कोविड-19: कार्यालयों सहित सामान्य सार्वजनिक स्थानों के कीटाणुशोधन के लिए दिशानिर्देश

विस्तार: इस दस्तावेज का उद्देश्य कोविड-19 की रिपोर्ट करने वाले क्षेत्रों में कार्यालयों सहित सामान्य सार्वजनिक स्थानों की पर्यावरणीय सफाई/परिशोधन के बारे में अंतरिम मार्गदर्शन प्रदान करना है।

कोरोना वायरस रोग 2019 (कोविड-19) एक तीव्र श्वसन रोग है, जो एक नॉवेल कोरोना वायरस (सार्स-कोवी-2) के कारण होता है, जो ज्यादातर मामलों में सांस की बूंदों, संबंधित मामलों के सीधे संपर्क में आने और दूषित सतहों या वस्तुओं के माध्यम से संक्रमित होता है। हालांकि ये वायरस विभिन्न समय तक पर्यावरणीय सतहों पर जीवित रहता है, लेकिन यह रासायनिक कीटाणुनाशकों द्वारा आसानी से निष्क्रिय हो जाता है।

उपरोक्त के मद्देनजर कोविड-19 की रिपोर्टिंग करने वाले क्षेत्रों सहित कार्यालय और सामान्य सार्वजानिक स्थानों में निम्नलिखित दिशानिर्देशों का पालन किया जाएगा। इन दिशानिर्देशों को कार्यान्वयन के लिए (क) इनडोर क्षेत्रों (ख) बाहरी क्षेत्रों और (ग) सार्वजनिक शौचालयों में विभाजित किया है।

1. कार्यालय स्थानों सहित इनडोर क्षेत्र

सेमिनार हॉल सहित कार्यालयों के सभी स्थानों को सुबह और शाम को साफ किया जाना चाहिए। अगर संपर्क में आने वाली सतह भी गंदी दिखाई देती है तो उसे कीटाणुशोधन से पहले साबुन और पानी से साफ किया जाना चाहिए। सफाई से पहले कर्मियों को शौचालय की सफाई करते समय हमेशा डिस्पोजेबल सुरक्षात्मक रबर के जूते, दस्तानें और तीन परतों वाला मास्क (ट्रिपल लेयर मास्क) पहनना चाहिए।

- कम गंदे क्षेत्रों से सफाई शुरू करें और गंदगी क्षेत्रों की ओर आगे बढ़ें।

- प्रवेशद्वार की लॉबी, गलियारे और सीढ़ी, एस्केलेटर, लिफ्ट, सुरक्षा गार्ड बूथ, कार्यालय कक्ष, बैठक कक्ष, कैफेटेरिया जैसे सभी इनडोर क्षेत्रों को एक प्रतिशत सोडियम हाइपोचोसाइट या फेनोलिक कीटाणुनाशक से साफ़ किया जाना चाहिए।

ताजा एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट घोल तैयार करने के लिए दिशानिर्देश अनुसंलग्न-1 देखें।

- उच्च संपर्क वाली सतहों जैसे कि एलेवेटर बटन, हैंड्रिल/हैंडल और कॉल बटन, एस्केलेटर हैंड्रिल, पब्लिक काउंटर, इंटरकॉम सिस्टम, टेलीफोन, प्रिंटर/स्कैनर जैसे उपकरणों और अन्य कार्यालीय मशीनों को दिन में दो बार एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट भिगोए गए लिनन/शोषक कपड़े से साफ किया जाना चाहिए। टेबल टॉप, कुर्सी हैंडल, पेन, डायरी फाइल, कीबोर्ड, माउस, माउस पैड, चाय/कॉफी डिस्पेंसिंग मशीन आदि अक्सर छुए जाने वाली वस्तुओं और क्षेत्रों को विशेष रूप से साफ किया जाना चाहिए।

- धातु की सतहों जैसे कि दरवाज़े के हैंडल, सुरक्षात्मक ताले, चाबी आदि को सत्तर प्रतिशत अल्कोहल का उपयोग करके साफ़ किया जाना चाहिए जहां ब्लीच का उपयोग उपयुक्त नहीं है।

