जेठ २०७८

मू ल यो ज ना
कोभिड–१९ प्रतिकार्यका लागि
संस्थागत आइसोलेशन

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

उद्देश्य अति गम्भीर बिरामीहरुमात्र अस्पताल पुग्नु पर्ने स्थितिको सिर्जना गरि स्वास्थ्य प्रणालीमा परेको चाप घटाउने।

८०% कोभिड –१९ का केसहरुको व्यवस्थापन व्यक्तिगत रुपमा घरैमा वा संस्थागत आइसोलेशनमा गर्न सकिन्छ। तर बिरामी र परिवारले निम्न कुराहरुमा ध्यान पुर्याउनु जरूरी हुन्छ। तर, यस किसिमको व्यवस्थापनका लागि हरेक तहमा केहि कुराहरुमा ध्यान पुर्याउनु आवश्यक हुन्छ। यसका लागि जनचेतना तथा व्यवस्थापन प्रणालीमा प्रक्रियाहरुको पूर्ण पालना अनिवार्य सर्त हुन्।

१ घरैमा/स्व-आइसोलेशन

सामान्य कोभिड केस
आ–आफ्नो बासस्थानमा परिवार, समुदाय र आवश्यक परेमा स्थानीय वडाको सहयोगसहित आइसोलेशनमा बस्नुपर्ने

सम्भव नभएको खण्डमा दोस्रो तहको आइसोलेशनमा बस्न सकिने (हेर्नुहोस् तह २)

सूचकहरु

६ दिन भन्दा कम ज्वरो
सास फेर्न समस्या नदेखिएको
श्वासप्रश्वास को दर प्रतिमिनेट भन्दा कम रहेको

SpO2 (अक्सिजन को मात्रा) ९३% भन्दा बढी

अक्सिजन ✗

२ संस्थागत आइसोलेशन

सामान्य कोभिड केस

घरमा आइसोलेशन सम्भव नहुने बिरामीहरुका लागि होटल, पार्टी प्यालेस वा अन्य खुला स्थानमा स्थानीय श्रोत र पहलमा संचालित आइसोलेशन केन्द्रहरु आवश्यकता अनुसार चिकित्सकीय परामर्श र सहयोगको व्यवस्थापन गर्न सकिने

सामान्यबाट मध्यम केस पुगेको अवस्थामा चाप व्यवस्थापन केन्द्रमा लैजान सकिने

६ दिन भन्दा कम ज्वरो
सास फेर्न समस्या नदेखिएको

श्वासप्रश्वास को दर प्रतिमिनेट भन्दा कम रहेको
SpO2 (अक्सिजन को मात्रा) ९३% भन्दा बढी

✗

३. चाप व्यवस्थापन केन्द्र

मध्यम कोभिड केस

तालिमप्राप्त चिकित्सा टोलीको उपस्थिति सहित अस्पतालको रोहवरमा रही वा पुरक संरचनाका रुपमा काम गर्नेगरी निर्मित केन्द्रहरु

गम्भीर स्वास्थ्य समस्या आएको खण्डमा तुरुन्त अस्पताल लैजान सकिने

अक्सिजनको मात्रा लगातार ९३% भन्दा कम रहेमा

सास फेर्न समस्या देखिएको

✓

४. कोभिड-विशेष अस्पताल

गम्भीर/ नाजुक कोभिड केसहरु

आइसोलेशन वा चाप व्यवस्थापन केन्द्रमा रहँदा लक्षण हरु गम्भीर हुदै गएका वा आकस्मिक र अत्यन्त नाजुक बिरामीहरुका लागि

अस्वभाविक सास बढ्ने, स्वाँ–स्वाँ हुने
श्वासप्रश्वासको डर ३०% भन्दा अधिक भएमा

अक्सिजनको मात्र ९०% वा बढी राख्न प्रतिमिनेट १०लि। भन्दा बढी अक्सिजन दिनुपरेमा

मानसिक बदलाव देखा परेमा
सिस्टोलिक प्रेसर ९०% वा त्यसभन्दा तल पुगेमा

लाक्षणिक क्षय (लक्षणहरु बिग्रिदा देखिएमा)
अन्य लक्षणहरु देखिएमा

✓

*प्रतिमिनेट ५ लि भन्दा बढी अक्सिजन चढाउनुपर्ने भएमा **गम्भीर कोभिड** भएको हुने

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा –
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। बिशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal

