



कोविड-19 (COVID-19) के संदर्भ में पूछे जाने वाले प्रश्न एवं मार्गदर्शिका

कोरोना रोकथाम और आईईसी समिति, पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़ द्वारा संकलित

1) नॉवेल “कोरोनोवायरस” क्या है?

नॉवेल कोरोनावायरस एक वायरस (विषाणु) है जिसे पहले पहचाना नहीं गया था। कोविड-19 (COVID-19) संक्रमण करने वाला यह विषाणु पुराने कोरोनावायरस के समान नहीं है जो आम तौर पर मनुष्यों में फैलता है और सामान्य सर्दी जुखाम की तरह हल्की बीमारी का कारण बनता है।

2) कोविड-19 (COVID-19) क्या है?

कोविड-19 (COVID-19) एक संक्रामक रोग है जो एक नए खोजे गए वायरस (विषाणु) गंभीर तीव्र श्वसन सिंड्रोम कोरोनावायरस 2" (SARS - CoV-2) के कारण होता है। दिसंबर 2019 में चीन के वुहान में इसके प्रकोप के शुरू होने से पहले यह नया वायरस (विषाणु) और बीमारी अज्ञात थी।

3) कोविड-19 (COVID-19) के लक्षण क्या हैं?

कोविड-19 (COVID-19) के सबसे आम लक्षण बुखार, थकान और सूखी खांसी हैं। कुछ रोगियों में दर्द, नाक में संकुचन, नाक बहना, गले में खराश या दस्त हो सकता है। ये लक्षण आमतौर पर हल्के होते हैं और धीरे-धीरे शुरू होते हैं।

4) क्या कोविड-19 (COVID-19) घातक है?

नहीं, अधिकांश लोगों (लगभग 80%) में विशेष उपचार के बिना ही यह बीमारी ठीक हो जाती है। बुजुर्ग लोग जिन में अन्य चिकित्सा समस्याएं जैसे उच्च रक्तचाप, हृदय की समस्याएं, मधुमेह, श्वसन बीमारी, और केमोथेरेपी या धूम्रपान करने वालों में इस गंभीर बीमारी के विकसित होने की संभावना अधिक होती है।

5) कोविड-19 (COVID-19) कैसे फैलता है?

जो लोग इस वायरस (विषाणु) से संक्रमित हैं उनके संपर्क में आने से कोविड-19 (COVID-19) अन्य लोगों में फैल सकती है। यह बीमारी नाक या मुंह से छीकों से निकालने वाली छोटी-छोटी बुंदों के माध्यम से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकती है जब कोविड-19 (COVID-19) से संक्रमित

PGI Corona Helpline No. 0172-2755444

व्याक्ति खांसी या साँस छोड़ता है। ये बूंदें व्यक्ति के आसपास की वस्तुओं और सतहों पर उतरती हैं। अन्य लोग तब इन वस्तुओं या सतहों को छू कर, फिर अपनी आँखों, नाक या मुँह को छू कर कोविड-19 (COVID-19) से संक्रमित हो जाते हैं। यही कारण है कि कोविड-19 (COVID-19) से संक्रमित व्यक्ति से कम से कम 1 मीटर (3 फीट) से दूरी बनाए रखना महत्वपूर्ण है।

6) क्या कोविड-19 (COVID-19) का कारण बनने वाला वायरस (विषाणु) हवा के माध्यम से फैल सकता है?

अब तक के अध्ययनों से पता चलता है कि कोविड-19 (COVID-19) का कारण बनने वाला विषाणु मुख्य रूप से श्वसन बूंदों के संपर्क और दूषित सतहों को छू कर फैलता है।

7) मैं खुद को बचाने और बीमारी को फैलने से रोकने के लिए क्या कर सकता हूँ?

