कोभिड १९ को महामारी र व्यवस्थित बन्दाबन्दीमा जनस्वास्थ्यका मापदण्ड, २०७७

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

कोभिड १९ को महामारी र व्यवस्थित बन्दाबन्दीमा जनस्वास्थ्यका मापदण्ड, २०७७

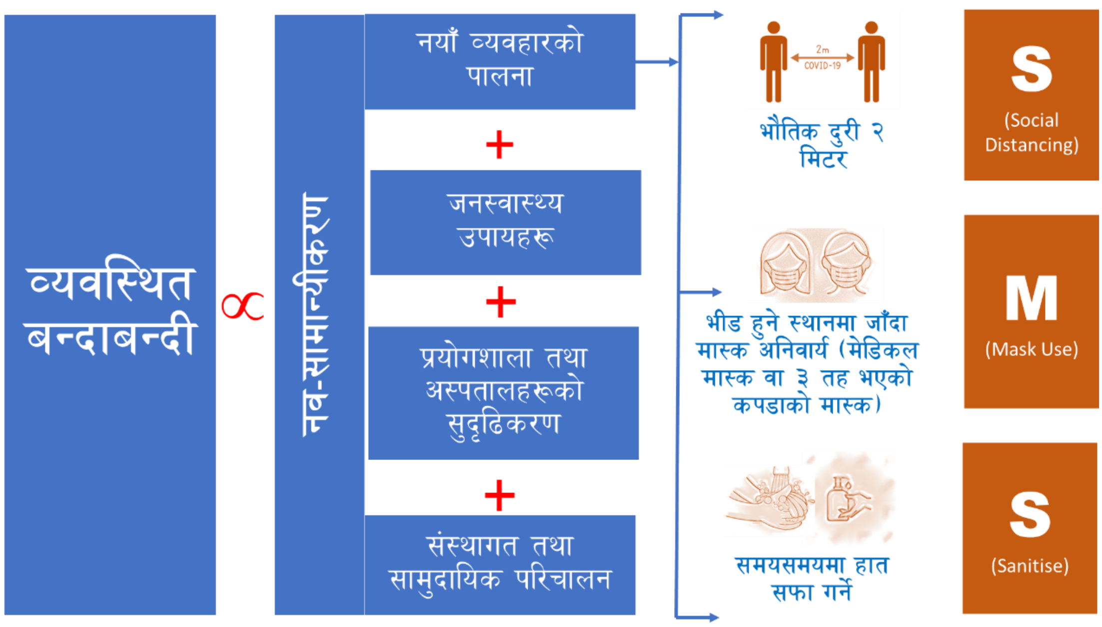
१. पृष्ठभूमि

कोभिड १९ को विश्वव्यापी संक्रमणको महामारीको प्रभाव नेपालमा पनि दिनानुदिन बढ्दै गइरहेको छ। स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय र सम्बन्धित निकायहरूले यस महामारीको प्रतिकार्यका विभिन्न कृयाकलापहरू सञ्चालन गर्दै आएकोमा हाल कायम रहेको बन्दाबन्दीलाई थप व्यवस्थित बनाउँदै दैनिक कृयाकलापहरूलाई संचालन गर्न जनस्वास्थ्यका मापदण्डहरू प्रयोग गरी समग्र मुलुकलाई सामान्यीकरणमा लैजान सकिन्छ ।

२. सामान्यीकरणको ढाँचा

मुलुक नव-सामान्यीकरण तर्फ कृयाशील भैरहेको सन्दर्भमा प्रस्तुत जनस्वास्थ्यका मापदण्डहरू पालना गर्नु सबैको जिम्मेवारी र कर्तव्य हुनेछ। कोभिडको संक्रमण रोकथामका लागि जनस्वास्थ्यका उपायहरू र नयाँ व्यवहारको पालना तथा संस्थागत र सामुदायिक सतर्कता महत्वपूर्ण रहन्छ। यी सबै पक्षहरूलाई एकिकृतरूपमा अगाडी बढाइएमा बन्दाबन्दीलाई व्यवस्थित गर्दै हालको पूर्ण बन्द अवस्थालाई क्रमागत रूपमा खुकुलो पार्न सकिन्छ।

यसका लागि सबैले तल उल्लेख गरिएका जनस्वास्थ्यका मापदण्डहरूको पूर्ण रूपमा परिपालना गर्नु पर्नेछ।



