कार्यालय–महानिदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, उत्तराखण्ड
डाण्डा लखौण्ड, पो0ओ0 गुजराड़ा, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून।
उत्तराखण्ड सरकार ई–मेल dghealth.uttarakhand@gmail.com, दूरभाष: 0135–2608763, फैक्स: 0135–2608746

पत्रांक:–पी0ओ0–डी0जी0एम0एच0/2025/277 देहरादून, दिनांक, 06 जनवरी, 2025

सेवा में,

1. निदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण, गढ़वाल/कुमाऊँ मण्डल, पौड़ी/नैनीताल।
2. समस्त जिलाधिकारी, उत्तराखण्ड।
3. समस्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी, उत्तराखण्ड ।

विषय : सीजनल इन्फ्लुएन्जा, ह्यूमन मेटान्यूमो वायरस (HMPV) आदि श्वसन तंत्र सम्बन्धित रोगों से बचाव एवं रोकथाम के सम्बन्ध में।

महोदय/महोदया,

अवगत कराना है कि वर्तमान में ह्यूमन मेटान्यूमो वायरस (HMPV) श्वसन तंत्र रोग वैश्विक रूप से प्रसारित हो रहा है, जो कि अन्य श्वसन तंत्र रोगों के समान ही सामान्य सर्दी–जुकाम एवं फ्लू जैसे लक्षणों के साथ सर्दी के मौसम में परिलक्षित होता है। वर्तमान तक उत्तराखण्ड राज्य में किसी भी रोगी में ह्यूमन मेटान्यूमो वायरस (HMPV) की पुष्टि नहीं हुई है। शीत ऋतु में विभिन्न श्वसन तंत्र सम्बन्धित रोगों यथा सीजनल इन्फ्लूएंजा (H1N1,H3N2) एवं InfluenzalikeIllness (ILI) व Severe Acute Respiratory Illness (SARI) के प्रसारण की संभावना भी बढ जाती है। ह्यूमन मेटान्यूमो वायरस (HMPV) सामान्य सर्दी–जुकाम के लक्षणों के साथ ही आता है तथा 03 से 05 दिवसों के भीतर स्वतः ही ठीक हो जाता है, जिसको लेकर किसी भी प्रकार की भ्राँति एवं भय की आवश्यकता नहीं है। एहतियात के तौर पर ह्यूमन मेटान्यूमो वायरस (HMPV) समेत अन्य शीतकालीन सम्बन्धित समस्त श्वसन तंत्र रोगों से बचाव एवं रोकथाम हेतु निम्नलिखित दिशा–निर्देशों का अनुपालन किया जाना अनिवार्य है :–

1. सभी चिकित्सालयों में इन्फ्लूएंजा/निमोनिया रोगियो के उपचार हेतु पर्याप्त आईसोलेशन बेड/वार्ड, आक्सीजन बेड, आई0ई0सी0यू0 बेड, वेंटिलेटर आक्सीजन सिलेण्डर इत्यादि की व्यवस्था सुनिश्चित रखें।
2. समस्त चिकित्सालयों (मेडिकल कॉलेज/जिला/बेस/संयुक्त/सी0एच0सी0/पी0एच0सी0 स्तर तक) में आवश्यक औषिधियों एवं सामग्री (PPE, N-95 Mask,VTM vial) आदि की उपलब्धता तथा चिकित्सक, नर्सिंग स्टाफ की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित रखी जाये।
3. चिकित्सालय एवं समुदाय स्तर पर Influenza like Illness (ILI)/Severe Acute Respiratory Illness (SARI) के लक्षणों वाले रोगियों की सघन निगरानी की जाये। उक्त सभी रोगियों का विवरण अनिवार्य रूप से आई0डी0एस0पी0 के अन्तर्गत Integrated Health information Platform (IHIP) पोर्टल में प्रविष्टी की जाये।
4. समुदाय स्तर पर यदि किसी जगह ILI/SARI रोग की क्लस्टरिंग मिलती है तो उस स्थान पर जांच सुविधा की उपलब्धता एवं त्वरित नियंत्रण एवं रोकथाम कार्यवाही की जाये।
5. आई0डी0एस0पी0 कार्यक्रम के अन्तर्गत गठित रैपिड रेस्पान्स टीम द्वारा इन्फ्लूएंजा/निमोनिया रोग से होने वाली किसी भी असामान्य स्थिति की निरन्तर मॉनिटरिंग की जाये तथा नियन्त्रण हेतु त्वरित कार्यवाही की जाये।

6. इन्फ्लूएंजा/निमोनिया सम्बन्धित रोगो के संचरण से बचाव हेतु आम जनमानस में जागरूकता हेतु विभिन्न माध्यमों से व्यापक प्रचार–प्रसार किया जाये:–

क्या करें	क्या न करें
• बच्चों एवं बुजर्गों तथा किसी अन्य गम्भीर रोग से ग्रसित लोगो में विशेष सावधानी बरती जाये। • छींकते या खांसते समय नाक और मुंह को ढकने के लिए रूमाल/टिश्यू का इस्तेमाल करें। • भीड़–भाड़ वाले स्थानों पर जाने से बचें। • साबुन पानी से हाथों को स्वच्छ रखें। • अधिक मात्रा में पानी/तरल पदार्थों का सेवन करें तथा पौष्टिक आहार लें। • सर्दी, जुकाम, बुखार आदि के लक्षण होने पर चिकित्सकीय परामर्श लें तथा चिकित्सकीय परामर्श पर ही औषधि का सेवन करें। • लक्षण होने पर स्वस्थ लोगों से दूरी बनाकर रखें।	• इस्तेमाल किये गये टिश्यू पेपर/रूमाल का पुनः उपयोग न करें। • हाथ मिलाने से परहेज करें। • लक्षण ग्रसित लोगों से नजदीकी सम्पर्क से बचें। • बिना चिकित्सीय परामर्श के औषधि का इस्तेमाल न करें। • बार–बार आँख, नाक व मूँह को छूने से बचें। • सार्वजनिक स्थानों पर थूकने से परहेज करें।

(सुनीता टम्टा)
प्रभारी महानिदेशक।

पृ०सं०: पी०ओ०–डी०जी०एम०एच० / 2025 / 277 तद्दिनाँकित।

प्रतिलिपि निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित :–

1. प्रमुख वरिष्ठ निज़ी सचिव, मा० स्वास्थ्य मंत्री जी, उत्तराखण्ड शासन को मा० स्वास्थ्य मंत्री जी के संज्ञानार्थ।
2. सचिव, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं चिकित्सा शिक्षा, उत्तराखण्ड शासन।
3. मिशन निदेशक, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, उत्तराखण्ड।
4. निदेशक, चिकित्सा शिक्षा, उत्तराखण्ड को इस अनुरोध के साथ कि राजकीय मेडिकल कॉलेजों में उक्त दिशा–निर्देशों का अनुपालन करवाने का कष्ट करें।
5. सहायक निदेशक, आई०डी०एस०पी०, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, उत्तराखण्ड, देहरादून।
6. समस्त जिला सर्विलांस अधिकारी, उत्तराखण्ड उपरोक्तानुसार आवश्यक कार्यवाही करते हुये दैनिक रिपोर्ट प्रेषित करना सुनिश्चित करें।

(सुनीता टम्टा)
प्रभारी महानिदेशक।