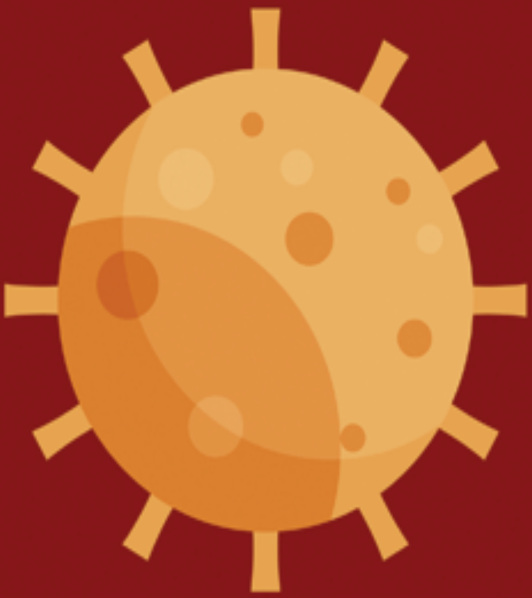
ଦି ହିନ୍ଦୁ

ସାର୍ବଦେଶିକ ମହାମାରୀ ସ୍ମରଣ ପୁସ୍ତିକା

କରୋନା ଭୂତାଣୁର ସାର୍ବଦେଶିକ ବିସ୍ତାର ଓ କୋଭିଡ୍-୧୯(COVID-19)ର ଆକ୍ରାନ୍ତରୁ
ରକ୍ଷାପାଇବା ପାଇଁ 'ଦି ହିନ୍ଦୁ' ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ପଥପ୍ରଦର୍ଶକ ପୁସ୍ତିକା



ଓଡ଼ିଆ ଅନୁବାଦ

ଡ. ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟୀ ପ୍ରଧାନ, ଏମ୍.ଏସ୍‌ସି., ପିଏଚ୍.ଡି

ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ (ପ୍ରାଣୀବିଜ୍ଞାନ)

କୁନ୍ତଳା କୁମାର ସାବତ ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ

ବାଲେଶ୍ୱର, ଓଡ଼ିଶା

ସଂପାଦନା

ଡା. ଚୌଧୁରୀ ସତ୍ୟବ୍ରତ ନନ୍ଦ

ଡି.ଏସ୍‌ସି, ଏମ୍.ଡି (ମେଡିସିନ୍), ଏମ୍.ବି.ବି.ଏସ୍

ଏଫ୍.ଏନ୍.ଇ.ଏ.

ଭେଷଜ ବିଶେଷଜ୍ଞ,

ଗୋପାଳଗାଁ, ବାଲେଶ୍ୱର

ସୂଚୀ:

ଉପକ୍ରମଣିକା	...	୦୧
କରୋନା ଭୂତାଣୁ କ'ଣ ?	...	୦୧
ସମୀପ ଦୃଷ୍ଟିରେ SARS-CoV-2	...	୦୨
ଉଚ୍ଚ ସଂକ୍ରମଣଶୀଳତା	...	୦୨
କେଣ୍ଡାର ଗଠନ	...	୦୨
ଜିନୀୟ ଅନୁକ୍ରମ	...	୦୨
ରୋଗ ସଂପର୍କିତ ଜ୍ଞାନ	...	୦୨
କିପରି ବ୍ୟାପେ ?	...	୦୨
କେଉଁମାନେ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ?	...	୦୩
ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ	...	୦୩
ଏହା କିପରି ନିର୍ଣ୍ଣୟ ହୁଏ ?	...	୦୩
ଚିକିତ୍ସା	...	୦୩
କୋଭିଡ୍-୧୯ ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ ଟୀକା ସମ୍ଭବ କି ?	...	୦୩
ନିଜକୁ କୋଭିଡ୍-୧୯ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିବାର ଉପାୟ	...	୦୩
କେତେକ ସାଧାରଣ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର .	...	୦୪

ଉପକ୍ରମଣିକା

୨୦୧୯, ଡିସେମ୍ବର ୩୧ ତାରିଖରେ ହୁବେଇ ପ୍ରଦେଶର ଉହାନ ସହରରେ ଏକ ଅଜ୍ଞାତ କାରଣରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ଏକପ୍ରକାର ଫୁସ୍‌ଫୁସୀୟ ପ୍ରଦାହ (ନିମୋନିଆ) ରୋଗରେ ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ବିଷୟରେ ଜଣା ପଡ଼ିବାରୁ ଚୀନ ସରକାର ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନକୁ ଜଣାଇଲେ। ଚୀନର ଗବେଷକମାନେ ଏହାକୁ ନୋଭେଲ କରୋନା ଭାଇରସ ବୋଲି ଚିହ୍ନଟ କରିବାରୁ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ୨୦୨୦ ମସିହା ଜାନୁଆରୀ ୯ ତାରିଖରେ ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ଏକ ବିବୃତି ଜାରି କଲେ।