- कार्यालय परिसर (विशेषकर प्रवेश पर) और उच्च संपर्क वाली सतहों के पास हैंड सैनिटाइजिंग स्टेशन स्थापित किए जाने चाहिए।

- यदि कोई व्यक्ति बैठक/सम्मेलन/कार्यालय कक्ष में बिना श्वसन शिष्टाचार या मुखौटा का पालन किए, खांसता है तो उसके आसपास के क्षेत्रों को खाली किया जाना चाहिए और उस स्थान को एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट से साफ किया जाना चाहिए।

- सफाई प्रक्रिया के अंत में, सफाई में उपयोग किए जाने वाले उपकरणों को सावधानीपूर्वक साफ किया जाना चाहिए।

- पीपीई को सावधानीपूर्वक उतारें। डिस्पोजेबल पीपीई को पीले डिस्पोजेबल बैग में डालें तथा साबुन और पानी से अपने हाथ अच्छी तरह से धोएं।

- इसके अलावा, सभी कर्मचारियों को अपने सामने कार्य क्षेत्र की सफाई करने से पहले एक कीटाणुनाशक पोंछे का उपयोग करने पर विचार करना चाहिए और यदि संभव हो तो एक को दूसरों से दूर बैठना चाहिए।

2. बाहरी क्षेत्र

बाहरी क्षेत्रों में हवा और सूर्य की रोशनी के कारण घर के अंदर की तुलना में कम जोखिम होता है, ऐसे में कीटाणुशोधन के प्रयासों में केवल बार-बार छुए जाने वाली गंदी सतहों पर ही फोकस किया जाना चाहिए। इसमें बस स्टॉप, रेलवे प्लेटफॉर्म, पार्क और सड़कें शामिल हैं।

3. सार्वजनिक शौचालय

सार्वजनिक शौचालयों की सफाई के लिए, सफाई कर्मचारियों को शौचालय, सिंक और कमोड के लिए अलग-अलग सफाई उपकरणों का उपयोग करना चाहिए। इन जगहों पर मोप्स, नायलॉन स्क्रबर के अलग-अलग सेट उपयोग में लाया जाना चहिए। श्रमिकों को शौचालय की सफाई करते समय हमेशा डिस्पोजेबल सुरक्षात्मक दस्तानें पहनने चाहिए।

क्षेत्र	एजेंट/ टॉयलेट क्लीनर	प्रोसीजर
टॉयलेट पॉर्ट/कमोड	सोडियम हाइपोक्लोराइट एक प्रतिशत/ डिटर्जेंट साबुन पाउडर/ लंबे हैंडल वाला नुकीला ब्रश	• टॉयलेट पॉट/कमोड के अंदर: • एजेंटों और लंबे हैंडल वाले नुकीले ब्रश से रगड़ें। • बाहर: एजेंटों से साफ करें; स्क्रबर का उपयोग करें।
लिड/ कमोड	नायलॉन स्क्रबर और साबुन पाउडर/डिटर्जेंट एक सोडियम हाइपोक्लोराइट	• साबुन पाउडर और पानी से गीला करें तथा नायलॉन स्क्रबर से अंदर और बाहर रगडें। • एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट से पोंछें
टॉयलेट फ्लोर	साबुन पाउडर/डिटर्जेंट और स्क्रबिंग ब्रश/नायलॉन झाड़ू एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट	• साबुन पाउडर और स्क्रबिंग ब्रश से फर्श को साफ़ करें • पानी से धोए • एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट का उपयोग करें
सिंक	साबुन पाउडर/डिटर्जेंट और नायलॉन स्क्रबर एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट	• नायलॉन स्क्रबर से स्क्रब करें। • एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट से साफ़ करें।
दिखने वाला क्षेत्र/ नल और फिटिंग	गर्म पानी डिटर्जेंट पाउडर नायलॉन स्क्रबर एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट/सत्तर प्रतिशत अल्कोहल	• गर्म पानी और डिटर्जेंट से फर्श/टाइल्स को अच्छी तरह से साफ़ करें • नरम कपड़े और डिटर्जेंट से नल और फिटिंग को पोंछें। • नल और फिटिंग के नीचे साफ करते समय सावधानी बरतनी चाहिए। • एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट/ सत्तर प्रतिशत अल्कोहल से कीटाणुशोधन करें
साबुन डिस्पेंसर	डिटर्जेंट और पानी	• डिटर्जेंट और पानी से रोज़ साफ किया जाना चाहिए और सूखाया जाना चाहिए।