- अपने हाथों को अल्कोहल-आधारित हैंड रब व साबुन और पानी से नियमित रूप से साफ करें
- कम से कम 1 मीटर (3 फीट) की दूरी पर अपने आप को और किसी को भी, जो खांस रहा है या छींक रहा है, के बीच दूरी बनाए रखें।
- आँखों, नाक और मुँह को छूने से बचें।
- सुनिश्चित करें कि आप, और आपके आस-पास के लोग, अच्छी श्वसन स्वच्छता का पालन करें। इसका मतलब है खांसी या छींक आने पर अपनी मुड़ी हुई कोहनी या टिशू से अपने मुँह और नाक को ढंकना। फिर इस्तेमाल किए गए टिशू का तुरंत निपटान करें।
- यदि आप अस्वस्थ महसूस करते हैं तो घर पर रहें। यदि आपको बुखार, खांसी और सांस लेने में कठिनाई है, तो चिकित्सक से फोन से संपर्क करें। अपने स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण के निर्देशों का पालन करें।
- नवीनतम कोविड-19 (COVID-19) हॉटस्पॉट (शहर या स्थानीय क्षेत्र जहां कोविड-19 (COVID-19) व्यापक रूप से फैल रहा है) पर अपडेट रहें। यदि संभव हो, तो स्थानों की यात्रा करने से बचें- खासकर यदि आप एक अधिक आयु के व्यक्ति हैं या आपको मधुमेह, हृदय या फेफड़ों की बीमारी है।

8) गंभीर बीमारी होने का खतरा किसे है?

कोविड-19 (COVID-19) सभी लोगों को प्रभावित करता है, अधिक आयु के व्यक्ति और ऐसे व्यक्तियों जिनमें पहले से मौजूद चिकित्सा स्थिति जैसे उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, फेफड़े की बीमारी, कैंसर या मधुमेह है, अन्य लोगों की तुलना में अधिक बीमारी होने का खतरा होता है।

9) क्या मुझे अपनी सुरक्षा के लिए मुखौटा (मास्क) पहनना चाहिए?

यदि आप लक्षणों विशेष रूप से खाँसी के साथ बीमार हैं या किसी ऐसे व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं जो कोविड-19 (COVID-19) से संक्रमित हो तो मास्क पहनें। डिस्पोजेबल फेस मास्क का उपयोग केवल एक बार किया जा सकता है। यदि आप बीमार नहीं हैं और किसी ऐसे व्यक्ति का देखभाल या इलाज कर रहे हैं जो बीमार नहीं है तो आप एक मुखौटा (मास्क) बर्बाद कर रहे हैं। दुनिया भर में मास्क की कमी है, इसलिए डब्ल्यूएचओ (WHO) ने लोगों से मास्क का उपयोग बुद्धिमानी से करने का आग्रह किया है। कोविड-19 (COVID-19) के खिलाफ खुद को और दूसरों को बचाने के लिए सबसे प्रभावी तरीके हैं कि आप अपने हाथों को अक्सर साफ करें, अपनी खांसी को कोहनी को मोड़ कर या टीशू से ढकें और खांसी या छींकने वाले लोगों से कम से कम 1 मीटर (3 फीट) की दूरी बनाए रखें।

10) कोविड-19 (COVID-19) के लिए रोगोद्भव (Incubation Period) और लक्षणों के विकास की अवधि कितनी है?

रोगोद्भव (Incubation Period) का अर्थ है विषाणु को पकड़ने और बीमारी के लक्षणों के बीच का समय। कोविड-19 (COVID-19) रोगोद्भव (Incubation Period) की अवधि के अधिकांश तौर पर 1-14 दिनों की होती है, आमतौर पर औसतन लगभग पाँच दिन लगते हैं अधिक आंकड़े (डेटा) उपलब्ध होते ही ये अनुमान अपडेट हो जाएंगे

11) सामाजिक दूरी के उपाय क्यों महत्वपूर्ण हैं?

लोगों के बीच सामाजिक संपर्क को कम करने के लिए सामाजिक दूरी बनाए रखने के उपाय कोविड-19 (COVID-19) के संक्रमण को कम करने के लिए उपयोगी हैं। अपने और दूसरों के बीच कम से कम 1 मीटर (3 फीट) की दूरी बनाए रखें। सार्वजनिक परिवहन और सार्वजनिक स्थान पर बड़े और छोटे समारोहों के गैर-आवश्यक उपयोग से बचें (रेस्तरां, शॉपिंग मॉल आदि जैसी जगहों पर संक्रमण आसानी से फैल सकता है।) मित्रों और परिवार के साथ समारोहों से बचें। अपने डॉक्टर या अन्य आवश्यक सेवाओं से संपर्क करने के लिए टेलीफोन या ऑनलाइन सेवाओं का उपयोग करें।

12) क्या मुझे वायरस को नष्ट करने के लिए एक विशेष साबुन की आवश्यकता है?