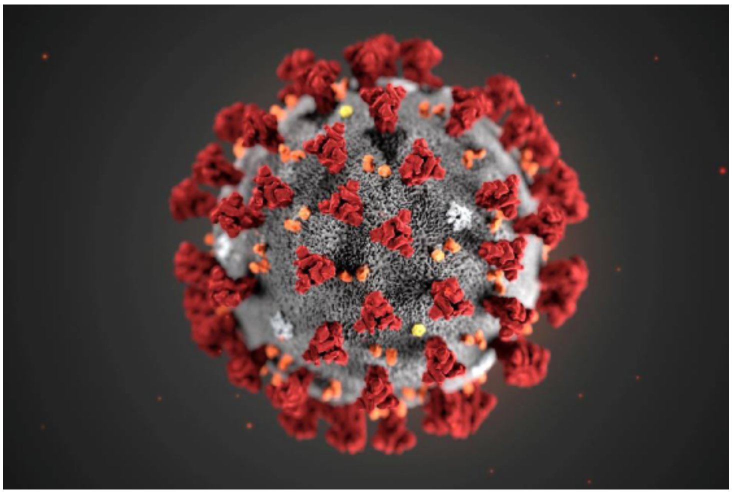
ତା'ପରଠାରୁ ୨୦୨୦ ମସିହା ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦ ମଧ୍ୟରେ ୬୦୦୦ ଲୋକ କୋଭିଡ୍-୧୯ ଦ୍ୱାରା ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥିବା କଥା ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି। ଭାରତ ସମେତ ୧୮୦ଟି ଦେଶ ଏହି ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି। ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ନିର୍ବାସନ, ସାନ୍ଧ୍ୟଆଇନ, ବିମାନବନ୍ଦରରେ ଯାଞ୍ଚ, ଆତ୍ମନିର୍ବାସନ ଓ ସାମାଜିକ ଦୂରତା ବଜାୟ ରଖିବା ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଏକ ରୀତିରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି। ଏହି ଘଡ଼ିସନ୍ଧି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ଯେ ଆଗକୁ ସଠିକ୍ ସୂଚନା ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା। ସମାଚାର ପତ୍ରିକା 'ହିନ୍ଦୁ' ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରୁ ନିଜର ପତ୍ରକାରିତାର ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାନ ବଜାୟ ରଖି ବିଜ୍ଞାନ ତଥା ନିରାପତ୍ତା ରକ୍ଷା କରି ଏହି ବିଶ୍ୱ ମହାମାରୀକୁ ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆଣିପାରିଛି। ଆମର ପାଠକପାଠିକାଙ୍କ ଉପକାର ନିମନ୍ତେ ଆମେ ଏହି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ମହାମାରୀର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁଖ୍ୟ ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଏକ ଇ-ବୁକ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶିତ କରିବାକୁ ଯାଉଛୁ। ଆମେ ଆଶା କରୁଛୁ ଯେ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନ ଯାପନ କରିବା ଏବଂ ଗୁଜବକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଏହା ଏକ ଉପାଦେୟ ପୁସ୍ତିକା ଭାବେ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବ।

କରୋନା ଭୂତାଣୁ କ'ଣ ?

'କରୋନା' ହେଉଛି ଭୂତାଣୁ ପରିବାରର ଏକ ବୃହତ୍ତର ଭୂତାଣୁ ଯାହାକି ସାମାନ୍ୟ ଥଣ୍ଡା, ସର୍ଦ୍ଦିଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅତି ମାରାତ୍ମକ ଶ୍ୱାସପ୍ରଦାହର ରୋଗ (SARS) ଏବଂ ମଧ୍ୟପ୍ରାଚ୍ୟ ଶ୍ୱାସପ୍ରଦାହ (MERS)ର ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। The SARS-CoV-2 ହେଉଛି ଏକ କରୋନା ଭୂତାଣୁ ଯାହାର ମାରାତ୍ମକ ଶ୍ୱାସପ୍ରଦାହ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣସମୂହ ସହ ସାମଞ୍ଜସ ରହିଛି।