जेठ २०७८

मूल योजना

कोभिड-१९ प्रतिकार्यका लागि
घर आइसोलेशन

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

उद्देश्य
अति गम्भीर बिरामीहरुमात्र अस्पताल पुग्नु पर्ने स्थितिको सिर्जना गरि स्वास्थ्य प्रणालीमा परेको चाप घटाउने।

८०% कोभिड -१९ का केसहरुको व्यवस्थापन व्यक्तिगत रुपमा घरैमा वा संस्थागत आइसोलेशनमा गर्न सकिन्छ। तर बिरामी र परिवारले निम्न कुराहरुमा ध्यान पुर्‍याउनु जरूरी हुन्छ।

ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

१. **केस सामान्य छ** – सास फेर्नमा कुनै समस्या देखिएको छैन , ज्वरो आएको छ दिन काटिसकेको छैन र अक्सिजन को लेभल समेत् ९३% भन्दा नै छ भने, घरैमा आइसोलेशन बस्न सकिन्छ।

२. **बेग्लै कोठा –** सम्भव भएसम्म घरमै आइसोलेशनमा बस्दा, बेग्लै कोठाको प्रयोग गर्नुपर्छ।

३. **सहयोग** – परिवार, साथीभाई, होटेलमा बसेको खण्डमा होटेल स्टाफ आदि सँग आवश्यक सामाग्रीहरु जस्तै – खानेकुरा, सरसफाइका सामान र औषधीहरु उपलब्ध गराउन सहयोग सकिन्छ।

४. **आवश्यक सामग्री र औषधी** – तपाईंसँग एउटा थर्मोमिटर,एउटा पल्स अक्सिमिटर र अन्य आवश्यक औषधी र पेन किलरहरु हुनुपर्छ।

५. **सम्पर्क –** परिवार, साथीभाई वा बाहिरका अन्य व्यक्ति हरुसँग सम्पर्क गर्न सक्ने हुनुपर्छ। यसका लागि एउटा चार्ज्ड मोबाइल फोन आफूसँग राख्न सकिन्छ।

उचित अभ्यास

नियमित जाँच
श्वासप्रश्वास मा गाह्रो भए/नभएको विचार गर्ने, अक्सिमिटर भएको खण्डमा दिनको दुइ पटकसम्म अक्सिजन को मात्रा जाँच गर्ने। ज्वरो आए/नआएको जाँच गरि आएको भए तापक्रमको रेकर्ड राख्ने।

खानपीन
उच्च मात्रामा झोलिलो खानेकुरा र तरल पदार्थको सेवन गरौँ। रोगलाई जित्न उचित खानपान अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ।

व्यायाम
नियमित रुपमा हल्का व्यायाम गर्नाले शरीरलाई स्फुर्त राख्न र एकान्तवासको निरसतालाई कम गर्न सहयोग पुग्छ।

चिन्ता नलिने
चिन्ता गर्नाले शरीरमा अक्सिजनको खपत बढ्दछ। चिन्ता लिएर बस्नुको बस्नुको साटो लेखपढ गर्ने, साथीभाई सँग कुराकानी गर्ने वाकोठामै बसेर केहि नयाँ सीप सिक्न सकिन्छ।

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा –
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। विशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal

जेठ २०७८

मूल योजना

कोभिड-१९ प्रतिकार्यका लागि
संस्थागत आइसोलेशन

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

उद्देश्य
अति गम्भीर बिरामीहरुमात्र अस्पताल पुग्नु पर्ने स्थितिको सिर्जना गरि स्वास्थ्य प्रणालीमा परेको चाप घटाउने।

८०% कोभिड -१९ का केसहरुको व्यवस्थापन व्यक्तिगत रुपमा घरैमा वा संस्थागत आइसोलेशनमा गर्न सकिन्छ। तर बिरामी र परिवारले निम्न कुराहरुमा ध्यान पुर्याउनु जरूरी हुन्छ।

ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

१. **केस सामान्य छ** – सास फेर्नमा कुनै समस्या देखिएको छैन , ज्वरो आएको छ दिन काटिसकेको छैन र अक्सिजन को लेभल समेत् ९३% भन्दा नै छ भने, घरैमा आइसोलेशन बस्न सकिन्छ।

२. **बेग्लै कोठा** – सम्भव भएसम्म संस्थागत /सामूदायिक आइसोलेशनमा बस्दा एक व्यक्तिका लागि बेग्लै कोठाको प्रयोग गर्नुपर्छ। होटलहरु यसक निम्ति उपयुक्त हुन सक्छन्।

३. **सहायता तथा मानवश्रोत** – आइसोलेशन मा आवश्यक पर्ने जनशक्ति र सामग्रीका लागि समुदाय आफैंले वा वडा कार्यालयहरुको मदत लिन सकिन्छ।

४. **आवश्यक सामग्री र औषधी** – आइसोलेशन मा रहने बिरामीका लागि थर्मोमिटर, पल्स अक्सिमिटर र अन्य आवश्यक औषधी र पेन किलरहरुको व्यवस्था भएको हुनुपर्छ।

५. **समन्वय** – परामर्शका साथै कुनै पनि बिरामी सामान्यबाट मध्यम अवस्थामा पुगेमा तुरुन्त स्थानान्तरण गर्न सक्नेगरी यस्ता आइसोलेशन केन्द्रहरुको सिधा सम्पर्क चाप व्यवस्थापन केन्द्र वा अस्पतालहरु सँग हुनु अत्यावश्यक छ

महत्वपुर्ण

संस्थागत आइसोलेशन कसका लागि? ठुलो परिवारका कोभिड-१९ को सङ्क्रमण देखिएका सदस्य, संक्रमणको जोखिममा रहेका अग्रपंक्तिमा खटिने चिकित्सा र अन्य क्षेत्रका कर्मचारी, वा घरमा आइसोलेशन गर्न सम्भव नहुने व्यक्तिहरुका लागि।

अक्सिजन उपलब्ध नहुने– यस्ता संरचनाहरुमा अक्सिजनको उपलब्धता हुने छैन। यसबाहेक सामान्य औषधी, खाना र स्थानको भने उपलब्ध गराउनुपर्नेछ।

चिकित्सा टोलि को अनुपस्थितिमा **भर्चुअल परामर्श** को व्यवस्था गर्नुपर्नेछ। सामान्य बाट मध्यम अवस्थामा पुगेका बिरामीलाई तुरुन्त चाप व्यवस्थापन केन्द्र वा अस्पताल लैजाने व्यवस्था समेत मिलाउनु पर्नेछ ।

आर्थिक श्रोत : खाना,सरसफाई र कर्मचारी/स्वयंसेवक को व्यवस्थापन गर्नका लागि श्रोतको पहिचान र सुनिश्चितता आवश्यक छ।

अब के गर्ने ?

http://bit.ly/IsolationCenterGuide

निर्देशनात्मक वर्कसिट –
आवश्यक सामग्रीको लिस्टसहितको उपलब्ध वर्कसिट डाउनलोड गरि टिम छलफल मार्फत आवश्यक तयारी गर्नुहोस्।

न्युनतम मापदण्ड पुरा गर्न सक्ने निश्चित गर्नुहोस् – यस प्रारूप पत्र पढिसकेपछि न्युनतम मापदण्ड पुरा गर्न सक्ने निश्चित गरि आवश्यक योजनाका लागि सहयोग पुर्याउने माथि उपलब्ध एक्सेल फाइल डाउनलोड गर्नुहोस्।

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा –
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। बिशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal

जेठ २०७८

मूल योजना

कोभिड-१९ प्रतिकार्यका लागि
चाप व्यवस्थापन केन्द्र

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

यो प्रारूप आइसोलेशन वा चाप व्यवस्थापन केन्द्रहरुको संचालन का लागि सुरुवाती बिन्दु मात्र हो। यस प्रारुपले आ-आफ्नो स्थानीय तह र समुदायमा यी केन्द्रहरुको संचालनका लागि आवश्यक न्युनतम मापदण्ड र साधनश्रोत बारे जानकारी दिने प्रयास गर्दछ।