नहीं, कोई भी साबुन वायरस को नष्ट कर सकता है। साबुन के अणु वायरस की बाहरी लिपिड परतों को नष्ट कर देंगे, लेकिन उन्हें साबुन अणुओं के साथ न्यूनतम संपर्क समय 20 सेकंड की आवश्यकता होती है।

13) उचित हैंडवाशिंग (हाथ साफ करना) का क्या मतलब है?

अपने हाथों को पानी से गीला करें और अपने हाथों में पर्याप्त मात्रा में साबुन लगाएं। एक हाथ से दूसरे हाथ को आगे पीछे रगड़ें तथा यही प्रक्रिया दूसरे हाथ से भी करें और एक हाथ की उंगलियों को दूसरे हाथ की उंगलियों के बीच डाल कर रगड़ें, ऐसे ही एक हाथ के अंगुठे को दूसरे हाथ से और दूसरे हाथ की अंगुठे को पहले हाथ के अंगुठे को रगड़ कर साफ करें। अपने हाथों को पानी से रगड़ कर धोएं और एक साफ तौलिया के साथ सूखा लें हर 4 घंटे में नियमित रूप से हाथ धोने की सलाह दी जाती है ताकि वायरस से छुटकारा पाया जा सके जो कि संक्रमित लोगों या सतह के संपर्क से फैलता है।

14) SARS - CoV -2 वायरस को साफ करने के लिए किस तरह के हैंड सैनिटाइज़र की आवश्यकता होती है?

अल्कोहल-आधारित सैनिटाइज़र (कम से कम 60% अल्कोहल) साबुन के रूप में प्रभावी हो सकते हैं, केवल अगर वे ठीक से उपयोग किए जाते हैं। हथेली में एक छोटी सी बूंद डाल देना और जल्दी से पोंछना काफी अच्छा नहीं है। इसे अपने हाथों पर, अपनी उंगलियों के बीच और हाथों को आगे पीछे रगड़ें, तभी ये साबुन और पानी की तरह प्रभावी होंगे।

15) इनमें से कौन बेहतर है? साबुन का पानी या हैंड सैनिटाइज़र

साबुन और पानी से हाथ धोना सैनिटाइज़र की तुलना में वायरस को नष्ट करने में अधिक प्रभावी पाया जाता है। अधिकांश रूप से उपलब्ध सैनिटाइज़र में 60% अल्कोहल नहीं मिलता है और अधिकांश उपयोगकर्ता यह नहीं जानते हैं कि इसका सही उपयोग कैसे किया जाए। साबुन और पानी उपलब्ध न होने पर हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग किया जाना चाहिए।

16) क्वारिन्टिन (एकांतवास) क्या है और हमें इसकी आवश्यकता क्यों है?

क्वारिनटिन (एकांन्तवास) उन लोगों को अलग करता है जो कोरोनावायरस के संपर्क में थे, यह देखने के लिए कि क्या वे बीमार हो सकते हैं? वायरस के संक्रमण से लक्षण आने तक का समय जिससे कि रोगोद्भवन समय (Incubation Period) कहते हैं या समय लगभग 14 दिनों का होता है। क्वारिनटिन (एकांन्तवास) का समय बीमार व्यक्ति को दूसरों से अलग करता है और यह तब तक रहता है जब तक व्यक्ति लक्षणों से मुक्त नहीं होता है।

17) हमें क्वारिनटिन (एकांन्तवास) के साथ क्यों सहयोग करना चाहिए?

वायरस के संक्रमण को रोकने और मामलों की संख्या को नियंत्रित करने के लिए क्वारिनटिन (एकांन्तवास) यह जरूरी है। क्वारिनटिन (एकांन्तवास) इस वायरस की अत्यधिक संक्रामक प्रकृति इसे बहुत तेजी से फैलती है और सक्रिय मामलों की संख्या में वृद्धि होती है जो अंततः स्वास्थ्य प्रणाली को प्रभावित करती है जैसा कि कुछ देशों में हुआ है।

18) अगर कोई परिवार का सदस्य बुखार, खांसी और छींकने से पीड़ित हो तो हमें क्या करना चाहिए?

