

सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ  
( पूर्वोत्तरे पुणे विद्यापीठ )



२०१९ नॉवेल कोरोनाव्हायरस बद्दलची माहिती

२०१९ नॉवेल कोरोनाव्हायरस (2019, nCoV) हा एक नवीन विषाणू आहे, ज्यामुळे लोकांमध्ये श्वसनाचा आजार उद्भवू शकतो व हा आजार एका व्यक्तीकडून दुसऱ्या व्यक्तीमध्ये पसरू शकतो. हा कोरोना विषाणू नेहमीच्या सर्दी व फ्लू च्या विषाणूपेक्षा वेगळा आहे.

**नॉवेल कोरोना व्हायरसचा प्रसार बद्दल माहिती (2019, nCoV)**

**धेंबा द्वारे प्रसारा ( Droplet Infection)** कोरोना विषाणू बाधित रूग्णाने खोकताना अथवा शिंकताना चेहेऱ्यावर रूमाल न लावल्यास बाहेर पडणाऱ्या फवाऱ्यातून विषाणू कमीत कमी २ मिटर अंतरापर्यंत पसरू शकतात व साधारणपणे टेबल, खुर्ची, दरवाजे, भिंती अशा वस्तूवर २ तासापेक्षा जास्त वेळ जिवंत राहू शकतात.

**कोरोनाव्हायरस (2019, nCoV) आजाराची लक्षणे: (2019, nCoV)** विषाणू बाधित रूग्णांमध्ये श्वसनाच्या आजाराची खालील लक्षणे सामान्यपणे आढळून येतात.

- ताप
- घसा खवखवणे
- खोकला
- श्वसनास त्रास

**अधिक तिव्रतेच्या आजार व त्याची लक्षणे (आजार बळावणे):** बऱ्याच रूग्णांना दोन्ही फुफ्फुसांमध्ये न्युमोनिया होऊ शकतो व रूग्णलयात दाखल करावे लागू शकते.

**स्व-संरक्षण :** संसर्गापासून बचाव करण्याचा उत्तम मार्ग म्हणजे या विषाणूचा संपर्कात येण्याचा धोका टाळणे.

- आजारी असलेल्या लोकांशी जवळचा संपर्क टाळावा.
- डोळे, नाक आणि चेहेऱ्याला हात न धुता स्पर्श करणे टाळावा.
- आपले हात साबण आणि पाण्याने कमीत कमी २० सेकंद धुवावेत. साबण आणि पाणी उपलब्ध नसल्यास अल्कोहोल आधारित हॅन्ड सॅनिटायझर वापरावे (कमीतकमी ६०% अल्कोहोल अंश असणारे).
- कोरोना बाधित रूग्ण असणाऱ्या देशांमध्ये प्रवास टाळा (उदा. चीन, दक्षिण कोरिया, इरान, इटली)
- गर्दीची ठिकाणे टाळा.

**आपण आजारी असल्यास :** इतर लोकांमध्ये कोरोना विषाणूचा आजार पसरू नये म्हणून, आपण हे नियम खात्रीपूर्वक पाळावेत.

- आजारी असताना आपल्या घरीच राहावे. कामावर, खरेदीसाठी वा समारंभासाठी जाणे टाळावे.
- खोकताना किंवा शिंकताना टिशू पेपर वापरावा व तो वापरलेल्या टिशू पेपर कचऱ्यामध्ये टाकावा.
- आपल्या घरातील इतर व्यक्तीपासून अंतर ठेवावे व अनावश्यक संपर्क टाळावा. शक्य असल्यास वेगळ्या खोलीत राहावे व वेगळे स्वच्छता गृह वापरावे.
- वारंवार स्पर्श केलेल्या वस्तू आणि टेबल, खुर्चीचा इत्यादीचा पृष्ठभाग स्वच्छ करून निर्जंतुक करावा.
- फेस मास्क घालावा. आजारी नसलेल्या लोकांच्या आसपास असताना फेस मास्क आर्वजून घालावा (उदा. घरच्या दिवाणखाण्यात असताना वा दवाखान्याच्या प्रतिक्षा कक्षात असताना)
- आपले हात वारंवार स्वच्छ करावेत. साबण आणि पाण्याने आपले हात कमीतकमी २० सेकंद धुवावेत. जर साबण आणि पाणी उपलब्ध नसेल तर अल्कोहोल आधारित हॅन्ड सॅनिटायझरने आपले हात स्वच्छ करा (कमीतकमी ६०% अल्कोहोल अंश असणारे) हात स्वच्छ करताना संपूर्ण हाताला मनगटापर्यंत सॅनिटायझर लावावे आणि हात कोरडे होईपर्यंत दोन्ही हात एकमेकांवर चोळावेत.
- वैयक्तिक घरगुती वस्तूचा वापर इतरांना करून देवू नये. उदा. आपले जेवणाचे ताट, पाण्याचे ग्लास, कप, भांडी, टॉवेलस, अंधरून पांघरून, इत्यादी. या वस्तू वापरल्यानंतर त्यांना साबण आणि पाण्याने स्वच्छ धुवावे.

**फेस मास्क : (2019, nCoV)**

विषाणू चा प्रसार रोखण्यासाठी फक्त विषाणू ग्रस्त/ पिडीत रूग्णांनी फेसमास्क वापरावा.

सामान्य लोकांनी फेसमास्क वापरू नये.

अधिक माहितीसाठी :

<https://www.who.int/india/emergencies/novel-coronavirus-2019>

<https://www.pmc.gov.in/mr/corona-vishanu>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>