आइसोलेशन र चाप व्यवस्थापन केन्द्रहरु आफैमा पूर्ण क्षमताका अस्पताल नभएतापनि बिरामीको प्रभावकारी व्यवस्थापन र एकरूपताका लागि निम्न मापदण्ड पालना गर्नुपर्नेछ :

ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

१. **निर्देशिका र मापदण्ड** - प्रवेश-भर्ना , उपचार, डिस्चार्ज आदि सँग सम्बन्धित प्रष्ट मापदण्ड हुनुपर्ने

२. **समन्वय-** गम्भीर प्रकृतिका बिरामीको उचित स्थानान्तरंण र आवश्यक बेड/ उपचार संयन्त्रको सुनिश्चितताका लागि नजिकका **कोभिड अस्पताल**हरुसँग समन्वय भएको हुनुपर्ने

३. **जनशक्ति**- २४ घन्टा उपलब्ध हुनेगरी पूर्ण वा आंशिक रुपमा प्रशिक्षित चिकित्सक टोलि (विभिन्न सिफ्टमा) खटाइएको हुनुपर्ने

४. **साधनश्रोत** - आवश्यक वेड, उपचार सामग्री, औषधी, आपतकालीन सवारी साधन,खाद्यसामग्री आदिको व्यवस्थापन भएको हुनुपर्ने

५. **आर्थिक श्रोत :** खाना,सरसफाई र कर्मचारी/स्वयंसेवक को व्यवस्थापन गर्नका लागि आर्थिक श्रोतको पहिचान र सुनिश्चितता भएको हुनुपर्ने

६. **परामर्श** - डिस्चार्ज अघि वा केन्द्रमा रहँदासमेत चिकित्सक मार्फत नियमित परामर्शको व्यवस्था गर्नुपर्ने

७. **अभिलेख** - सम्पर्क विवरण दैनिक स्वास्थ्य विवरण आदिको अभिलेख राख्नुपर्ने

अब के गर्ने?

http://bit.ly/SurgeCenterGuide

निर्देशनात्मक वर्कसिट -
आवश्यक सामग्रीको लिस्टसहितको उपलब्ध वर्कसिट डाउनलोड गरि टिम छलफल मार्फत आवश्यक तयारी गर्नुहोस्।

न्युनतम मापदण्ड पुरा गर्न सक्ने निश्चित गर्नुहोस् - यस प्रारूप पत्र पढिसकेपछि न्युनतम मापदण्ड पुरा गर्न सक्ने निश्चित गरि आवश्यक योजनाका लागि सहयोग पुर्याउने माथि उपलब्ध एक्सेल फाइल डाउनलोड गर्नुहोस्।

योजना र बजेट: यस प्रारुपका आधारमा आफ्नो सामुदायिक केन्द्रका लागि चाहिने आवश्यक साधनश्रोत तथा बजेटको योजना बनाउन सकिनेछ।

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा -
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। बिशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal

जेठ २०७८

मू ल यो ज ना
कोभिड-१९ प्रतिकार्यका लागि
चाप व्यवस्थापन केन्द्र

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

उद्देश्य
अति गम्भीर बिरामीहरुमात्र अस्पताल पुग्नु पर्ने स्थितिको सिर्जना गरि स्वास्थ्य प्रणालीमा परेको चाप घटाउने।

आइसोलेशन र चाप व्यवस्थापन केन्द्रहरु आफैमा पूर्ण क्षमताका अस्पताल नभएतापनि बिरामीको प्रभावकारी व्यवस्थापन र एकरूपताका लागि निम्न मापदण्ड पालना गर्नुपर्नेछ :

प्रवेश वर्जना /बहिष्करणका मापदण्ड
- प्रति मिनेट 5ल भन्दा बढी अक्सिजन चाहिने देखिएमा
- मेडिकल अफिसरको मुल्यांकनमा उच्च जोखिममा रहेका बिरामी
- गर्भावस्थाको दोस्रो वा तेस्रो त्रैमासिकमा रहेका गर्भवतीहरु

