोना वायरस से संक्रमित व्यक्ति जब खांसता, छींकना/बोलता है, तब उसकी सांस के माध्यम से कोरोना वायरस बाहर आता है और कुछ देर हवा में रहने के बाद आस-पास ठोस तलों एवं वस्तुओं पर जम जाता है। जब कोई व्यक्ति उसको जाने या अनजाने में छू लेता है, तब संक्रमित होने के बाद, संक्रमित व्यक्ति जब किसी अन्य वस्तु को छूता है, तब वह भी संक्रमित हो जाता है। संक्रमित व्यक्ति के हाथों से जिस वस्तु को छूआ जायेगा, तब वहां भी कोरोना वायरस पहुंच जायेगा। संक्रमित स्थलों पर कोरोना वायरस का जीवन 3 घंटे से लेकर 3 दिन तक रह सकता है या उससे भी अधिक। जब हमारा संपर्क ऐसे स्थलों से होता है तब यह वायरस हमारे हाथ में लग जाता है और जब हमारा हाथ, आंख, नाक या मुंह में लगता है, तब उससे हम भी संक्रमित हो जाते हैं।

सामाजिक दूरी कैसे बनाएं

- घर पर रहना .
- रिश्तेदारों और सहकर्मियों से नहीं मिलना।
- यदि मजबूरी हो तो मिलने के समय डेढ़ मीटर की दूरी बनाये रखें।
- यात्राएँ न करना।
- सामाजिक, धार्मिक कार्यक्रमों में शामिल न होना।
- पार्टी एवं समारोह आयोजित न करना। न ही शामिल होना।
- बाजार न जाना।

(अतिआवश्यक परिस्थिति में मास्क लगाकर एवं सेनेटाइजर का प्रयोग करके ही बाजार जाना)

पीड़ित व्यक्ति के लक्षण

- कुछ मामलों में कोई लक्षण नहीं दिखाई देते हैं।
- कुछ मामलों में लक्षण 4-5 दिन में और, अधिकांश मामलों में 14 दिन में दिखाई देते हैं। इस कारण हमारे आसपास रहने वाले एवं घूमने वालों में से कौन संक्रमित हैं, केवल देखकर पता लगाना मुश्किल है। अतः सतर्कता के लिए सोशल डिस्टेंसिंग रखें।

बीमारी की स्थिति में क्या करना चाहिए

- बीमारी को न छुपायें।
- स्वयं इलाज न करें।
- बीमारी से घबराये नहीं, इलाज से पूर्ण स्वस्थ हुआ जा सकता है।
- तत्काल डॉक्टर से दूरभाष पर सम्पर्क करें।
- डॉक्टर की सलाह के अनुसार जांच इत्यादि करायें।
- डॉक्टर की सलाह के अनुसार परहेज और सावधानियों का पालन करें।
- डॉक्टर की बताई हुई दवा ही खायें। अपनी मर्जी से कोई दवा न खायें।
- संक्रमित होने की स्थिति में 21 दिन तक सबसे अलग एकांत में रहें। सबसे अलग रहने को ही क्वारंटाईन कहते हैं तथा डॉ. की सलाह पर अस्पताल में भर्ती हों।

महाविद्यालयों की जिम्मेवारी

- स्वस्थ समाज बनाने का प्रण लें।
- सभी शिक्षकों, विद्यार्थियों को घर में रोकने की निरन्तर हिदायत देते रहें।
- वेबसाइट के माध्यम से भारत सरकार स्वास्थ्य मंत्रालय, राजभवन, शासन एवं यू.जी.सी. से प्राप्त दिशा निर्देशों/आदेशों को संदेश के माध्यम से भेजें।

- सोशल मीडिया/अन्य माध्यमों से आ रही भ्रामक सूचनाओं का खण्डन करें।
- दूरभाष पर निरन्तर आपसी सम्पर्क में रहें।
- किसी भी बीमार व्यक्ति की तत्काल सूचना अस्पताल और प्रशासन को दें।
- शासकीय प्रयासों में पुलिस और प्रशासन का सहयोग करें।
- महाविद्यालय परिवार एवं सम्पर्क के किसी भी व्यक्ति को भूखा न रहने दें।
- मुख्यमंत्री सहायता कोष में एक दिन का/अधिक दिवसों का वेतन दान करें।
- सम्पर्क की एक मजबूत चैन स्थापित करें, ताकि संवाद जल्दी पहुंचे।
- आपसी सहयोग से सामाजिक मदद करें।

विश्वविद्यालय का लक्ष्य क्या है

- कोरोना वायरस मुक्त विश्वविद्यालय, महाविद्यालय, समाज, देश और विश्व।

By the Honourable V.C., Magadh University, Bodh Gaya