

दिनांक 26 फरवरी 2020, यात्रा परामर्श

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय
भारत सरकार

कोविड-19 के मद्देनजर समेकित यात्रा सलाह

चीन और अन्य देशों के मामलों के संचारण के मद्देनजर यात्रियों को निम्नलिखित की सलाह दी जाती है:

- भारतीय नागरिकों को चीन की यात्रा से परहेज करने की सलाह दी जाती है। इसके बाद चीन से वापस आने वाले लोगों को क्वारंटाइन किया जाएगा।
- चीन से भारत आने की योजना बनाने वाले लोगों के लिए:
 - चीन से आने वाले किसी भी विदेशी नागरिक के लिए वर्तमान वीजा (पहले से जारी ई-वीजा सहित) वैध नहीं होगा।
 - यात्रा का इरादा रखने वाले भारतीय वीजा के लिए नये सिरे से आवेदन करने के लिए बीजिंग स्थित दूतावास (visa.beijing@mea.gov.in) या शंघाई स्थित वाणिज्य दूतावास (Ccons.shanghai@mea.gov.in) और ग्वांगछू (Visa.guangzhou@mea.gov.in) से संपर्क कर सकते हैं।
 - चीन स्थित भारतीय दूतावास में दो हॉटलाइन नम्बरों +8618610952903 और +8618612083629 और समर्पित ई-मेल helpdesk.beijing@mea.gov.in पर 24x7 संपर्क किया जा सकता है। किसी प्रकार की सहायता की आवश्यकता पड़ने पर भारतीय नागरिक इन हॉटलाइनों और ई-मेल पर दूतावास से संपर्क कर सकते हैं।
- भारतीय नागरिकों को सलाह दी जाती है कि वे निम्नलिखित देशों में की जाने वाली अनावश्यक यात्रा से बचें।
 - सिंगापुर
 - कोरिया गणराज्य
 - इस्लामी गणतंत्र ईरान
 - इटली
- कोरिया, ईरान और इटली से आने वाले लोग या इन देशों की यात्रा का इतिहास रखने वाले लोगों को भारत आने पर चौदह दिनों तक क्वारंटाइन (पृथक) में रहना होगा।
- स्वास्थ्य संबंधी किसी प्रकार की जानकारी/पूछताछ के लिए स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के हेल्पलाइन नंबर +91-11-23978046 अथवा ई-मेल ncov2019@gmail.com पर 24x7 संपर्क किया जा सकता है।

- जो लोग इन देशों की यात्रा करने के लिए बाध्य हैं, उन्हें निम्नलिखित जन स्वास्थ्य उपायों का पालन करना चाहिए:
 - अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता का पालन करें।
 - साबुन और पानी से बार-बार हाथ धोने का अभ्यास करें या अल्कोहल आधारित हैंड सैनिटाइजर का उपयोग करें।
 - श्वसन शिष्टाचार का पालन करें। खांसते समय अपने मुंह को टिश्यू या रुमाल से ढकें।
 - ऐसे लोगों के साथ निकट संपर्क से बचें, जो अस्वस्थ हैं या जिनमें बीमारी के लक्षण दिख रहे हैं, जैसे कि खांसी, सांस लेने में कठिनाई आदि।
 - जीवित पशुओं और कच्चे/अधपके मांस के उपभोग से बचें।
 - खेतों की यात्रा, जीवित पशु बाजारों या जहां पशुओं का वध किया जाता है, उन स्थानों की यात्रा करने से बचें।
 - खांसी, बुखार या सांस लेने में कठिनाई जैसे लक्षण होने पर मास्क पहनें।
- भारत लौटते समय, यदि कोई यात्री अपनी यात्रा के दौरान बीमार महसूस करता है:
 - एयरलाइन कू को बीमारी के बारे में सूचित करें।
 - एयरलाइन कू से मास्क मांगें और विमान चालक दल के दिशा-निर्देशों का पालन करें और स्वयं सूचना प्रारूप (सेल्फ रिपोर्टिंग फॉर्मेट) भरकर दें।
 - परिवार के सदस्यों या साथी यात्रियों के निकट संपर्क से बचें।
 - विमान से उतरने के बाद हवाई अड्डे के स्वास्थ्य अधिकारी के दिशा-निर्देशों का पालन करें।
 - विमान पत्तन स्वास्थ्य अधिकारी (एयरपोर्ट हेल्थ ऑफिस) / आरजन अधिकारी (इमिग्रेशन ऑफिस) और हेल्पलाइन नंबर (011-23978046) पर भी तुरंत सूचित करें।
 - विमान पत्तन स्वास्थ्य अधिकारी या हेल्पलाइन द्वारा जारी किए गए दिशा-निर्देशों का पालन करें।
- यदि आप कोविड-19 प्रभावित क्षेत्रों से लौटने के बाद अट्हाईस दिनों के भीतर बीमार महसूस करते हैं, तो:
 - हेल्पलाइन नंबर (011-23978046) पर तुरंत कॉल करें और जारी की गई दिशा-निर्देशों का पालन करें।
 - घर पर खुद को अलग रखें और ऐसे समय तक मास्क पहने जब तक कि स्वास्थ्य अधिकारी से चिकित्सक द्वारा जांच न करवा लें।
 - स्वास्थ्य प्राधिकरण के निर्देशों का पालन करें।
 - अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता का पालन करें।
 - निरंतर अपने हाथ साबुन और पानी से अवश्य धोएं।
 - श्वसन शिष्टाचार का पालन करें। खांसते या छींकते समय अपने मुंह और नाक को टिश्यू या रुमाल से ढकें।
 - निकटतम स्वास्थ्य सुविधा केंद्र में रोग से पीड़ित होने की जानकारी दें और अपने यात्रा इतिहास के बारे में उपचार करने वाले चिकित्सक को भी बताएं।