प्रवेश मापदण्ड
- प्रतिमिनेट 5लि भन्दा कम अक्सिजन चाहिने बिरामीहरु
- स्थलगत वा भर्चुअल मूल्यांकनमा अन्य जोखिममा नरहेका व्यक्तिहरु
- आफ्नो लागि आफैँले वा घरैबाट औषधीको प्रबन्ध गर्नसक्ने प्रत्याभूति, र,
- भर्ना हुन वा गर्न आउने पक्ष अथवा परिवारको मन्जुरीनामा

कोभिड-१९
चाप व्यवस्थापन केन्द्र

कोभिड अस्पताल लैजानु पर्ने अवस्था सम्बन्धी मापदण्ड

तल उल्लिखित कुनै पनि लक्षण देखिई श्वासप्रश्वास प्रक्रियामा गम्भीर क्षयीकरण हुदै गएमा:
१. Requiring > 5 L/m of supplemental O2* प्रतिमिनेट दश लि भन्दा बढी अक्सिजन दिनुपर्ने अवस्था
२. हरेक एक घन्टामा अक्सिजन आवश्यकता प्रतिमिनेट ३लि को दरले वृद्धि भएको पाइएमा
३. थकान र स्वाँ-स्वाँसहित श्वासप्रश्वासमा लगातार समस्या देखिएमा
४. पटकसम्म वाकवाकीको उपचार भैसक्दा समेत वाकवाकी नरोकिइ मुखमार्फत खान नसकेको अवस्थामा
५. Pulmonary Embolism, छाती दुख्ने, स्ट्रोक, शक (ब्लड प्रेसर ९० भन्दा तल झरेमा) वा अन्य Clinial Concerns देखिएमा
६. मानसिक अवस्थामा क्षयीकरण देखिएमा

- शरीरमा ९०% माथि अक्सिजन कायम राख्न प्रतिमिनेट ५लि. भन्दा बढी अक्सिजनको आवश्यकता हुने केसलाई गम्भीर कोभिड मानी अस्पताल स्थानान्तरण गर्नुपर्छ --

डिस्चार्ज मापदण्ड
- शरीरमा अक्सिजन को मात्रा ९३% भन्दा माथि रही पछिल्लो २४ घण्टामा अक्सिजन सहायता नचाहिएमा
- शरीरमा अक्सिजन को मात्रा ९३% भन्दा माथि रही प अक्सिजन सहायताबिना हिड्डुल गर्न सक्ने भएमा
- शारीरिक र चिकित्सकीय जाँच गर्दा उल्लेख्य सुधार देखिएमा
- डिस्चार्ज का लागि नेगेटिभ टेस्ट नतिजा नचाहिने
- डिस्चार्ज प्रक्रिया र निर्णय मेडिकल अफिसर वा नर्सको हुने

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा -
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। बिशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal

मू ल यो ज ना
कोभिड-१९ प्रतिकार्यका लागि
चाप व्यवस्थापन केन्द्र

Covid Alliance for Nepal का लागि चिकित्सा तथा गैर-चिकित्सा क्षेत्रका स्वयंसेवकहरुको सहयोगमा तयार पारिएको।

१. निर्देशिका र मापदण्ड

आइसोलेशन र चाप व्यवस्थापन केन्द्रहरु आफैमा पूर्ण क्षमताका अस्पताल नभएतापनि बिरामीको प्रभावकारी व्यवस्थापन र एकरूपताका लागि निम्न मापदण्ड पालना गर्नुपर्नेछ :

औषधी सम्बन्धी मापदण्ड

सबै बिरामीका लागि (दैनिक मात्रा सहित)

- पारासिटामोल ५००mg (वा Ibuprofen ८०० mg) (६-६ घण्टामा)
- भिटामिन डी (१००० IU)
- जिन्क चक्की (४० mg)
- भिटामिन सी (१ Tab) (दिनको १ पटक)
- रगत जम्न रोक्ने औषधी (Anticoagulants) Enoxaparin, Unfractionated Heparin,etc) (पूर्व स्वास्थ्य समस्याका कारण प्रयोग गर्न नमिल्ने भएबाहेक अवस्थामा)
- अक्सिजन ९३% भन्दा कम भएमा Inhaled steroid - Budesonide 800mcg BD (लक्षण कम भएपछी बन्द गर्ने गरि)