घर में व्यक्ति को अलग करें और यदि संभव हो तो संलग्न बाथरूम के साथ एक अलग कमरा प्रदान करें। उन सतहों को साफ करें जो मल या किसी शारीरिक तरल पदार्थ से दूषित हो सकती हैं। इन सतहों जैसे दरवाजे की चटकनी, फोन, बेडसाइड टेबल, टेबलटॉप, शौचालय, बाथरूम फिक्सचर) को दो या तीन बार साफ करें। ऐसे व्यक्ति को एक ट्रिपल लेयर सर्जिकल मास्क पहनना चाहिए। प्रतिदिन लक्षणों की निगरानी जारी रखें और अपने चिकित्सक से परामर्श करें।

19) खांसी / छींक आने पर क्या करें?

एक टिशु के साथ अपने मुंह और नाक को ढकने की कोशिश करें। तुरंत कचरे में टिशु को फेंक दें और अपने हाथों को साबुन और पानी से कम से कम 20 सेकंड के लिए धोएं या यदि उपलब्ध नहीं हैं, तो हैंड सैनिटाइज़र से साफ करें जिसमें कम से कम 60% अलकोहल हो। अपने कोहनी को मोड़कर खांसी या छींकें।

20) इस कोविड-19 (COVID-19) महामारी के दौरान आपको क्या नहीं करना चाहिए?

अपने स्वास्थ्य सलाहकार और अधिकारियों की सलाह की उपेक्षा न करें। धूमपान करना, अपनी इच्छा से एंटीबायोटिक्स का उपयोग व मास्क न पहने।

21) क्या आयुर्वेद, होम्योपैथी और यूनानी जैसी वैकल्पिक दवाओं में उपचार उपलब्ध है?

नहीं, कोरोनावायरस के बीच SARS - CoV-2 नवीनतम है और इन दवाओं के उपयोग के लाभ का समर्थन करने वाले कोई अध्ययन नहीं हैं।

22) जब हम किराने का सामान या आवश्यक दवाएं खरीदने के लिए बाहर जाते हैं तो उन्हें क्या सावधानियां बरतनी चाहिए?

बेहतर है कि बाहर जाने से बचें। अपने इलाके में ऑनलाइन वितरण सुविधाओं की खोज करें और आवश्यक लेख प्राप्त करें। यदि ऑनलाइन वितरण सुविधाएं उपलब्ध नहीं हैं और बाहर जाना अनिवार्य है तो मास्क पहनना बेहतर है और बाहर जाते समय हैंड सैनिटाइज़र ले जाना विशेषकर जब अन्य लोगों के साथ संपर्क अपेक्षित हो। हर समय चीजों को खरीदने के लिए परिवार के सदस्यों के बीच एक व्यक्ति का चयन करना बेहतर होता है। इससे परिवार के सभी सदस्यों को संक्रमण होने से बचा जा सकता है। दुकानों या मेडिकल स्टोर पर बातचीत करते समय न्यूनतम 1-मीटर की दूरी बनाए रखें और जहां तक संभव हो, किसी भी सतह को स्पर्श न करें। जितना जल्दी हो सके घर लौटना बेहतर है।

23) क्या गर्भवती महिलाओं के लिए कोई विशेष सावधानियां हैं?

गर्भवस्था शारीरिक तनाव की अवधि है। हालांकि, सुझाव देने के लिए कोई सबूत नहीं है, गर्भवती महिलाओं को सामाजिक गड़बड़ी, हाथ की स्वच्छता और मास्क का उपयोग सार्वजनिक स्थानों पर सख्ती से करने की सलाह देना समझदारी है।

24) क्या हम कोविड-19 (COVID-19) महामारी के दौरान नौकर या नौकरानियों को काम की अनुमति दे सकते हैं या नहीं?

