

- ▼ संक्रमित व्यक्तिको संख्या, बिरामी बेडको उपयोग दर, साथै **बढ्दोक्रम नरोकिएको स्थिति जारीरहेको हुँदा** अनि, स्वास्थ्य क्षेत्रमा परेको चापको अवस्था पनि **सुधार तर्फ उन्मुख** हुदै गैरहेको कारण फेब्रुअरी 13 तारिक म्याद गरिएको 「**मियागी स्वास्थ्य क्षेत्रमा चापको कारण संकट घोषणा**」 को निर्धारित समय अनुसार **अन्त्य** गरिएको छ ।
- यधपी, **स्वास्थ्य क्षेत्रको बोझ कम गर्ने र संक्रमण नियन्त्रण** गर्नको लागि प्रयासलाई भने जारी राख्न आवश्यक पर्ने भएकाले, प्रान्तको नागरिकहरूमा अनुरोध गरिएको सामग्रीको **आंशिक भागलाई सहजता गरि जारी** राखिने छ ।

प्रयास चालिरहेको ओमिक्रोन भेरिएन्टबाट बच्ने उपाय



① खोप लगाउनको लागि गति बढाउने



② शैक्षिक सस्थांन, नर्सरी स्कुलहरूमा संक्रमण नियन्त्रण उपायहरूको पालना गर्ने



③ वृद्ध तथा अपाङ्गता आश्रममा संक्रमण नियन्त्रण गरि, व्यवसायकार्य लाई निरन्तरता दिने



④ अनलाइन बाट काम गर्ने आदि कार्यलाई थप रुपमा प्रोत्साहन गर्ने



स्वास्थ्य क्षेत्रमा पर्ने चापको कारण अझैसतर्क अपनाउन आवश्यक पर्ने

- चिकित्सा कार्य प्रणाली कायम राख्ने प्रयास जारी राख्न आवश्यक
- संक्रमण फैलावट रोकथामको प्रयासहरू पनि सैद्धान्तिक रूपमा जारी राखिने छ

मसामाजिक आर्थिक कार्य गतिविधिहरूमा सीमित प्रभाव

- ब्यबसाय निरन्तरता सुरक्षा प्रणाली वा अनलाइनबाट गरिने काम आदिको अनुरोधलाई सहजता

प्रान्तका नागरिकहरू आदिलाई गरिएको मुख्यत अनुरोध सामग्री (फेब्रुअरी 14)

चिकित्सा कार्य प्रणाली कायम राख्न

- ✓ परीक्षण किट बाट आफ्नै खर्चमा परिक्षण गर्ने कार्यको कार्यान्वयन (संक्रमण दर्ताको लक्षित समुह बाहिरका व्यक्ति)
- ✓ आकस्मिक बाहिरंग सेवा, एम्बुलेन्सको उचित प्रयोग

निरन्तरता

संक्रमणको फैलावट रोकथाम उपाय

- ✓ आधारभूत संक्रमण नियन्त्रण उपायहरूको पुन पालना गरौ (विशेष गरी यात्रा गर्दा आदि, डिनर वा पार्टीसमेत, मौसम अनुसारको कार्यक्रमहरू आदिमा पूर्णपालना)
- ✓ खोप लगाउन को लागि प्रोत्साहन
- ✓ यात्रा आदि गर्ने व्यक्तिको गतिविधि「परिस्थिति」अनुरूप परिक्षण गर्ने कार्य
- ✓ शरीरमा अफ्ठ्यारो महसुस हुदा बाहिर ननिस्कने
- ✓ संक्रमणको उच्च जोखिम भएका कार्य गतिविधिहरू कम गर्ने
- ✓ अनलाइन बाट गरिने काम आदि मानिसहरू सँग सम्पर्क हुने कार्य घटाउने

निरन्तरता

सहजता

ब्यबसाय निरन्तरता सुरक्षा प्रणाली

- ✓ व्यापार निरन्तरता योजना को निरीक्षण (प्रान्तका नागरिकहरू आदिको जीवनयापनका लागि आवश्यक गतिविधिहरू गर्ने निकायहरू)

सहजता

प्रान्तका नागरिकहरु लाई अनुरोधको बिबरण [प्रान्त भित्रका सम्पूर्ण क्षेत्र]

फेब्रुअरी 14 तारिक पछि

[चिकित्सा कार्य प्रणाली कायम राख्न]

