

কারা বাড়িতে নিভৃতবাসে থাকবেন?

ল্যাবরেটরী পরীক্ষায় প্রমাণিত কোভিড-১৯ রোগী :

- ১) সকল উপসর্গহীন রোগীরা ।
- ২) কোমর্বিডিটি আছে অথচ উপসর্গহীন । [কোমর্বিডিটি নিয়ন্ত্রনে বিশেষ গুরুত্ব দিতে হবে।
- ৩) মৃদু উপসর্গ (শুকনো কাশি, স্বাদ বা গন্ধ হারানো, নাক বন্ধ হয়ে যাওয়া, গলা ব্যথা, দুর্বলতা, গা-হাত-পা ব্যথা, ডায়রিয়া); তার সঙ্গে :-
 - ক) জ্বর
 - খ) কোন শ্বাসকষ্ট নেই
 - গ) অক্সিজেনের মাত্রা ৯৪% বা তার বেশী।
 - ঘ) মানসিকভাবে স্থিতিশীল
 - ঙ) সিস্টোলিক ব্লাডপ্রেসার ১০০ বা তার বেশী।
 - চ) শ্বাসপ্রশ্বাসের হার প্রতি মিনিটে ২৪-এর কম।

বাড়িতে নিভৃতবাস/সেফ হোমে চিকিৎসা :

- মাস্ক, হাতের স্যানিটাইজেশন, শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা, সর্দি-কাশি থেকে ড্রপলেট ছড়াতে না দেওয়া।
- প্যারাসিটামল (জ্বর/গায়ে ব্যথা হলে)
- অ্যান্টিহিস্টামিনিক (প্রয়োজনে)
- ল্যাক্সেটিভ ((কোষ্ঠকাঠিন্য থাকলে)
- বুডেসোনাইড ৮০০ ইনহেলার দিনে দু'বার করে পাঁচদিন, যদি পাঁচদিনের বেশী কষ্টদায়ক কাশি থাকে।
- সাপোর্টিভ চিকিৎসা।

* মৃদু সংক্রমণে স্টেরয়েড নিয়মিতভাবে ব্যবহার করা একদম উচিত নয়।

বিপদ লক্ষণ	যে সকল রোগীর বিশেষ নজরদারি প্রয়োজন
<ul style="list-style-type: none">✓ শ্বাসকষ্ট✓ একটানা/অধিক মাত্রায় জ্বর (৭ দিনের বেশী)✓ জ্বর ফিরে আসা✓ বুক ধড়ফড়✓ বুকে ব্যথা/বুকে চাপ✓ প্রচণ্ড কাশি✓ নতুন কোন উপসর্গ✓ অক্সিজেন মাত্রা ৯৪%-এর কম✓ এন.এল.আর ৩.১৩-এর বেশী	<ul style="list-style-type: none">✓ ৬০ বছরের বেশী বয়স✓ ডায়াবেটিস✓ উচ্চ রক্তচাপের সমস্যা/হাটের রোগ।✓ দীর্ঘকালীন ফুসফুসের রোগ✓ রোগ প্রতিরোধকারী ক্ষমতা কম এরকম ব্যক্তি✓ কিডনির অসুখ✓ দীর্ঘকালীন লিভারের অসুখ✓ স্থূলতা✓ ক্যানসার

রোগীকে কোভিড ওয়ার্ড/এইচডিইউ/আইসিইউ তে ভর্তির নির্দেশ

কখন ভর্তি করাতে হবে :

- ৭ দিনের বেশী একটানা/অধিক মাত্রায় জ্বর।
- জ্বর ফিরে আসা ।
- শ্বাসপ্রশ্বাসের হার প্রতি মিনিটে ২৪-এর বেশী।
- সিস্টোলিক ব্লাডপ্রেসার ১০০-র কম।
- অক্সিজেন মাত্রা ৯৪%-এর কম।
- বৃককে ব্যথা ।
- আচ্ছন্নভাব/অজ্ঞান অথবা অস্থিরতা ।
- হাত/পা/ঠোঁট নীল হয়ে যাওয়া।
- কোনও নতুন উপসর্গ।