ଅନେକ କରୋନା ଭୂତାଣୁ ପ୍ରାଣୀଜଗତକୁ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ ଓ ସେମାନଙ୍କଠାରୁ ମଣିଷ ଶରୀରକୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ। ଅନୁମାନ କରାଯାଏ, ପ୍ରାଣୀଜନିତ SARS କରୋନା ଭୂତାଣୁ ହୁଏତ ବାଦୁଡ଼ି ଓ ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବ। ୨୦୦୨ ମସିହାରେ ଦକ୍ଷିଣ ଚୀନର ଗୁଆଙ୍ଗଡଙ୍ଗ୍ ପ୍ରଦେଶର ପ୍ରଥମ ସଂକ୍ରମିତ ମନୁ୍ୟଷକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇଥିଲା। ୨୦୧୨ରେ ସାଉଦିଆରବରେ MERS କରୋନା ଭୂତାଣୁ ଓଟରୁ ମଣିଷକୁ ସଂକ୍ରମିତ ହେବାର ତଥ୍ୟ ରହିଛି। SARS-CoV-2 ଭୂତାଣୁ ବାଦୁଡ଼ିମାନଙ୍କ ଠାରୁ ସଂକ୍ରମିତ ହେବାର ପ୍ରମାଣ ରହିଛି।

ସମୀପ ଦୃଷ୍ଟିରେ SARS-CoV-2



ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କରୋନା ଭାଇରସ ପରି SARS-CoV-2 ଭୂତାଣୁ ହେଉଛି ବୃତ୍ତାକାର ଓ ସେଥିରେ ଛତୁ ଆକାରର ପୁଷ୍ଟିସାର ରହିଥାଏ, ଯାହାକି କେଣ୍ଡା (spike) ଭଳି ତା'ର ପୃଷ୍ଠରୁ ବାହାରି ଥାଏ ଏବଂ ଭୂତାଣୁଟି ଏକ ମୁକୁଟ ଭଳି ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୋଇଥାଏ। ଏହି କେଣ୍ଡାଗୁଡ଼ିକ ମଣିଷର କୋଷ ସହ ବାନ୍ଧିହୋଇ ସେଥିରେ ବିଲୀନ ହୋଇଯାଇ ଭୂତାଣୁକୁ ଶରୀର ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କରାଇଥାଏ। ଅଷ୍ଟିନର ଟେକ୍ସାସ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାର ଜାତୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ଗବେଷକମାନେ SARS-CoV-2 ଭୂତାଣୁ ପୁଷ୍ଟିସାରର ଏକ 3D ଅଣୁ ମାନଚିତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁଥିରେ ଉକ୍ତ ପୁଷ୍ଟିସାରଟି ମଣିଷର କୋଷକୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିବା ସଂପର୍କରେ ଜଣାଯାଏ। ଏହି ବିଶଦ ଜ୍ଞାନଦ୍ୱାରା ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଉନ୍ନତ ମାନର ରୋଗ ନିରୂପଣ କରିବା ସହ ପ୍ରତିଷେଧକ ଟୀକା ଓ ଭୂତାଣୁ ପ୍ରତିରୋଧକ ଔଷଧ ସୃଷ୍ଟି କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହେବେ।

ଗବେଷକମାନଙ୍କ ମତରେ ନୋଭେଲ କରୋନା ଭୂତାଣୁର କେଣ୍ଡା ପୁଷ୍ଟିସାର ସହ ବାଦୁଡ଼ି ସଂକ୍ରମିତ କରୋନା ଭୂତାଣୁର ଅନୁକ୍ରମ ଶତକଡ଼ା ୯୮ ଭାଗ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଗବେଷକମାନେ ଏହା ମଧ୍ୟ ସୂଚାଇଛନ୍ତି ଯେ କରୋନା SARS ଭାଇରସ ପରି SARS-CoV-2 ଯାହାକି କୋଭିଡ୍-୧୯ ରୋଗ କରିଥାଏ, ମଣିଷ କୋଷରେ ଥିବା ଗ୍ରାହୀ ଅଂଶ ଯାହା angiotensin କୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରୁଥିବା ଜୀବରସ ସହ ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ମଣିଷ ଶରୀରକୁ ପ୍ରବେଶ କରେ। ସାର୍ସ ଭୂତାଣୁଠାରୁ ନୋଭେଲ କରୋନା ଭୂତାଣୁ ମଣିଷର କୋଷକୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିବାରେ ୧୦-୨୦ ଭାଗ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ।

ଉଚ୍ଚ ସଂକ୍ରମଣଶୀଳତା

କୋଷ ସହ ନୋଭେଲ କରୋନା ଭୂତାଣୁର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବନ୍ଧନ ଯୋଗୁଁ ମଣିଷରୁ ମଣିଷକୁ ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ତୀବ୍ରତର ହୋଇଥାଏ। ଏହା ଉପରଲିଖିତ କୋଭିଡ୍-୧୯ର ମଣିଷ କୋଷରେ ଥିବା angiotensin କୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ କରୁଥିବା ଜୀବରସ ସଂପର୍କରେ ସୂଚନା ଦିଏ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ ମତ ଦେଇଛନ୍ତି।