३. सबै सार्वजनिक तथा निजी संस्था र स्थानहरूमा पालना गर्नु पर्ने जनस्वास्थ्यका मापदण्डहरू:

सबै सार्वजनिक स्थल तथा कार्यालयहरूमा देहाय अनुसारका जनस्वास्थ्यका मापदण्डहरू अनिवार्यरूपमा पालना गर्ने गराउने व्यवस्था मिलाउनु पर्नेछः

अत्यावश्यक (SMS):

क) सबै किसिमका जमघट र भेलाहरूमा कम्तिमा २ मिटर (६ फीट) को दूरी अनिवार्यरूपमा कायम गर्ने (S),

ख) घर बाहिर जाँदा मास्क (सर्जिकल वा ३ तहको कपडाको मास्क) को प्रयोग अनिवार्य रूपले गर्ने (M),

ग) सबै सार्वजनिक स्थल तथा कार्यालयहरूले आफ्नो परिसरमा हात धुने साबुन र पानी वा स्यानीटाइजरको अनिवार्य व्यवस्था मिलाउने र भवन प्रवेश गर्दा अनिवार्य रूपले साबुनपानिले हात धोएको वा स्यानीटाईजर प्रयोग गरेको सुनिश्चित गर्ने (S) ।

आधारभूत:

क) अनावश्यक वस्तु तथा सतहहरू नछुने,

ख) अनुहारको टी क्षेत्र – आँखा, नाक र मुखलाई अनावश्यक रूपमा नछुने,

ग) खोक्दा वा हाछ्यु गर्दा रुमाल वा टिस्यु पेपरले मुख छोप्ने, उक्त सम्भव नभएमा कुहिनाले छोप्ने,

घ) सार्वजनिक स्थलमा जथाभाबी नथुक्ने,

ङ) सम्भव भएसम्म पैसाको कारोबार गर्दा विधुतिय कारोबार गर्ने,

च) ज्वरो, खोकी तथा श्वासप्रश्वासको समस्या भएका व्यक्तिहरूले सकभर जनसम्पर्कमा नआउने, आउनै परेको खण्डमा अनिवार्यरूपमा मास्क प्रयोग गर्ने ।

संस्थागत:

क) प्रत्येक दिन कार्य आरम्भ भन्दा पहिला अनिवार्यरूपमा थर्मामिटरबाट ज्वरो जाँच गर्ने र १००.४ डिग्री फरेन्हाइट भन्दा बढी तापक्रम भएमा काममा नलगाउने,

ख) दैनिक हाजिरी राख्ने कार्यालयहरूले फेस रिडिंगबाट हाजिर गर्ने व्यवस्था मिलाउने, सो सम्भव नभएको हकमा सुपरिवेक्षकले अभिलेख राख्ने,

ग) खोकी तथा श्वासप्रश्वास सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरूलाई काममा नलगाउने र आवश्यक निदान, उपचार वा आरामको व्यवस्था मिलाउने,

घ) खानपानको व्यवस्थापनमा विशेष सावधानी अपनाउने र प्रयोग गरिएका भाडाहरू राम्रोसँग सफा गर्ने र सुकेपछि मात्रै पुनः प्रयोग गर्ने,

ङ) स्नानघर/शौचालयलाई दैनिक कम्तिमा २ पटक नियमित रूपमा सफा गर्ने,

च) हात धुने बेसिनहरु संक्रमणको श्रोत हुनसक्ने भएको हुँदा दाँत माझ्ने ब्रस लगायतका समानहरू बेसिनमा राख्न निरुत्साहित गर्ने,

छ) धेरै प्रयोग हुने चीजहरू (जस्तै ढोका, मेसिनका ह्यान्डल, टेबल तथा अन्य सामग्रीहरू) डिसइन्फेक्टेन्ट प्रयोग गरी नियमित सफा गर्ने,

ज) हात धुने साबुन र पानीको पर्याप्त व्यवस्था गर्नु पर्ने,

झ) कुनै स्वास्थ्य समस्या देखिएमा चिकित्सकहरूबाट नियमित स्वास्थ्य जाँच गराउनु पर्ने,

ञ) होटल, रेष्टुरेन्ट तथा क्यान्टीनले माथि उल्लिखित प्रावधानहरूका अतिरिक्त निम्नानुसारका मापदण्डहरू समेत अनिवार्यरूपमा पालना गर्नेः