आदर्श रूप से सामाजिक गड़बड़ी में नौकरानियों और सहायकों के साथ बातचीत करके कोविड-19 (COVID-19) से बचने एवं सावधान करने की सलाह देनी चाहिए। किसी को भी लक्षण से सावधान रहना चाहिए और चिकित्सक की सलाह लेनी चाहिए।

25) क्या मैं नियमित आपूर्तिकर्ताओं से अखबार या दूध के पैकेट लेना बंद कर देना चाहिए?

वायरस संक्रमण के लिए किसी तरह की सतह का उपयोग कर सकता है। इसलिए इस तरह की स्थिति से निपटने के लिए नियमित रूप से हाथ स्वच्छता का अभ्यास करना बेहतर होता है, इसके अलावा सख्त सामाजिक दूर करने के उपाय भी किए जाते हैं।

26) क्या मुझे इस अवधि के दौरान पालतू जानवरों को हटाने या दूरी बनाने की आवश्यकता है?

जानवर का वाहक (Carrier) के रूप में कार्य करना अभी तक स्पष्ट नहीं है। एक संक्रमित कुत्ते को उसके मालिकों के साथ रहने के बाद हांगकांग में पाया जा रहा है जो वायरस से बीमार थे। कुत्ते ने बीमारी के कोई नैदानिक संकेत नहीं दिखाए और इस बात का कोई सबूत नहीं है कि कुत्ते बीमारी को फैला सकते हैं या यह बीमारी किसी जानवर को बीमार कर सकती है। हमें उसी के लिए आगे के अध्ययन की आवश्यकता है। हालांकि, पशु संक्रमित लोगों के संपर्क में वायरस के वाहक के रूप में कार्य कर सकता है। एक कुत्ते या पालतू जानवर को अनुमति देने के बारे में सावधान रहना चाहिए।

27) क्या वायरस बाहरी त्वचा के भीतर जा कर संक्रमण कर सकता है?

नहीं, इस बात का कोई सबूत नहीं है कि वायरस बाहरी त्वचा (Skin) के माध्यम से संक्रमित करता है। रोगियों के शरीर के तरल पदार्थों से बचें विशेष रूप से श्वसन स्राव, रक्त और खुली त्वचा के घाव के साथ संपर्क।

28) क्या मुझे घर आने पर हर बार कपड़े बदलने की ज़रूरत है?

यदि आप कोविड-19 (COVID-19) उपचार क्लिनिक या इस तरह के उच्च संक्रमण की संभावना वाले स्थान से घर आ रहे हैं, तो कपड़े बदलने व स्नान करने की सलाह दी जाती है।

29) अगर मुझे इस महामारी के दौरान नींद की गड़बड़ी या घबराहट/चिंता हो तो मुझे क्या करना चाहिए?

टेलीफोन या हेल्पलाइन के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य चिकित्सक से जल्द से जल्द परामर्श लें और अपनी समस्याओं के बारे में चर्चा करें

30) क्या हमें इस अवधि में मासाहार (नॉन-वेज) खाने से बचना चाहिए?

नहीं, ऐसा कोई सबूत नहीं है कि वायरस अब तक मांस या मांसाहारी भोजन के माध्यम से फैलता है।

31) क्या कोविड-19 (COVID-19) का कोई दवा उपचार है?

अधिकांश मामलों में कोरोना वायरस के साथ संक्रमण हल्के फ्लू जैसे बुखार, खांसी, थकान, शरीर में दर्द जैसे लक्षणों से जुड़ा होता है। कुछ मामलों में, मोटे तौर पर कुछ प्रकार की जीर्ण बीमारी जैसे कि मधुमेह, उच्च रक्तचाप, क्रोनिक किडनी रोग और बुजुर्गों में यह खतरनाक बीमारी हो सकती है। वर्तमान में कोविड-19 (COVID-19) बीमारी के लिए कोई उपचार उपलब्ध नहीं है। कई दवाओं का मूल्यांकन एक परीक्षण किया जा रहा है। इसका मतलब है कि अब तक कोविड-19 (COVID-19) के लिए उनकी उपयोगिता का कोई पुख्ता सबूत नहीं है। डॉक्टर या संस्थान, यदि इन दवाओं

का उपयोग / उपयोग करने की सलाह देते हैं, तो उन्हें ऐसी दवाओं का उपयोग करने के लिए आवश्यक प्रक्रियाओं का पालन करना होगा। किसी को भी स्व-दवा नहीं लेने चाहिए

32) क्या कोरोना वायरस संक्रमण की रोकथाम के लिए कोई दवा / वैक्सीन हैं?