ଯେହେତୁ କରୋନା SARS ଭାଇରସ SARS-CoV-2ର ଗଠନରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରହିଛି ଓ କୋଷର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗ୍ରାହୀ ଅଂଶ ସହ ବନ୍ଧନ ହୋଇଥାଏ, ଗବେଷକମାନେ ତିନୋଟି ମନୋକ୍ଲୋନାଲ ପ୍ରତିପିଣ୍ଡ ପରୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ଏହା ଏଗୁଡ଼ିକ ନୋଭେଲ କରୋନା ଭୂତାଣୁକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବା ପାଇଁ ସକ୍ଷମ ନୁହନ୍ତି।

କେଣ୍ଡାର ଗଠନ

ଗବେଷକମାନଙ୍କୁ S-Proteinର 3-D ନକ୍ସା ନୂତନ ଭୂତାଣୁ ପ୍ରତିରୋଧକ ସୃଷ୍ଟି କରିବାପାଇଁ ସହାୟକ ହେବ, ଯାହାକି ଭୂତାଣୁକୁ ମନୁଷ୍ୟର କୋଷକୁ ବାନ୍ଧିବା ଓ ସଂକ୍ରମିତ କରିବା ଦିଗରେ ପ୍ରତିହତ କରିପାରିବ। ଏହା ସହ ଏହି ଭୂତାଣୁର ଅଣୁ ସ୍ତରର ଗଠନ ଓ ପୁଷ୍ଟିସାର ପୁଙ୍ଖାନୁପୁଙ୍ଖ ଗବେଷଣାଦ୍ୱାରା ନୂତନ ପ୍ରତିଷେଧକ ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ସହାୟକ ହେବ।

ଜିନୀୟ ଅନୁକ୍ରମ

ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଜିନୀୟ ଅନୁକ୍ରମ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନଲବ୍ଧ ହେବାଦ୍ୱାରା ଗବେଷକମାନେ RNA ଓ DNAର ରାସାୟନିକ ମୂଳଗଠନ ସଂପର୍କରେ ଅବଗତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି। ଏହି ମୂଳଗଠନର ତାରତମ୍ୟରେ ଜୀବ ଜୀବଠାରୁ ପୃଥକ ହୋଇଥାଏ। SARS-CoV-2 ଭୂତାଣୁର ଜିନୀୟ ଅନୁକ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଭୂତାଣୁର ଉତ୍ପତ୍ତି ଓ ତା'ର ସଂକ୍ରମଣ ବିଷୟରେ ଜଣାଯାଏ। ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ ଜଣେ ଭାରତୀୟ ରୋଗୀଠାରୁ ସଂଗୃହୀତ ଭୂତାଣୁର ଜିନୀୟ ଅନୁକ୍ରମର ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ଉତ୍ପତ୍ତି ଚୀନ ବା ଅନ୍ୟ କେଉଁ ଦେଶରୁ ହୋଇଛି ବୋଲି ଜାଣିହେବ।

ରୋଗ ସଂପର୍କିତ ଜ୍ଞାନ

ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂସ୍ଥା କୋଭିଡ୍-୧୯କୁ ବିଶ୍ୱ ମହାମାରୀ ରୂପରେ ଘୋଷଣା କରିଛି। ଅନ୍ୟଜଣେ ରୋଗୀର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବାର ୨ ରୁ ୧୪ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଜ୍ୱର, କାଶ, ନାକରୁ ପାଣି ବାହାରିବା ଏବଂ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିବା ପ୍ରଭୃତି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ।

କିପରି ବ୍ୟାପେ ?

ପ୍ରାଥମିକ ଭାବେ ଏହା ସଂକ୍ରମିତ ରୋଗୀର ଶ୍ୱାସପ୍ରକ୍ରିୟାରୁ ନିର୍ଗତ କଣିକାରୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ। ଯଦି କୌଣସି ସୁସ୍ଥ ଲୋକ ଏହି କଣିକାର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଥାଏ ଏବଂ ନିଜର ପାଟି, ନାକ ଓ ଆଖିକୁ ଛୁଇଁଥାଏ, ତେବେ ସେ ଏଥିରେ ଥିବା ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ।

କେଉଁମାନେ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ?