- संक्रमण दर्ताको लक्षित समुह बाहिरका व्यक्ति, परीक्षण किट बाट आफ्नै खर्चमा परीक्षण गर्नुका साथै, कोरोना पोजेटिभ सपोर्ट सेन्टरको उपयोग गरौं
- चिकित्सा संस्थानहरुमा हुने अत्यधिक बोझ कम गर्नको लागि, आकस्मिक बाहिरंग सेवा साथै एम्बुलेन्सको उचित प्रयोग गरौं

[संक्रमण फैलावट रोकनको लागि उपायहरु]

- प्रभावकारी रुपमा कोठामा हावा परिचालन गर्ने, सर्जिकल मास्कको प्रयोग गर्ने, हात,नाडीको सरसफाई आदि प्रान्तका प्रत्येक नागरिकहरुले आधारभूत रुपमा संक्रमण नियन्त्रण उपायहरु पूर्ण रुपमा पालना गरौं
- नजिकै बाट गरिने कुराकानी आदिमा, परिस्थिति अनुसार सही ढंगले मास्क लगाउने गरौं
- संक्रमण पछिको लागि तयार गरि, ज्वरोको औषधि वा एन्टिजेन परीक्षण किट, खानेकुरा, दैनिक आवश्यकताका सामानहरु आदि तयारी अवस्थामा राखौं
- नियमित रुपमा आफ्नो स्वास्थ्य व्यवस्थापन गर्न प्रयास गर्नुका साथै, शरीर अस्वस्थ महसुस भएको खण्डमा, बाहिर घुमफिर गर्ने, काममा जाने, विद्यालय वा किन्डरगार्डेन जाने नगरौं
- आफू र आफ्नो परिवार आदिलाई बचाउनको लागि, संक्रमणको उच्च जोखिम हुने गतिविधिहरुबाट टाढा रहनुहोला
- सकेसम्म चाँडो ओमिक्रोन भेरिएन्टको लागि खोप लगाउने कार्य गरौं
- अभिभावकहरुले, जन्मिएको 6 महिना देखि 4 वर्षको बालबालिका, 5 देखि 11 वर्षको बालबालिकाहरुलाई खोप लगाउने बारेमा विचार गरौं
- रेस्टुरेन्टहरुको प्रयोग गर्दा, कोरोना मापन प्रमाणीकरण पसल[※]आदिको उपयुक्त संक्रमण नियन्त्रणका उपायहरु लागू गरिएको रेस्टुरेन्टहरु आदिको प्रयोग गर्ने, रेस्टुरेन्टहरुले लागू गरेका संक्रमण फैलावट रोकथामको उपायहरुको पालनामा पूर्णरुपमा सहयोग गरौं
- पार्टी तथा खानपिन गर्ने बेलामा, लामोसमयसम्म ठुलो स्वरमा होहल्ला, कुराकानी गर्दापनि राम्रोसँग मास्क लगाउने कार्यको पुर्णरुपमा पालना गर्ने आदि, [अरुमा सार्ने] [आफुमा सार्ने] कार्यलाई रोक्ने कोशिस गरौं
- यात्रा आदि, एक प्रिफेक्चरबाट अर्को प्रिफेक्चरहरुमा जाने आउने कार्य गर्दा, ठूला ठूला कार्यक्रममा सहभागी हुँदा, आधारभूत संक्रमण नियन्त्रणका उपायहरु राम्ररी लागू गर्नुका साथै, गन्तव्य स्थान प्रिफेक्चरहरुको कार्यक्रमहरुमा जाँदापनि आयोजक द्वारा लागू गरिएको संक्रमण नियन्त्रण उपायहरुको पालना गर्ने गरौं
- यदि संक्रमित व्यक्तिसँगको सम्पर्कमा आउनु भएको खण्डमा भने, चाँडै कोरोना परीक्षण गर्ने कार्य गरौं । देश भित्र फर्किएको भएमा वृद्धबृद्धाहरु वा अन्तर्निहित रोगहरु भएकाहरुलाई सम्पर्क गर्न पर्यो भने पहिले नै कोरोना परीक्षण गर्ने कार्य गरौं. वृद्धआश्रम आदि ठाउँको उपभोग गर्ने व्यक्तिहरुले, अस्थायी रुपमा घर फर्किदा जस्ता स्थितिमा निरीक्षणहरु सञ्चालन गर्ने कार्यहरु