

### ग्रामीण समुदाय में अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

यह सीमा (पीले पोशाक) और बबिता (गुलाबी पोशाक) के बीच हुई बातचीत है।

वे दोनों राजस्थान के पीपली गाँव में रहती हैं। सीमा नॉवल कोविड-19 की लगातार खबरें सुनकर चिंतित हो चुकी है। अपने सीमा अपनी दोस्त बबिता से मिलने का फैसला करती है जो कि एक आशा कार्यकर्ता भी है।

आओ उनकी बातचीत को पढ़ते हैं।



> **सीमा:** लोग मुर्गियों और अन्य जानवरों को मार रहे हैं; मैंने सुना है कि कोरोनावायरस जानवरों के माध्यम से फैलता है? क्या यह सच है?

बबिता: इस वायरस को ले जाने के लिए अभी तक कोई ज्ञात पशु प्रजाति का अब तक पता नहीं चला है और चिकित्सा विशेषज्ञों ने लोगों को अफवाहों पर विश्वास न करने और मांसाहारी भोजन खाएं यदि वे स्वच्छता व अत्यंत सावधानी से तैयार किए हों।

> **सीमा:** मेरे पड़ोसियों का एक बड़ा परिवार है - वे 8 सदस्य हैं। उनके साबुन खत्म हो रहे हैं। उन्हें क्या करना चाहिए?

बबिता: चिंता मत करो। बस उन्हें अपने हाथों की सफाई के लिए राख या रेत का उपयोग करने के लिए कहो, यह उतना ही अच्छा काम करते हैं।

> **सीमा:** यह अफवाह है कि अगर हम अपना रक्त दान करते हैं, तो हम खुद की जांच करवा सकते हैं। क्या ऐसा करना सही है?

बबिता: यह सच नहीं है। किसी को ऐसे ही रक्तदान तब तक नहीं करना चाहिए, जब तक कोई पूरी तरह से सुनिश्चित न हो जाए कि वह संक्रमित नहीं है।

> **सीमा:** गर्मी आने के साथ, क्या हम इस घातक बीमारी के भय से मुक्त हो जाएंगे? मैंने सुना है कि गर्म मौसम वायरस को मारता है।

बबिता: ग्रीष्मकाल या गर्म मौसम का इस बीमारी के फैलने पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

> **सीमा:** लेकिन गर्म पानी में नहाने और खारे गर्म पानी से गरारे करने का क्या?

बबिता: नहीं, सीमा। ये सभी मिथक हैं और कोरोनावायरस पर कोई प्रभाव ज्ञात नहीं है।

> सीमा: ग्रामीणों का सुझाव है कि हम खुद को वायरस से बचाने के लिए शराब का सेवन करते हैं। मैं नहीं पीती। क्या मुझे चिंतित होना चाहिए?

बबिता: इस दावे को साबित करने के लिए कोई सबूत नहीं है। मैं मजबूत प्रतिरक्षा बनाए रखने के लिये स्वस्थ भोजन खाने और व्यायाम करने पर जोर देती हूँ।

> सीमा: अगर मैं मास्क पहनती हूँ, तो क्या मैं सुरक्षित हूँ? क्या मुझे इसे पूरे दिन पहनना है?

बबिता: कोई वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है कि मास्क - विशेष रूप से घर पर बने - पहनने वाले को नॉवल कोरोनावायरस से बचाते हैं। हालांकि, किसी भी मामले में - यह एक असाध्य रोगी से अनजाने में संक्रमित होने की संभावना को कम कर देता है। आपको इसे तभी पहनना होगा जब आप अपने घर से बाहर जा रहे हों या किसी ऐसे व्यक्ति से बातचीत कर रहे हों, जो आपके घर आया हो।

> सीमा: जब मैं इन दिनों हर रोज उठती हूँ, तो मैं खुद को जांचने के लिए 10 सेकंड के लिए सांस रोकती हूँ कि क्या मैं संक्रमित हूँ या नहीं। क्या यह खुद को जांचने का सही तरीका है?

बबिता: यह एक भ्रांति है। मैरीलैंड विश्वविद्यालय में संक्रामक रोगों के प्रमुख डॉ. फहीम यूनुस का कहना है कि नोवल कोरोनावायरस से संक्रमित व्यक्ति भी अपनी सांस को 10 सेकंड से अधिक समय तक रोक सकता है। दूसरी ओर, बुजुर्ग इस कार्य को पूरा करने में सक्षम नहीं होंगे, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि वे संक्रमित हैं।

> सीमा: मेरी छोटी बेटी हल्के बुखार से पीड़ित है; मैं उसे अस्पताल ले जाने के लिए सोच रही हूँ। आपकी क्या सलाह है?

बबिता: एम्स के निदेशक डॉ. रणदीप गुलेरिया कहते हैं कि किसी व्यक्ति को महामारी के दौरान अस्पताल नहीं जाना चाहिए क्योंकि इससे एक स्वस्थ व्यक्ति के वायरस को पकड़ने की संभावना बढ़ जाती है। यदि वह किसी भी लक्षण का सामना कर रहा है तो उसे फोन पर डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए हेल्पलाइन नंबरों पर।

> सीमा: क्या मच्छर या चीन से पार्सल वायरस फैलाते हैं?

बबिता: किसी भी अध्ययन या शोध से पता नहीं चला है कि मच्छर नोवल कोरोनावायरस के वाहक के रूप में कार्य कर सकते हैं। और यह चीन से प्राप्त पार्सल के माध्यम से फैल नहीं सकता है।

> सीमा: मैं युवा और स्वस्थ हूँ, मुझे सभी ऐसे उपायों का सख्ती से पालन करने की आवश्यकता नहीं है - यह बुजुर्गों को प्रभावित करता है, है ना ?

बबिता: यह असत्य है। नोवल कोरोनावायरस का संचरण सभी उम्र के लोगों में देखा गया है। डॉक्टरों का सुझाव है कि सह-रुग्ण स्थितियों जैसे रक्तचाप, हृदय या श्वसन संबंधी बीमारियों वाले लोग कोविड -19 से संक्रमित होने पर अधिक जोखिम में हैं। हालांकि, एक पूरी तरह से स्वस्थ व्यक्ति भी कोविड -19 रोगी की उपस्थिति में संक्रमित हो सकता है।

सामग्री संदर्भ:

INDIA  
TODAY