- उच्च जोखिमयुक्त क्षेत्रहरूका रेष्टुरेन्ट तथा क्यान्टीनले खाना प्याकिङ गरी लैजान सम्मको व्यवस्था गर्ने,
- कम जोखिमयुक्त क्षेत्रहरूमा एक सीट अर्को भन्दा २ मिटरको दूरीमा रहने गरी बस्ने खाने व्यवस्था मिलाउने,
- होटल तथा रेस्टुरेन्टले तोकिएको भौतिक दूरी र अन्य मापदण्ड कायम हुने गरी मात्र ग्राहकहरूलाई सेवा दिने,
- खाना पकाउने भान्सामा समेत भीडभाड नहुने र २ मिटरको दूरी कायम हुने व्यवस्था मिलाउने,
- एक व्यक्तिले प्रयोग गरेको भाँडाकुँडा राम्रो सँग साबुनपानिले धोई सुकाई मात्रै प्रयोगमा ल्याउने,
- होटलमा रूम शेयर गर्दा श्रीमान श्रीमती र परिवारका एकदमै निकट व्यक्ति बाहेक अन्यलाई शेयर गर्न नदिने व्यवस्था मिलाउने ।

अन्य:

क) अत्यावश्यक सेवा प्रदान गर्नु पर्ने कार्यालयहरू लगायत अन्य क्षेत्रमा हुने कार्य निरन्तरताका लागि सकेसम्म भर्चुअल प्लाटफर्म प्रयोग गर्ने,

ख) व्यक्तिहरूको शरीरलाई छोएर सेवा दिनु पर्ने (जस्तै: स्वास्थ्य सेवा दन्त सेवा समेत, ब्युटी पार्लर, कपाल काट्ने) अवस्थामा सेवा प्रदायकले अनिवार्यरूपमा मास्क, पञ्जा लगाउने र साबुन पानीले हात धुने व्यवस्था मिलाउने,

ग) स्वास्थ्य कर्मीले सामान्य सेवा दिँदा मेडिकल मास्कको प्रयोग गर्ने र मुख वा घाँटीको परीक्षण गर्दा N95 मास्क प्रयोग गर्ने,

घ) सेवाग्राहीको व्यक्तिगत विवरण पुरै खुल्ने गरी (मोवाइल नम्बर वा फोन नं समेत) दैनिक अभिलेख राख्ने,

ङ) सार्वजनिक यातायात संचालन गर्ने अवस्थामा एक पंक्तिको सीटमा एकजना क्रस गरेर बस्ने व्यवस्था मिलाउने, स्यानिटाइजरको व्यवस्था गर्ने र सबैले मास्क प्रयोग गर्ने।

विविधः

क)	यस मापदण्ड अधीनमा रही विषयगत मन्त्रालयहरूले सेवा र कार्यको स्वास्थ्य सुरक्षा प्रोटोकल बनाई आफ्नो सेवा र कार्य संचालन गर्ने,

ख)	एक जिल्लामा संक्रमित (active case) को संख्या ५० जना भएसम्म यस मापदण्डमा उल्लेखित सुरक्षाका उपायहरू पालना गरि पेशा व्यवसाय संचालन गर्ने; ५१ देखि २०० जना सम्म संक्रमित (active case) को संख्या भएसम्म यस मापदण्डमा उल्लेखित सुरक्षाका उपायहरू अवलम्बन गरी तोकिएको समय र कार्य अवधि भित्र मात्र पेशा व्यवसाय संचालन गर्ने र २०० जना भन्दा बढी संक्रमित (active case) को संख्या भएमा पूर्ण बन्दा बन्दी गर्ने,

ग)	खण्ड (ख) बमोजिमको व्यवस्थामा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको इन्सीडेन्ट कमाण्ड सिस्टमको सिफारिसमा मात्र थपघट तथा परिवर्तन गर्ने,

घ)	यस मापदण्डको उलंघन गरेमा संक्रामक रोग ऐन, २०२० र जनस्वास्थ्य सेवा ऐन, २०७५ बमोजिम सजाय हुने,

ङ)	यस मापदण्डको सम्बन्धमा कुनै दुबिधा भएमा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले व्याख्या गर्नेछ ।