ସବୁ ବୟସର ଜନସାଧାରଣ ଏହାଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ। ଚୀନ ଓ ସାଉଥକୋରିଆର ରୋଗ ନିରାକରଣ ଅନୁଷ୍ଠାନର ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ୮୦ବର୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଜୀବନ ଅଧିକ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୁଏ। ହୃଦରୋଗ ଓ ମଧୁମେୟ ରୋଗଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥାଆନ୍ତି।

ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ

ଜାତୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ମାର୍ଗଦର୍ଶିକା ଅନୁଯାୟୀ ଯେଉଁମାନେ ବିଦେଶ ଭ୍ରମଣ କରିଛନ୍ତି ବା ଅନ୍ୟ ଏକ କୋଭିଡ-୧୯ ରୋଗୀର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଛନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ସ୍ୱଳ୍ପରୁ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣମାନ ପ୍ରକାଶ ପାଇପାରେ।

ଏହା କିପରି ନିର୍ଣ୍ଣୟ ହୁଏ ?

ଏହି ଭୂତାଣୁଟି ଏକ Polymerase Chain Reaction (PCR Test) ମାଧ୍ୟମରେ ସହସା ଜଣାପଡ଼ିଥାଏ, ଯାହାକି ଏକ DNA ସଂପର୍କିତ ପରୀକ୍ଷା। ଭାରତରେ ସରକାରୀ ସ୍ତରରେ ଏହି ପରୀକ୍ଷଣ ପାଇଁ ICMR ଅଧୀନରେ ୫୨ଟି ପରୀକ୍ଷାଗାର ଏବଂ NCDC ଅଧୀନରେ ୧୦ଟି ପରୀକ୍ଷାଗାର ରହିଛି।

ଚିକିତ୍ସା

ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସନ୍ଦେହଭୁକ୍ତ ଓ ଚିହ୍ନଟ କୋଭିଡ୍-୧୯ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ କୌଣସି ଫଳପ୍ରଦ ଚିକିତ୍ସା ନାହିଁ। ଚିକିତ୍ସାରେ ପ୍ରମାଣ ଅଭାବରୁ କୌଣସିନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭୂତାଣୁ ପ୍ରତିରୋଧକ ଔଷଧ ଦିଆଯାଇପାରୁନାହିଁ। ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ଭାରତରେ ଜାତୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟର ନିୟମାବଳୀ ଅନୁସାରେ କେତେକ ରୋଗୀଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ Anti-HIV ଔଷଧ ଯଥା Loipnavir ଏବଂ Ritonavir ଔଷଧର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଛି। ଏହି ରୋଗର ଅଧିକତର ବିପଦ ଆଶଙ୍କା ୬୦ବର୍ଷ ବୟସରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ, ମଧୁମେୟ ରୋଗୀ, ହୃଦରୋଗୀ, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍ ରୋଗୀ, ବୃକକ୍‌ଜନିତ ରୋଗୀ ଓ ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତି ହରାଇଥିବା ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଏହି ଔଷଧର ପ୍ରୟୋଗ ପାଇଁ ଅନୁମତି ଦିଆଯାଇଛି। ଯଦିଚ ଏହି ଔଷଧର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ରହିଥାଏ, ତାହା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏହାର ଜଗିରଖି ପ୍ରୟୋଗ ନିମନ୍ତେ ଉପଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବାରେ ନିୟୋଜିତ ଚିକିତ୍ସକମାନଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିବା ରୋଗୀମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷଣ ଓ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ସମୟୋପଯୋଗୀ, ଫଳପ୍ରଦ ତଥା ସହାୟକ ଚିକିତ୍ସା ଏହି ରୋଗକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବା ଦିଗରେ ଏକ ସଫଳ ପଦକ୍ଷେପ।

କୋଭିଡ୍-୧୯ ପାଇଁ ଫଳପ୍ରଦ ଟୀକା ସମ୍ଭବ କି ?

ICMRର ରମଣ ଆର୍ ଗଙ୍ଗଖେଦ୍‌କାରଙ୍କ ମତାନୁସାରେ ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତିକରଣ ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଉଛି। ଗୋଟିଏ ହେଲା ଜିନ୍‌ର ଅନୁକ୍ରମ ଅନୁସାରେ ପ୍ରତିପିଣ୍ଡ ବା ଆଣ୍ଟିବଡି ସୃଷ୍ଟି କରି ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରେ କିମ୍ବା ଭୂତାଣୁକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରେ। ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାରତୀୟ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ସଫଳ ଭାବରେ କୋଭିଡ୍-୧୯ ର ୧୧ଟି ଭୂତାଣୁକୁ ପୃଥକୀକରଣ କରି ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତ ନିମନ୍ତେ ଗବେଷଣାରତ। ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନେକ ଔଷଧୀୟ କମ୍ପାନୀ ଓ ଗବେଷଣାଗାର ଏହି ଟୀକା ପ୍ରସ୍ତୁତି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲାଗିଛନ୍ତି ଏବଂ ନିକଟରେ ଏହାର ମାନବୀୟ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାଲାଗି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନେଇଛନ୍ତି।