- धातु आदि को सत्तर प्रतिशत अल्कोहल का उपयोग करके साफ़ करें, जहां पर ब्लीच का उपयोग उपयुक्त नहीं किया जा सकता है। (क्लोरोक्सिलेनॉल (4.5-

5.5%)/बेंजालोनियम क्लोराइड या कोरोनोवायरस के खिलाफ प्रभावी पाए जाने वाले किसी भी अन्य कीटाणुनाशक का उपयोग निर्माता के निर्देशों के अनुसार किया जा सकता है)।

- हमेशा ताजा तैयार एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट का उपयोग करें।
- संभवतः अत्यधिक दूषित क्षेत्रों (जैसे कि टॉयलेट बाउल या आसपास की सतहों) पर कीटाणुनाशक स्प्रे का उपयोग न करें क्योंकि यह छीटे/स्पलैश उत्पन्न कर सकता है जो कि वायरस को और फैला सकता है।
- क्रॉस संदूषण से बचने के लिए सफाई और कीटाणुशोधन के बाद साफ़ करने वाली सामग्री (मोप और पोंछने वाले कपड़े) को उचित बैग में कपड़े में डालें। नई दस्ताने पहनकर बैग को पकड़ें।
- उपयोग के बाद तथा अन्य क्षेत्र में उपयोग करने से पहले सभी सफाई के समस्त उपकरणों को कीटाणुरहित करें।
- ब्लीच के घोल में भिगोकर या गर्म पानी से बाल्टियों को साफ़ करें।

4. व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण/पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्विपमेंट (पीपीई): उपयुक्त पीपीई पहनें जिसमें सफाई और कीटाणुशोधन कार्य करते समय निम्नलिखित शामिल होंगे।

- डिस्पोजेबल रबर के जूते, दस्ताने और तीन परतों वाला मास्क पहनें।
- दस्ताने को निकाल दिया जाना चाहिए तथा नष्ट किया जाना चाहिए और नए दस्ताने पहने जाने चाहिए।
- सफाई की गतिविधियां पूरी होने के बाद सभी डिस्पोजेबल पीपीई को निकाल दिया जाना चाहिए।
- सफाई पूरी होने के बाद पीपीई के प्रत्येक टुकड़े को हटाने के तुरंत बाद हाथों को साबुन और पानी से धोना चाहिए। (अनुलग्नक II का संदर्भ: हैंड हाइजीन के चरण देखें)।

निर्देश के अनुसार ठीक से पहने और फिट होने पर मास्क प्रभावी होते हैं। यदि मास्क शारीरिक ख़राब या भीगा हैं, तो मास्क को हटा दिया जाना चाहिए तथा नए मास्क का उपयोग किया जाना चाहिए। (अनुबंध- III: मास्क के उपयोग के लिए दिशानिर्देश)।

एक प्रतिशत सोडियम हाइपोक्लोराइट समाधान तैयार करने के लिए दिशानिर्देश

उत्पाद	उपलब्ध क्लोरीन	एक प्रतिशत
सोडियम हाइपोक्लोराइट - लिक्विड ब्लीच	3.5%	एक भाग ब्लीच, 2.5 भाग पानी
सोडियम हाइपोक्लोराइट - लिक्विड	5%	एक भाग ब्लीच, 4 भाग पानी
एनएडीसीसी (सोडियम डाइक्लोरो-इसोसायनाते) पाउडर	60%	सत्रह ग्राम से एक लीटर पानी
एनएडीसीसी C (1.5 ग्राम/टेबल) - टेबल	60%	ग्यारह टेबल से एक लीटर पानी
क्लोरैमाइन - पाउडर	25%	अस्सी ग्राम से एक लीटर पानी
ब्लीचिंग पाउडर	70%	सात ग्राम से एक लीटर पानी
अन्य	निर्माता के निर्देशों के अनुसार	

