क्वारेनटाईनमा रहेका व्यक्तिका लागि स्वास्थ्य सम्बन्धि व्यवस्था :

(क) क्वारेनटाईनमा रहेका व्यक्तिले पालना गर्नुपर्ने :

१.क्वारेनटाईनमा **रहेका** व्यक्तिहरुले सम्बन्धित क्वारेनटाईनबाट जारी गरेका आचार संहिता अनिवार्य रुपमा **पालना गर्ने** ।

२. कोभिड १९ को संक्रमणबाट जोगिनको लागि भौतिक दुरी कायम राख्ने, **बेला बेलामा साबुन पानीले** हात **धुने र** मास्कको **प्रयोग** गर्ने ।

(ख) क्वारेनटाईनमा हुनुपर्ने स्वास्थ्य सम्बन्धि व्यवस्था:

१. क्वारेनटाईन स्थलमा प्रति सय जना सम्मका लागि स्वास्थ्य सुरक्षा सामाग्री सहित एक चिकित्सक, (on site /on Call), एक नर्स र एक प्यारामेडिक्स उपलब्ध हुनुपर्ने ।

२. प्रत्येक क्वारेनटाईनले स्थानिय Contact Identification and Contact Tracing (CICT) टिमको समन्वयमा स्वास्थ्य व्यवस्थापन गर्ने ।

३. क्वारेनटाईनमा भएका व्यक्तिको कम्तीमा **दिनको** २ पटक स्वास्थ्य परिक्षण गर्ने, आवश्यक परामर्श दिने र आवश्यता अनुरुप थप स्वास्थ्य सेवाको लागि रिफरको व्यवस्था मिलाउने, रिर्पोट गर्ने ।

४. स्वास्थ्य सम्बन्धि केही जटिलता भएमा नजिकको अस्पतालसंग समन्वय गरी उपचार व्यवस्था मिलाउने ।

५. एम्बुलेन्सको सम्बन्धमा नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा एम्बुलेन्स सेवासंग समन्वय गरी २४ घण्टा एम्बुलेन्स सेवाको सुनिश्चिता गर्ने ।

६. प्रत्येक क्वारेनटाईनमा अनिवार्य रुपमा कम्तीमा एक अक्सिजन सिलिण्डर उपलब्ध हुनुपर्ने ।

७. क्वारेनटाईनमा रहेका बालबालिका, जेष्ठ नागरिक, गर्भवती सुत्केरी महिला तथा दिर्घरोगीहरुका लागि आवश्यक स्वास्थ्य सेवा तथा औषधीको व्यवस्था गर्ने ।

८. क्वारेनटाईन स्थलमा व्यक्तीगत सरसफाई सामाग्रीहरु र प्राथमिक उपचार सामाग्रीको व्यवस्था मिलाउने ।

९. क्वारेनटाईनमा कम्तीमा ३ जना सरसफाई गर्ने कर्मचारीको व्यवस्था मिलाउने, क्वारेनटाईनमा डसविनको व्यवस्था गर्ने तथा क्वारेनटाईनबाट **निस्किएको** फोहरलाई तोकिएको मापदण्ड अनुरुप व्यवस्थापन गर्ने ।

१० कोभिड १९ को संक्रमणबाट जोगिनको लागि भौतिक दुरी कायम राख्ने, नुहाउन र हात धुनका लागि पर्याप्त सफा पानी तथा साबुनको व्यवस्था गर्ने, अनिवार्य मास्क लगाउने व्यवस्था गर्ने ।

११ क्वारेनटाईन खालि भए पश्चात २४ घण्टा सम्म प्रयोगमा नल्याउने र सफाई पश्चात मात्र प्रयोग गर्ने ।

१२. क्वारेनटाईन स्थलमा सफा खानेपानी तथा स्वस्थ खानेकुराको व्यवस्था तालिका अनुसार मिलाउने ।

१३.एक खाट देखि अर्को खाटको विच न्युनतम दुरी कम्तिमा १ मिटर हुनुपर्ने, आवश्यकता अनुसार झुलको व्यवस्था गर्ने ।

१४. भौतिक दुरी कायम राख्दै शारिरीक व्यायाम, मनोपरामर्श सम्बन्धि क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने ।

१५.क्वारेनटाईन स्थलमा प्रवेश गर्नुपर्ने अवस्थामा व्यक्तिगत सुरक्षा साम्रगी अनिवार्य रुपमा लगाउने ।

१६.क्वारेनटाईनमा रहने व्यक्तिहरुको क्वारेनटाईनमा राख्नु पुर्व र क्वारेटाईनबाट जादा स्वास्थ्य अवस्था **जांच** अनिवार्य गर्ने र रिर्पोट गर्ने ।