ନିଜକୁ କୋଭିଡ୍-୧୯ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିବାର ଉପାୟ

ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଏହି ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଉପାୟର ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି।

ସାବୁନରେ ହାତ ଧୋଇବା : ହାତର ଚର୍ମରେ ଅନେକ ଭୂତାଣୁ ଓ ବୀଜାଣୁ ଥାଆନ୍ତି। ଖାଲି ଜଳରେ ହାତ ଧୋଇବାଦ୍ୱାରା ଏମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ, ମାତ୍ର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଲୋପ ପାଇନଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରିବାପାଇଁ ସାବୁନର ବ୍ୟବହାର ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ। ଭୂତାଣୁ ଯଥା କରୋନା, ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନଜା, ଇବୋଲା, ଜିକା ଇତ୍ୟାଦିର ଜିନୀୟ ଗଠନରେ ଏକ ଚର୍ବିର ଆସ୍ତରଣ ଥାଏ। ସାବୁନର ଅଣୁ ଏକ ପିନ୍ ଆକାରର ହୋଇଥାଏ। ଏହାର ଉପରିଭାଗଟିର ଜଳ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷଣ ଥିବାବେଳେ ନିମ୍ନଭାଗଟି ତୈଳ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ। ସାବୁନର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ତୈଳଅଂଶଟି ଭୂତାଣୁର ଚର୍ବି ଆସ୍ତରଣ ସହ ପ୍ରତିଯୋଗିତା କରି ତାକୁ ଫଠାଇ ତା ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କରେ ଓ ଭୂତାଣୁ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା RNA ସହ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ଭୂତାଣୁର ଚର୍ବିଅଂଶକୁ ବିଖଣ୍ଡିତ କରିଦିଏ, ଯାହାକି ଜଳଦ୍ୱାରା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ନିଷ୍କାସିତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି।

ଆଲକହଲଯୁକ୍ତ ସାନିଟାଇଜର: ସାବୁନ ଭଳି ଆଲକହଲଯୁକ୍ତ ହାତଧୁଆ ସାନିଟାଇଜର ଭୂତାଣୁର ଚର୍ବିର ଆବରଣକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦେଇଥାଏ। ଏହାଛଡ଼ା ଏହା ଭୂତାଣୁରେ ଥିବା ଛତୁ ଭଳି ଥିବା ପୁଷ୍ଟିସାରର ଗଠନକୁ ବଦଳାଇଦେଇ ତାକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ

କରିଦେଇଥାଏ। ଏହା ହାତଧୁଆ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥଟି ଉପଯୋଗୀ ହେବାପାଇଁ ଏଥିରେ ଥିବା ଆଲକହଲର ମାତ୍ରା ଶତକଡ଼ା ୬୦ଭାଗ ହେବା ବିଧେୟ। ସାବୁନର ଫେଣ ଭଳି ଏହି ସାନିଟାଇଜରଟି ହାତର ସବୁଜାଗାରେ ଲାଗିପାରି ନଥାଏ। ତେଣୁ ଏହାକୁ ଫଳପ୍ରଦ କରିବାପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ବିଧେୟ। ମୃତ ଭୂତାଣୁକୁ ପାଣି ଭଳି ଏହା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍କାସିତ କରିପାରେ ନାହିଁ।

ମାସ୍କର ବ୍ୟବହାର: କରୋନା ଭୂତାଣୁର ସଂକ୍ରମଣକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବାରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ମାସ୍କର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ଏହା ଯଦି ନାକ ଓ ମୁହଁକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଆବୃତ କରିଥାଏ, ତେବେ ଏହା ରୋଗକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। JAMAରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ସନ୍ଦର୍ଭ ଅନୁସାରେ ସୁସ୍ଥ ମଣିଷ ମାସ୍କ ପିନ୍ଧିବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣ ନ ହେବାର କୌଣସି ନଜିର ନାହିଁ। କିନ୍ତୁ ୨୦୧୦ ମସିହାର ଏକ ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ମାସ୍କ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସଂକ୍ରମଣକୁ ରୋକାଯାଇପାରିବ ଏବଂ ରୋଗର ବ୍ୟାପକତା ଦେଖାଦେଲେ ଏହାର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର ବିଧେୟ। ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ମଧ୍ୟ ଏକମତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଛିଙ୍କ ଓ କାଶଦ୍ୱାରା ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣର ଆଶଙ୍କାକୁ ଏହା ପ୍ରତିହତ କରିଥାଏ।