कोविड-19 (COVID-19) के रोकथाम के लिए सबसे अच्छे उपाय संक्रमण से बचाव के तरीके हैं जैसे कि साबुन से हाथ धोना, अल्कोहल-आधारित सैनिटाइज़र के साथ सफाई और सामाजिक दूरी। हालांकि कुछ दवाओं और टीकों का मूल्यांकन किया जा रहा है।

33) हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन (HCQ) के उपयोग के बारे में ICMR की क्या सलाह थी और वे कौन से महत्वपूर्ण बिंदु हैं जिन पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए?

हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन के लिए ICMR एडवाइजरी जारी करने के बाद एक बहुत ही चयनित लोगों के समूह के लिए एक रोगनिरोधी दवा के रूप में उपयोग (संदिग्ध / सिद्ध कोविड-19 (COVID-19) के स्पर्शोन्मुख स्वास्थ्य सेवा कार्यकर्ता और प्रयोगशाला पुष्टि मामलों में किया जाता है, कई लोग स्वयं ही दवा का उपयोग कर रहे हैं। के साथ स्व-दवा में लिप्त हैं। जिन महत्वपूर्ण चीजों पर ध्यान देने की आवश्यकता है, वे हैं - इस दवा का उपयोग बड़े पैमाने पर (Rheumatoid) संधिशोथ के लिए किया जाता है और मलेरिया में इसकी उपयोगिता है। कोविड-19 (COVID-19) के उपचार और रोकथाम के लिए, आज तक कोई भी प्रमाण मौजूद नहीं है। इसका उल्लेख एडवाइजरी में भी किया गया है। कई दवाओं की तरह, इस दवा के भी कुछ दुष्प्रभाव हैं। इसलिए रुमेटी संधिशोथ या सिस्टमिक ल्यूपस एरिथेमेटोसिस के लिए भी इसे शुरू करने से पहले रोगियों का उचित मूल्यांकन किया जाता है। हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन के साथ कोई भी अपने ओर से दवा न लें। कोरोना वायरस संक्रमित रोगियों के संपर्कों के लिए दवा निर्धारित करने वाले डॉक्टरों को इस दवा के साइड इफेक्ट को भी जान लेना चाहिए और डॉक्टरों की निगरानी में ही इस दवाईयों का प्रयोग किया जाना चाहिए। हमारे संस्थान में, उन स्वास्थ्य सेवा श्रमिकों के लिए, जो इसे सलाह के मद्देनजर लेना चाहते हैं, मूल्यांकन के लिए और इच्छुक व्यक्ति को प्रदान की गई उचित जानकारी और सहमति के बाद ही प्रशासन के लिए एक योजना बनाई गई है। इन लोगों की निगरानी के लिए एक सुविधा भी स्थापित की गई है। इस बात पर जोर दिया जाता है कि आज की तारीख में, संक्रमण से बचाव के तरीके केवल वही हैं जिनकी पुष्टि की जाती है

34) हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन के महत्वपूर्ण दुष्प्रभाव क्या हैं?