अनुलग्नक - II

हाथ की स्वच्छता बनाए रखने के चरण

साबुन और पानी से सही तरीके से हाथ धोने की तकनीक

1. हाथों को पानी से अच्छी तरह से गीला करें।
2. हाथों की सभी सतहों को ढकने के लिए पर्याप्त साबुन लगाएं।
3. हथेली को हथेली पर रखकर रगड़ें।
4. दाएं हाथ की हथेली को बाएं हाथ की हथेली के ऊपर रखकर उंगलियों को एक दूसरे में फंसाकर मलें और बाएं हाथ की हथेली के साथ ये प्रक्रिया दोबारा दोहराएं।
5. हथेली को हथेली पर रखकर उंगलियों को एक दूसरे में फंसाकर रगड़ें।
6. हथेली के ऊपर दूसरे हाथ की हथेली को रखकर उंगलियों को एक दूसरे में फंसाकर इस प्रकिया को दोबारा दोहराएं।
7. अपने बाई अंगूठे को दाई हथेली के साथ घूमाकर मलें और ऐसा ही दूसरे के साथ भी करें।
8. अपने हाथ की बाएं हथेली की मुठ्ठी बनाकर दाएँ हथेली के ऊपर रखकर पीछे और आगे धूमाकर रगड़ें और ऐसा ही दूसरे के साथ भी करें।
9. एक हाथ की हथेली को दूसरे हाथ से रगड़े।
10. हाथों को पानी से अच्छी तरह से धोएं।
11. नल बंद करने के लिए कोहनी का इस्तेमाल करें या यदि नल का पानी ख़ुद से बहना बंद नहीं होता है तो सीधे स्पर्श किए बिना नल के पानी को बंद करने के लिए नल के ऊपरी हिस्से को तौलिये से बंद करें।
12. एकल उपयोग तौलिया या साफ़ तौलिए से अच्छी तरह से सुखाएं।
13. आपके हाथ अब साफ और सुरक्षित हैं।

अनुलग्नक - III

तीन परतों वाला मास्क/ट्रिपल लेयर सर्जिकल मास्क पहनने की सही प्रक्रिया

1. हाथ साफ़ होने चाहिए।

2. मास्क को अपने मुंह तक ही पहने।

3. इसे नाक, मुंह और ठुड्डी पर रखें।

4. नाक की नासिकाओं के उपर एक मैटेलिक स्ट्रिप रखें।

5. मास्क की ऊपरी डोरियों को कानों के ऊपर से तथा नीचे वाली डोरियों को गले के पीछे से बांधें।

6. यह सुनिश्चित करें कि मास्क के दोनों तरफ कोई गैप न हों, इसे फिट करके रखें।

7. इस्तेमाल के दौरान मास्क को छूने से बचें।

8. गर्दन से इसे लटकने न दें।

9. डिस्पोजेबल मास्क का कभी भी दोबारा उपयोग नहीं किया जाना चाहिए तथा उपयोग के बाद इसका निपटान/डिस्पोज़ किया जाना चाहिए।

10. मास्क को हटाते समय यह ध्यान रखें कि आप इसके बाहरी हिस्से को न छू पाएं क्योंकि यह दूषित हो सकता है।

11. मास्क हटाने के लिए सबसे पहले नीचे की स्ट्रिंग/डोरी को खोल/हटाएं तथा फिर ऊपर की स्ट्रिंग/डोरी को हटाकर मास्क को संभाल निकालें।

12. उपयोग किए गए मास्क का निपटान/डिस्पोज़: उपयोग किए गए मास्क को संभावित रूप से संक्रमित चिकित्सा अपशिष्ट माना जाना जाता है। उपयोग के बाद तुरंत मास्क को ढंकन लगे कचरे के डिब्बे में सुरक्षित निपटन सुनिश्चित किया जाना चाहिए।