কোভিড-১৯ সংক্রমণের ঝুঁকি রোধে সংস্থার কর্মীদের জন্য গাড়ি/মটরসাইকেল/সাইকেল (প্রযোজ্য ক্ষেত্রে) ব্যবহারের সময় অবশ্যই পালনীয় ৯ টি নিয়মকানুন

শারীরিক দূরত্ব এবং পরিবেশগত পরিচ্ছন্নতার মাধ্যমে নিম্নলিখিত ৯ টি নিয়ম পালন করলে কোভিড-১৯ এর সংক্রমণের ঝুঁকি কমানো যাবে এবং গাড়িতে/মটর সাইকেলে/সাইকেলে ভ্রমণকারী, ড্রাইভার, যাত্রীগণ এবং উপকারভোগীরা নিরাপদে থাকবেন।

১. মাঠে একসাথে অপ্রয়োজনীয় ভ্রমন পরিহার করুন। সুনির্দিষ্ট উদ্দেশ্যের ভিত্তিতেই শুধু তত্ত্বাবধায়কগণ সহকর্মীদের ক্যাম্পে ভ্রমণ অনুমোদন করবেন।

২. প্রতিটি গাড়িতে হাত জীবাণুমুক্তকরণ পদার্থ (হ্যান্ড স্যানিটাইজার), টিস্যু বক্স, থার্মোমিটার এবং গাড়ি পরিষ্কার করার প্রয়োজনীয় সরাঞ্জাম থাকতে হবে।

৩. সকল যাত্রী গাড়িতে ওঠার আগে এলকোহলযুক্ত হ্যান্ড সেনিটাইজার দিয়ে হাত জীবাণুমুক্ত করে নিবেন।

৪. যাত্রা শুরুর আগেই গাড়ির চালক সকল যাত্রীকে জিজ্ঞাসা করবেন তাদের কফ, গলা ব্যথা, নাক দিয়ে পানি পড়া অথবা জ্বর আছে কিনা। উখিয়া বা টেকনাফের দিকে যাত্রা শুরুর আগে গাড়ির চালক সকল যাত্রীর শরীরের তাপমাত্র চেক করবেন। যদি কোনো যাত্রীর উপরের কোন উপসর্গ যদি থাকে বা শরীরের তাপমাত্রা ১০০ ডিগ্রি ফারেনহাইটের (বা ৩৮ ডিগ্রি সেলসিয়াস) বেশি থাকে তাহলে চালক তাকে গাড়িতে ভ্রমণ করতে দেবেন না, তিনি যে পদবীরই হোন না কেন। উপরের কোনো উপসর্গ কম বা বেশি থাকা অবস্থায় কোনো কর্মীর বাসায় অবস্থান করার কারণে সংস্থা তার বিরুদ্ধে কোনো প্রশাসনিক ব্যবস্থা গ্রহণ করবে না।

৫. প্রাকৃতিক পরিবেশ ব্যবহার করে গাড়ি চালাতে উৎসাহিত করা হচ্ছে। অর্থাৎ, যতটা সম্ভব গাড়ির জানালা খুলে গাড়ি চালাতে হবে।

৬. শারীরিক দূরত্ব অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, এমন কি গাড়িতেও। যথাসম্ভব গাড়িতে যাত্রীদের মাঝে কমপক্ষে ৩ ফুট দূরত্ব বজায় রাখুন। মাইক্রোবাস বা মিনিবাসে দুই যাত্রীর মাঝখানে এক সিট ফাঁকা রেখে বসুন।

৭. গাড়ির ড্যাশবোর্ড, দরজার হাতল এবং সিট কভার বহুল স্পর্শকৃত হিসেবে বিবেচনা করে এগুলো ভ্রমণের পূর্বে, দিনের মাঝখানে এবং কাজ শেষে জীবাণুনাশক দিয়ে জীবণুমুক্ত করতে হবে। ০.০৫% ক্লোরিন দ্রবন বা সাবান পানি, কমপক্ষে ৭০% এলকোহলযুক্ত জীবানুনাশক দ্বারা এগুলো পরিষ্কার করতে হবে।

৮. প্রত্যেক ব্যক্তিকেই গাড়ির ভেতরেসহ সর্বত্র শ্বাস-প্রশ্বাসের শিষ্টাচার মেনে চলতে হবে। শ্বাস-প্রশ্বাসের শিষ্টাচারের অর্থ হলো- হাঁচি বা কাশি দেবার সময় নাক-মুখ রুমাল বা টিস্যু দিয়ে ঢাকতে হবে, নিকটস্থ ব্যক্তির বিপরীত দিকে ফিরে তা করতে হবে এবং এরপর হাত পরিষ্কার করতে হবে। রুমাল বা টিস্যু না থাকলে কনুই দিয়ে মুখ ঢাকতে হবে।

৯. সার্জিক্যাল মাস্ক বা শ্বাস-প্রশ্বাসের যন্ত্র শুধু ভ্রমণের সময়ই ব্যবহারের পরামর্শ দেয়া হচ্ছে না। উপরের নিয়মগুলো যদি মেনে চলা হয়, তাহলে এগুলো প্রয়োজন হবে না। এগুলো শুধু প্রয়োজনীয় স্থানেই ব্যবহারের প্রয়োজন হবে: যেমন স্বাস্থ্যকর্মী ও তার রোগিদের সুরক্ষার জন্য।

ডব্লিউএইচও কক্সবাজার, সংস্করন- ২.০ (২৪ মার্চ ২০২০)

বিস্তারিত তথ্যের জন্য নিচের ওয়েব সাইট অথবা ডব্লিউএইচও কক্সবাজার জরুরি সাব অফিসে যোগাযোগ করুন।

https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019

25 MAR 2020

Sanat K. Bhowmik
Deputy Executive Director
COAST Trust