दवा के दुष्प्रभावों में शामिल हैं: सिरदर्द, भूख में कमी, मिचली, उल्टी, पेट में दर्द, दस्त, वजन घटना, हाइपोग्लाइसीमिया (रक्त शर्करा के स्तर में कमी), धुंधली दृष्टि, ब्रॉन्कोस्पास्म, त्वचा पर चकत्ते, प्रुरिटिस (pruritis), स्टीवन जॉनसन सिंड्रोम, विषाक्त एपिडर्मल नेक्रोलिसिस, एग्रानुलोसाइटोसिस, एनीमिया, गतिभंग, चक्कर आना, चक्कर, जब्टी, मनोविकृति, बुरे सपने, चिड़चिड़ापन, आत्महत्या की प्रवृत्ति, मायोपथी, बहरापन, टिनिटस, ईसीजी में कुछ गड़बड़ी। हालांकि इनमें से अधिकांश क्षणिक और प्रतिवर्ती (Reversible) हैं, दृष्टि की गड़बड़ी लंबे समय तक बनी रह सकती है इसके अलावा, आप कुछ अवांछित प्रतिकूल प्रभावों (side effects) का अनुभव कर सकते हैं, जो गंभीर हो सकता है, जो कि अभी तक किसी भी दवा के उपयोग में रिपोर्ट नहीं किया है। इनमें से कई दुष्प्रभाव दवा के सेवन की लंबी अवधि में होते हैं और दुर्लभ होते हैं, लेकिन कुछ आम हैं और कुछ अप्रत्याशित। यह ध्यान दिया जाना चाहिए कि यदि दवा आपको रुमेटीड गठिया (Rheumatoid Arthritis) या systemic lupus erythematosus (एसएलई) के लिए पहले से निर्धारित किया गया है, तो यह आपके उपचार चिकित्सक द्वारा जोखिम और लाभ के बारे में विचार करने के बाद दिया गया होगा। इन स्थितियों के लिए, कृपया चिकित्सक द्वारा सलाह के अनुसार अपना उपचार जारी रखें।

- 35) टेलीविज़न पर ICMR एडवाइजरी के बारे में सुनने पर, मैंने हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन (HCQ) लिया और इसे अपनी 5 साल की बेटि को भी दिया। अब मुझे क्या करना चाहिए?**
 दवा को चिकित्सा के पर्चे के बिना नहीं दिया जाना चाहिए जैसे कि advisory notes पर एक अद्यतन है कि 6 साल से कम उम्र के बच्चों को दवा लेने की सलाह नहीं दी जाती है। दवा कोरोना वायरस संक्रमण की रोकथाम के लिए 15 साल से कम उम्र के बच्चों को नहीं दिया जाना चाहिए। कुछ चिकित्सीय स्थितियों में, जैसे कि systemic lupus erythematosus (एसएलई) या रूमेटीइड गठिया (Rheumatoid Arthritis) केवल सीमित जांच पड़ताल के बाद, बच्चों को दवा निर्धारित की जाती है, लेकिन उनकी निगरानी उसी के लिए की जाती है। उन बच्चों को जो पहले से ही अपनी चिकित्सीय स्थिति के लिए एक डॉक्टर द्वारा हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन (HCQ) निर्धारित किया गया है जैसे कि रूमेटीइड आर्थराइटिस या सिस्टमिक ल्यूपस एरिथेमेटोसिस को अपनी दवा लेना जारी रखना चाहिए क्योंकि चिकित्सक द्वारा जोखिम व लाभ का आकलन किया गया होगा।
- 36) क्या मैं कोरोना संक्रमण की रोकथाम के लिए एचसीक्यू (HCQ) उपयोग में लेने के लिए नहीं कह सकता हूँ?**
 हां, आप कोरोना संक्रमण की रोकथाम के लिए एचसीक्यू (HCQ) को ना कहने के लिए अपने अधिकारों का उपयोग कर सकते हैं।
- 37) मैं गठिया (Rheumatoid Arthritis) का रोगी हूँ और पहले से ही हाइड्रॉक्सीक्लोरोक्वीन (HCQ) ले रहा हूँ, क्या मुझे इसे लेना जारी रखना चाहिए?**
 आपको इसे अपने डॉक्टर द्वारा बताए अनुसार लेते रहना चाहिए।
- 38) बुखार या दर्द के लिए आपको कौन सी दवा लेनी चाहिए यदि आपको फ्लू जैसे लक्षण हैं?**
 बुखार, फ्लू के दर्द के लक्षणों के लिए अधिकांश दिशानिर्देशों द्वारा अनुशंसित (Recommendations) दवा है जैसे एसिटामिनोफेन या पेरसिटामोल। इबुप्रोफेन (Ibuprofen) जैसे अन्य एनाल्जेसिक भी अच्छा बताया जाता है।
- 39) मैं एक उच्च रक्तचाप से ग्रस्त हूँ और मैं लोसरटन (Losartan) ले रहा हूँ। क्या मुझे अपना इलाज बदलना चाहिए?**
 अपने उपचार को बदलने की कोई आवश्यकता नहीं है। यदि आपको रक्तचाप के अनुचित नियंत्रण के लिए बदलने या संशोधित करने की आवश्यकता हो, तो आप अपने उपचार करने वाले डॉक्टर से पूछ सकते हैं।
- 40) मैं हाइपरटेंसिव हूँ और एनैलाप्रिल (enalapril) ले रहा हूँ। क्या मुझे अपना इलाज बदलना चाहिए?**
 अपने उपचार को बदलने की कोई आवश्यकता नहीं है। यदि आपको रक्तचाप के अनुचित नियंत्रण के लिए बदलने या संशोधित करने की आवश्यकता हो, तो आप अपने उपचार करने वाले डॉक्टर से पूछ सकते हैं।
- 41) मुझे नाक और निम्न-श्रेणी (low grade) का बुखार है और मुझे संदेह है कि मुझे कोरोना संक्रमण हो सकता है, क्या मुझे एज़िथ्रोमाइसिन (Azithromycin) लेना चाहिए?**
 कृपया कोई भी दवा अपने आपसे न लें जिसमें अज़िथ्रोमाइसिन (Azithromycin) भी शामिल है। बुखार के लिए आप पेरसिटामोल ले सकते हैं। क्वारिनटिन (एकान्तवास), परीक्षण (Testing) के बारे में सलाह के लिए आप पीजीआई हेल्पलाइन पर कॉल करना चाहिए (01722755444)
- 42) मुझे सर्दी और गले में खराश और बुखार है, क्या मुझे एमोक्सिसिलिन-क्लेवुलैनिक एसिड लेना चाहिए?**