अतिरिक्त अक्सिजन दिनुपर्ने बिरामीका लागि थप:

Dexamethasone (मुख वा नशामार्फत)- ६ mg (वा उपलब्ध नभएमा ८ mg दिन सकिने) दिनको एकपटक, दश दिनसम्म;

अथवा ,
Dexamethasone उपलब्ध नभएमा :
- Prednisone ४० mg दैनिक (मुख मार्फत)
- Methylprednisolone 32 mg दैनिक (नशा मार्फत)

स्थानान्तरणको मापदण्ड

- स्थानान्तरंको आवश्यकता महशुस हुने बितिक्कै हटलाइनमार्फत फोकलपर्सन सँग सम्पर्कमा रहनुपर्ने
- बिरामीलाई रिजर्व मास्क (१५लि/प्रतिमिनेट)मा लगाइदिइ एम्बुलेन्समार्फत अस्पताल लैजान तयारी अवस्थामा राख्नुपर्ने
- गम्भीर भएका बिरामीलाई **Proning (घोप्टो परेर सुताउने)** बिधिमा राख्ने, वा अधिक क्षयीकरणका लक्षण देखिए **Bag Valve Mask (BVM)** को प्रयोग गरि अक्सिजन दिने।

  (**नोट:** आइसोलेशन केन्द्रमा Intubation वा अन्य Clinical Procedure सन्चालन नगर्ने)

ज्वरोको उपचार सम्बन्धी मापदण्ड

पहिलो क्रममा
- -Paracetamol Oral 500 mg (हरेक ६ घन्टामा) (दिनको अधिकतम 4000 mg सम्म)
- Ibuprofen Oral 800 mg (हरेक ६ घन्टामा)

ज्वरो नघटेमा:

- Paracetamol 500 mg, को चार घन्टामा Ibuprofen 600 र फेरी चार घन्टामा Paracetamol 500 mg, etc.

*****२४ घन्टाको समयावधिभित्र ४००० mg भन्दा बढी पारासिटामोल दिन नहुने *****

आवश्यक उपचार र परामर्श सम्बन्धी मापदण्ड

- दैनिक दुइपटक सम्म Respiratory therapy 2 times a day, र प्रत्येक २ घन्टामा Incentive Spirometry (नर्सको उपस्थिति र निर्देशनमा)
- दैनिक **Proning (बिरामीलाई घोप्टो परेर सुताउने)**
- डिस्चार्ज हुनुअघि फिजिओथेरापिस्टको भर्चुअल वा भौतिक उपस्थितिमा Physical Therapy
- केन्द्रमा रहँदा मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी
- परामर्श (कम्तिमा एकपटक) र डिस्चार्ज हुनुपुर्व डिस्चार्ज योजनाबारे परामर्श दिनुपर्ने
- मेडिकल अफिसरले परिवारका सदस्यलाई बिरामीको अवस्थाबारे नियमित जानकारी दिनुपर्ने

दैनिक अभिलेख सम्बन्धी मापदण्ड

- भर्ना हुन आउने हरेक बिरामीको मेडिकल हिस्ट्री र शारीरिक जांच को रिपोर्ट (मेडिकल अफिसरले लेख्नुपर्ने)
- हरेक बिरामीको दैनिक प्रगति विवरण (SOAP रिपोट) (मेडिकल अफिसरले लेख्नुपर्ने)
- दैनिक Vital Signs को विवरण (नर्सिङ कर्मचारीले राख्नुपर्ने)
- स्थानान्तरण वा डिस्चार्जका लागि आवश्यक पत्र (बिरामीको उपचार, मुल्यांकन र उपचार योजना सहित मेडिकल अफिसर अथवा नर्सले भर्ना सक्ने)

अन्य सहायताका लागि

+९७७ ९८८००३५०००

मेडिकल सहयोगको आवश्यकता परेमा -
हाम्रो टिमसँग जोडिनुहोस्। बिशेषज्ञ डाक्टर र स्वयंसेवक साथीहरु यहाँहरुलाई परामर्श र सहयोग प्रदान गर्न तत्पर हुनुहुन्छ।

Covid Alliance for Nepal