# वी.यू. के माननीय कुलपति के द्वारा जनहित में जारी कोरोना वायरस (Covid19) के प्रकोप से स्वास्थ्य सुरक्षा

जबलपुर- नानाजी देशमुख पशु चिकित्सा विज्ञान वि.वि. जबलपुर के माननीय कुलाधिपति श्रीमान लाल जी टंडन, राज्यपाल मध्यप्रदेश शासन की अभिप्रेणना, आचार्य डॉ. एस.पी. तिवारी, कुलपति जी के मार्गदर्शन एवं डॉ. राजेश शर्मा अधिष्ठाता एवं वैज्ञानिकों के द्वारा जारी विज्ञप्ति के परिपेक्ष में सम्पूर्ण विश्व के अधिकाधिक देशों के साथ-साथ हमारा देश, प्रदेश व जिला भी कोरोना वायरस संक्रमण के प्रकोप से संघर्षरत है। कोरोना वायरस से उत्पन्न बीमारी "कोविड - 19" का अब तक कोई शार्तिया इलाज संभव नहीं है। इससे लड़ाई के हथियार या उपाय केवल बचाव ही हैं।

हमारे ये हथियार या उपाय निम्न हैं....

1. सोशल डिस्टेंसिंग,
2. बीमारी की दशा में चिकित्सक की सलाह एवं
3. साबुन से २० सेकेण्ड हाथ धोना या सैनीटाइजर से हाथ साफ करना दिन में कई बार।

सोशल डिस्टेंसिंग:

सोशल डिस्टेंसिंग का मतलब घर पर रहना और निम्नलिखित कार्य करना:-

1.एक रिश्तेदारों मित्रों परिजनों और सहकर्मियों इत्यादि से यथासंभव नहीं मिलना।

2.मिलना यदि अनिवार्य हो जाए तो मुलाकात के दौरान न्यूनतम डेढ़ मीटर की दूरी बनाए रखना।

3.अनावश्यक यात्राएं नहीं करना।

4.सामाजिक धार्मिक कार्यक्रमों में जहां लोगों का जमावड़ा हो शामिल नहीं होना।

5.पार्टी एवं समारोह का आयोजन न करना।

6.पार्टी या समारोह में शामिल न होना।

7.अनिवार्य स्थिति में ही बाजार जाना यथासंभव जाने से बचना।

बीमारी की दशा में चिकित्सक की सलाह:

यदि आप बीमार पड़ते हैं तो स्वयं इलाज ना करें अनिवार्य रूप से डॉक्टर से दूरभाष पर संपर्क कर उनकी सलाह के आधार पर अगली कार्यवाही करें। वे जिस प्रकार के परहेज और सावधानियां बताएं उनका अनुपालन करें।चिकित्सक की बताई दवाई खाएं।

Nanaji Deshmukh Veterinary Science University
नानाजी देशमुख पशु चिकित्सा विज्ञान विश्वविद्यालय
Administrative Building, Adhartal, Jabalpur - 482004 (M.P.)

Bharat Ratna
Rashtra-Rishi
Nanaji
Deshmukh

"कोरोना वायरस" से संक्रमित व्यक्ति जब खांसता या छींकता या बोलता है तब उसकी सांस के माध्यम से कोरोना वायरस बाहर आता है और कुछ देर हवा में रहने के बाद आसपास ठोस तलों एवं वस्तुओं पर जम जाता है,संक्रमित व्यक्ति के हाथ या जब हम किसी संक्रमित जगह या वस्तु को छूते हैं तब हम संक्रमित हो जाते है।संक्रमित जगहों या स्थलों पर उसका जीवन 3 घंटे से लेकर 3 दिन तक रह सकता है या उससे भी अधिक। जब हमारा संपर्क संक्रमित स्थलों या जगहों से होता है तब यह वायरस हमारे हाथ में लग जाता है और जब अपना हाथ अपने आंख, नाक या मुंह में लगाते हैं तब उससे हम भी संक्रमित हो जाते हैं।हमें यह नहीं मालूम कि कौन सा व्यक्ति संक्रमित है और कौन नहीं क्योंकि कोरोना वायरस से संक्रमित व्यक्ति में कई बार बीमारी का कोई भी लक्षण नहीं दिखता और सामान्यता चार-पांच दिन तक तो किसी भी व्यक्ति में बीमारी का लक्षण नहीं दिखता है अतः सुरक्षा की दृष्टि से यह आवश्यक है कि जब भी हम किसी सार्वजनिक स्थल के दरवाजों के हैंडल को या अधिकादिक उपयोग में आने वाली वस्तुओं को स्पर्श करें तब उसके तत्काल बाद ही अपने हाँथ को साबुन से 20 सेकंड तक धोयें। इसके अतिरिक्त लगभग हर 2 घंटे में साबुन या सैनिटाइजर से हाथ की सफाई करते रहें।

क्या हम सब मिलकर ऐसा वातावरण निर्मित करने का प्रण ले सकते हैं जिसमें लोगों को घर में रोकने के लिए पुलिस को कोई प्रयास ना करना पड़े, किसी प्रकार के बल का प्रयोग न करना पड़े और लोग स्वयं समझदार होकर घर पर रुकें।
एक प्राध्यापक व देश के जिम्मेदार नागरिक के रूप में हमारी सफलता उपर्युक्त सलाह को आत्मसात करने पर ही निर्भर है।