ସାମାଜିକ ଦୂରତା: ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ମତାନୁସାରେ ଛିଙ୍କ ଓ କାଶଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ଅନ୍ୟୁନ ୧ ମିଟର ବା ୩ ଫୁଟ ଦୂରତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖିବା ଉଚିତ। ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି ଛିଙ୍କ ଓ ସର୍ଦ୍ଦିଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହେଉଥିବା ଭୂତାଣୁଠାରୁ ଜଣେ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିପାରିବ।

ଆଖି, ନାକ ଓ ପାଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ ନ କରିବା ଦିଗରେ ସତର୍କତା: ଅନେକ ବସ୍ତୁର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ହାତ ଆସିଥାଏ। ଏଥିରେ ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ। ଯଦି ତାହା ଆଖି, ନାକ ଓ ପାଟିର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସେ, ତେବେ ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧିପାଏ।

ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତାର ଅଭ୍ୟାସ: ନିଜକୁ ଛିଙ୍କ ବା ସର୍ଦ୍ଦି ହେଉଥିବା ସମୟରେ ଟିସୁ ପେପରକୁ ଥରେମାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରି ନଷ୍ଟ କରିଦେବା ଉଚିତ ଓ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ନିଜ ହାତର କହୁଣୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ମୁଖମଣ୍ଡଳକୁ ଆବୃତ୍ତ କରିବା ଉଚିତ।

କେତେକ ସାଧାରଣ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର:

୧. ଫ୍ଲୁ ଜ୍ୱର ଓ କୋଭିଡ୍-୧୨ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର: କାଶ ଓ ଥଣ୍ଡା ଅନେକ ସମୟରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା (ଆଲର୍ଜି)ର ଧାରଣା ଦେଇଥାଏ। ଥଣ୍ଡା, କାଶ ଓ ଜ୍ୱର ସାଧାରଣତଃ ଫ୍ଲୁ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ। ଏହା ସହ ଯଦି ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ ହୁଏ, ତେବେ ତାହା କରୋନା ଭାଇରସର ସଂକ୍ରମଣ ବୋଲି ସନ୍ଦେହ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଏହାର ସଠିକ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ପାଇଁ ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ।

୨. କରୋନା ଭାଇରସ ସଂକ୍ରମଣ ନିରୂପଣରେ ଥର୍ମାଲ ସ୍କାନର ବା ଉତ୍ତାପ ନିରୂପଣ କରୁଥିବା ଯନ୍ତ୍ରର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର: ନୂତନ କରୋନା ଭାଇରସ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ରୋଗୀଙ୍କ ଶରୀରରେ ଜ୍ୱର ଦେଖାଯାଇଥାଏ ଓ ଥର୍ମାଲ ସ୍କାନର ଦ୍ୱାରା ତାହା ନିରୂପଣ କରାଯାଇପାରେ। କିନ୍ତୁ ଏହା ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଅଥଚ ଜ୍ୱରର ପ୍ରକୋପ ଅନୁଭୂତ ନ ହେଉଥିବା ରୋଗୀକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିପାରେ ନାହିଁ। ଏହାର କାରଣ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପାଇଁ ୨ ରୁ ୧୦ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ।

୩. ସନ୍ତରଣ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଜଳାଶୟ ଦ୍ୱାରା ଏହା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇପାରିବ କି ?

ଉତ୍ତର: କରୋନା ଭାଇରସ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସର କଣିକାରେ ସଂକ୍ରମିତ ହେଉଥିବା ଏକ ରୋଗ, ଯାହାକି ଶ୍ୱାସ ନେବାଦ୍ୱାରା ଜଣେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଏ। ସନ୍ତରଣ ପୁଷ୍କରିଣୀକୁ କ୍ଲୋରିନ ପରି ବିଶୋଧକ ଦେଇ ଏହାକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବାଣୁମୁକ୍ତ କରିବା ଉଚିତ। କିନ୍ତୁ ଏହି ରୋଗଟି ସନ୍ତରଣ ପୁଷ୍କରିଣୀରୁ ସଂକ୍ରମିତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବହୁତ କମ୍।

୪. ଆମିଷ ଭକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ଏହାର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି କି ?