कृपया अपने आपसे कोई दवा न लें जिसमें एमोक्सिसिलिन-क्लैवुलैनीक एसिड शामिल है। बुखार के लिए आप पैरासिटामोल ले सकते हैं। क्वारिंटेन (एकांन्तवास), परीक्षण (Testing) के बारे में सलाह के लिए आप पीजीआई हेल्पलाइन पर कॉल करना चाहिए (01722755444)

43) मुझे अस्थमा है, जरूरत पड़ने पर क्या मैं अपने इनहेलर (inhaler) को लेना जारी रख सकता हूँ?

हाँ। कृपया अपने उपचार को डॉक्टर के परामर्श से जारी रखें। किसी भी सलाह के मामले में, आप अपने डॉक्टर को बुला सकते हैं

44) मेरे बच्चे का टीकाकरण होने वाला है; क्या मैं उसे टीकाकरण के लिए ले जा सकता हूँ?

टीकाकरण केंद्र खुले हैं। अधिकारियों द्वारा यात्रा के लिए निर्देशों का पालन करने के बाद आप अपने बच्चे को टीकाकरण के लिए ले जा सकते हैं।

45) मेरी माँ की कीमोथेरेपी होने वाली थी; क्या वह अस्पताल में मिल जाएगी?

हाँ, कीमोथेरेपी मिल जाएगी। उचित मार्गदर्शन के लिए कृपया अपने अस्पताल के स्क्रीनिंग क्षेत्र पर जाएँ।

46) मैं, दवा सम्बंधित अन्य किसी जानकारी के लिए सलाह कहां से प्राप्त कर सकता हूँ?

कृपया पीजीआई (PGI) हेल्पलाइन नंबर (0172-2755444) पर कॉल करें या ड्रग इंफॉर्मेशन यूनिट, फार्माकोलॉजी (0172-2755245) से जानकारी प्राप्त कर सकते हैं

कोरोना रोकथाम और आईईसी समिति, पीजीआईएमईआर चंडीगढ़ द्वारा संकलित

सहायक सदस्य :

1. प्रो. जेएस ठाकुर
2. डॉ अर्पित गुप्ता
3. डॉ नुसरत शफीक
4. डॉ शुभमोहन सिंह
5. डॉ आरपीएस भोगल
6. डॉ अर्नब घोष
7. डॉ साई चैतन्य रेड्डी
8. डॉ रोनिका पाड़का
9. डॉ दीप्ति सूरी
10. डॉ.जितेन्द्र गैरोला

Compiled by Corona Prevention & IEC Committee, PGIMER Chandigarh with inputs from various experts and WHO (<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>)