



सत्यमेव जयते

Ministry of Health & Family Welfare
Government of India



Help us to
help you

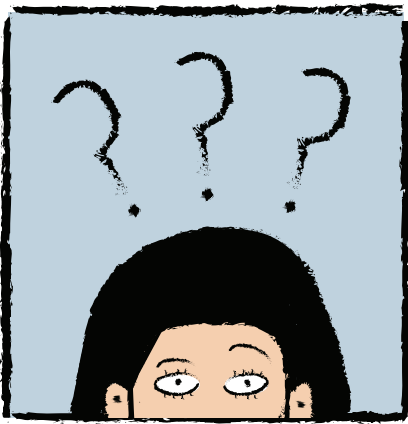
COVID-19 से जुड़े भेदभाव की मानसिकता को रोकने हेतु दिशानिर्देश



COVID-19 के कारण एक ऐसी आपात स्थिति बनी हुई है, जो सभी के लिये तनाव पूर्ण और मुश्किलों का समय है। इस आपात स्थिति में अफवाह एवं गलत जानकारी तनाव को और अधिक बढ़ा सकती हैं और COVID-19 से उभरने में बाधक बन सकती हैं।

■ तिरस्कार की यह भावना क्यों है?

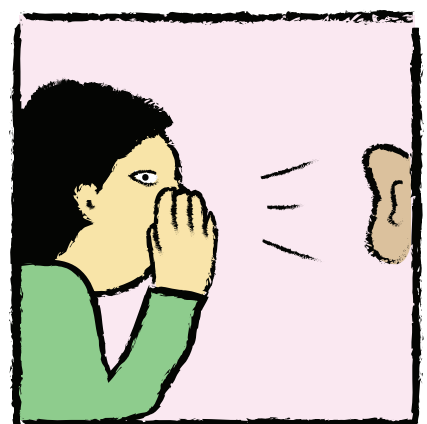
COVID-19 से संबंधित तिरस्कार या भेदभाव इन तीन कारणों पर आधारित है:



पर्याप्त जानकारी
का अभाव



बीमारी का डर



अफवाह एवं गलत
जानकारी

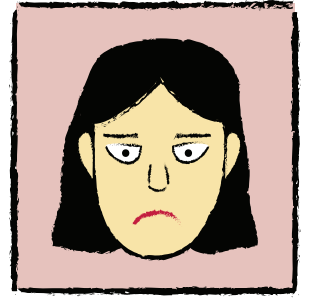
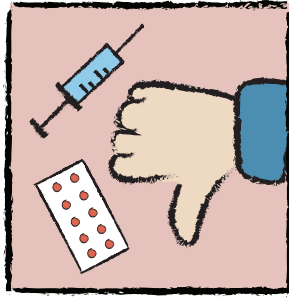
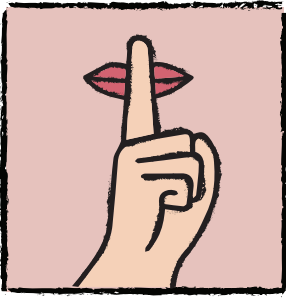
वे लोग, जिन्हें तिरस्कार और भेदभाव का सामना करना पड़ रहा है:

- COVID-19 से प्रभावित व्यक्ति, उनके परिवार/देखभाल करने वाले सहयोगी/दोस्त
- वे व्यक्ति, जो क्वारंटाइन में हैं और उनके परिवार
- COVID-19 के खिलाफ अग्रिम पंक्ति में खड़े स्वास्थ्य कर्मी, जैसे- डॉक्टर, नर्स, पैरामेडिकल स्टाफ, फील्ड कार्यकर्ता, अस्पताल कर्मी, सफाई कर्मी आदि
- COVID-19 के इलाज से स्वस्थ हुए लोग
- प्रवासी कामगार



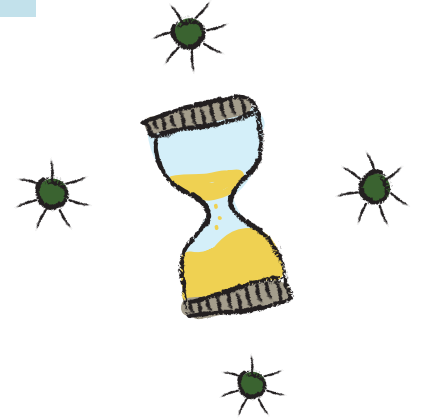
तिरस्कार और भेदभाव के प्रभाव:

- लोगों द्वारा COVID-19 के लक्षण को छुपाना
- स्वास्थ्य से जुड़ी चिकित्सीय परामर्श लेने में संकोच
- होम क्वारंटाइन जैसे दिशा-निर्देशों का पालन ना करना
- भावनात्मक अलगाव, अपराधबोध और चिंता का अहसास होना
- आत्म सम्मान एवं आत्मविश्वास में कमी आना
- स्वास्थ्य कर्मी और COVID-19 प्रबंधन से जुड़े लोगों का बहिष्कार
- पूर्व ग्रसित मानसिक रोग जैसे अवसाद (डिप्रेशन) का बढ़ना



इन प्रभावों से निम्नलिखित स्थितियाँ आ सकती हैं:

- COVID-19 के मामलों की जानकारी छिपाने या विलंब से जानकारी देने से इसके संक्रमण की रोकथाम और प्रबंधन में कठिनाई आना
- आवश्यक सुरक्षात्मक उपायों का पालन ना करना



COVID-19 के बारे में जानने वाली बातें:

1. हालांकि COVID-19 एक गंभीर संक्रामक रोग है, हम सभी को खुद को और दूसरों को इससे सुरक्षित रखने के लिए बचाव के उपाय जैसे – दूसरों से उचित दूरी रखना, हाथों को नियमित रूप से और अच्छे से साबुन और पानी से धोना, फेस कवर/मास्क पहनना – का पालन करना ज़रूरी है।
2. अगर कोई व्यक्ति पूरी सावधानी रखने के बावजूद COVID-19 से संक्रमित हो जाता है, तो इसमें उसका कोई दोष नहीं है। यह रोग किसी को भी हो सकता है, इसके लिए किसी को दोषी ठहराना उचित नहीं है।

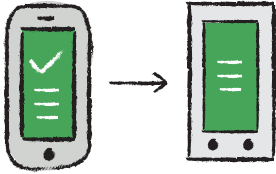
3. निराशा की स्थिति में COVID-19 के रोगी और उनके परिवार को समर्थन और सहयोग की आवश्यकता होती है।
4. क्वारंटाइन या आइसोलेशन में रह रहे व्यक्ति और उनके परिवार के प्रति संवेदनशील बनें। जाँच, आइसोलेशन और क्वारंटाइन आपके परिवार और समाज को सुरक्षित रखने के लिए आवश्यक है।
5. जो व्यक्ति COVID-19 से पूरी तरह से स्वस्थ हो गए हैं, उनका एक विजेता के रूप में सम्मान करें। ये लोग कोरोनावायरस के संक्रमण से प्रभावित नहीं हैं और इनसे संक्रमण फैलने का खतरा भी नहीं है।

COVID-19 से संबंधित तिरस्कार की भावना को कम करने के उपाय

क्या करें



- ✓ COVID-19 के खिलाफ अग्रिम पंक्ति में खड़े कर्मचारियों का मनोबल बढ़ाएं और उनकी सराहना करें

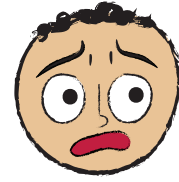


- ✓ किसी भी जानकारी या खबर को दूसरों से सांझा करने से पहले उस खबर का सत्यापन स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय की वेबसाइट जैसे विश्वसनीय स्रोतों के माध्यम से करें



- ✓ COVID-19 से ठीक हो चुके व्यक्तियों के बारे में सकारात्मक बातें दूसरों से सांझा करें

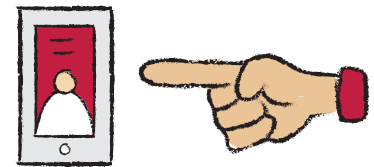
क्या ना करें



- ✗ गलत जानकारी ना फैलाएं



- ✗ COVID-19 के प्रसार को लेकर किसी भी व्यक्ति, समूह या क्षेत्र को चिह्नित ना करें



- ✗ संक्रमित व्यक्ति या जो व्यक्ति क्वारंटाइन या आइसोलेशन में हों, उनका नाम, उनकी पहचान या उनके स्थान के बारे में जानकारी सार्वजनिक ना करें

अधिक जानकारी के लिये www.mohfw.gov.in पर संपर्क करें