ଏହା ଏକ ଶ୍ୱାସପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହେଉଥିବା ଭୂତାଣୁ। ଏହା ଖାଦ୍ୟବାହିତ ବା ଜଳବାହିତ ନୁହେଁ। ତେଣୁ କୌଣସି ଆମିଷ ଖାଦ୍ୟଦ୍ୱାରା ଏହା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ।

୫. ଲୋକର ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଓ ରୋଗ ବିଷୟରେ ସଂପର୍କ ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର: କରୋନା ଭାଇରସ ହେଉଛି ଭୂତାଣୁ ପରିବାରର ଏକ ଦୁର୍ବଳ ଭୂତାଣୁ। ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭାବେ କମ୍ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯଥା ଶିଶୁ, ବୟସ୍କ ଓ କେତେକ ରୋଗ ଭୋଗୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟରେ ଏହା ଅଧିକ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ। ଏମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ନିମୋନିଆ ପରି ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ଓ ସଂପୃକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଟି ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥାଏ।

୬. କୋଭିଡ୍ -୧୯ ପାଇଁ କିଛି ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସା ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର: ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ଫଳପ୍ରଦ ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ ନାହିଁ। କେବଳ ପ୍ରତିଷେଧକ ହିଁ ଏହି ରୋଗକୁ ପ୍ରତିହତ କରିପାରିବ। କାଶ ଓ ଛିଙ୍କ ହେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ଦୂରତ୍ୱ, ମାସ୍କ ବ୍ୟବହାର ଓ ହାତଧୋଇବା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଫଳପ୍ରଦ ଆବଶ୍ୟକତା।

୭. ରୋଗ ପାଇଁ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକର କିଛି ଭୂମିକା ଅଛି କି ?

ଉତ୍ତର: ଏହା ଏକ ଭୂତାଣୁଜନିତ ରୋଗ ହୋଇଥିବାରୁ ଆଣ୍ଟିବାୟଟିକର କୌଣସି ଭୂମିକା ନ ଥାଏ। ଏହି ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରୋଗୀ ତା'ର ଚିକିତ୍ସା ସମୟରେ ଅନ୍ୟ ବୀଜାଣୁଜନିତ ସଂକ୍ରମଣ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ।

୮. ନିମୋନିଆ ପାଇଁ ଟୀକା କରୋନା ଭାଇରସକୁ ପ୍ରତିହତ କରିପାରେ କି ?

ଉତ୍ତର: ନିମୋନିଆ ରୋଗ ନିମୋକୋକସ୍ ଓ ହିମୋଫାଇଲସ୍ ପରି ଜୀବାଣୁ ଦ୍ୱାରା ବହୁଳ ଭାବରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ। ଏହି ରୋଗ ବିରୋଧରେ ଫଳପ୍ରଦ ଟୀକା ଅଛି। କିନ୍ତୁ ଏହା ନୂତନ କରୋନା ଭାଇରସକୁ ପ୍ରତିହତ କରିପାରେ ନାହିଁ। ଏଥିଯୋଗୁଁ ଭୂତାଣୁ ପାଇଁ ନିଜସ୍ୱ ଟୀକାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି।

୯. କୋଭିଡ-୧୯ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ସଂପର୍କରେ ଥିବା ଭ୍ରମଧାରଣା

ଉତ୍ତର: ସମାଜରେ ଏହି ରୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନେକ ଭ୍ରମଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି। କେତେକ କହନ୍ତି ରସୁଣ, ଭୁସଙ୍ଗପତ୍ର ଏବଂ ଗୋମୂତ୍ର ଇତ୍ୟାଦିର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଏ ରୋଗକୁ ପ୍ରତିହତ କରାଯାଇପାରିବ। ଏହା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ ତଥ୍ୟ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ବୋଲି ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ମତ ପ୍ରକାଶ କରିଛି।

୧୦. କେବଳ ଉଷ୍ମ ଓ ଆଦ୍ର ପରିବେଶରେ କୋଭିଡ୍-୧୯ ଦେଖାଦିଏ କି ?

ଉତ୍ତର: ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ଏହି ଭୂତାଣୁଜନିତ ରୋଗଟି ସମସ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ଦେଖାଦେଇପାରେ। ଏ ରୋଗର ସଂକ୍ରମଣରେ ପାଣିପାଗର କୌଣସି ଭୂମିକା ନାହିଁ। ଏ ରୋଗ ପାଇଁ କେବଳ ପ୍ରତିଷେଧମୂଳକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଜୀବନରକ୍ଷାକାରୀ ହୋଇଥାଏ।

୧୧. ମଶାକାମୁଡ଼ା ଦ୍ୱାରା ଏ ରୋଗ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ କି ?

ଉତ୍ତର: ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏ ରୋଗର ସଂକ୍ରମଣରେ ମଶାର ଭୂମିକା ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇନାହିଁ।