বর্তমানের কোভিড ১৯ প্রেক্ষাপটে

জাতীয় ভিটামিন এ প্লাস ক্যাম্পেইন পরিচালনার গাইডলাইন

স্বাস্থ্যকর্মী এবং স্বেচ্ছাসেবকদের জন্য নির্দেশনা

জাতীয় ভিটামিন এ প্লাস ক্যাম্পেইন পরিচালনার সময় কেন্দ্রে সংক্রামণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রনের জন্য স্বাস্থ্যকর্মী এবং স্বেচ্ছাসেবকদের করনীয়:

১. নিয়মিতভাবে স্বাস্থ্যকর্মী এবং নির্বাচিত স্বেচ্ছাসেবকদের কোভিট১৯ স্ক্রিনিং করা

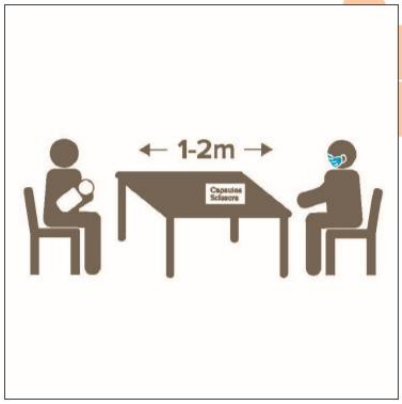
- বর্তমানে স্বাস্থ্য অধিদপ্তর কর্তৃক প্রকাশিত কোভিট১৯ সংক্রমন গাইডলাইন ও প্রোটোকল এবং কেসের সংজ্ঞা অনুযায়ী ভিটামিন-এ স্যাপ্লিমেশনের আগে প্রতিদিন স্বাস্থ্যকর্মী এবং নির্বাচিত স্বেচ্ছাসেবকের কোভিট১৯ স্ক্রিনিং করতে হবে।
- কোভিট১৯ সংক্রমন গাইডলাইন ও প্রোটোকলের ভিত্তিতে কোভিট১৯ এ আক্রান্ত স্বাস্থ্যকর্মী এবং স্বেচ্ছাসেবকে নির্ধারন করতে হবে। এই ক্ষেত্রে নিজস্ব স্ক্রিনিংও বিবেচনায় রাখতে হবে।
- স্ক্রিনিং পজেটিভ হলে কিংবা শ্বাসকষ্টের কোন কিছু উপসর্গ দেখা দিলে স্বাস্থ্যকর্মী এবং নির্বাচিত স্বেচ্ছাসেবকে ভিটামিন এ ক্যাম্পেইনের কাজ থেকে অব্যাহতি দিতে হবে এবং জাতীয় প্রোটোকল অনুসারে চিকিৎসা দিতে হবে।

২. নিয়মিতভাবে হাতের সুরক্ষা ও ব্যবহৃত সরঞ্জামের পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করা:

- কেন্দ্রে অবস্থানকালে স্বাস্থ্যকর্মী এবং স্বেচ্ছাসেবক সাবান ও পানি দিয়ে ঘন ঘন ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধুয়ে নেবে অথবা অ্যালকোহলযুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার (৬০%- ৮০% অ্যালকোহল) দিয়ে পরিস্কার করে নিতে হবে।
- প্রতিবার একজন শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়ানোর আগে ও পরে স্বাস্থ্যকর্মী হাত ভালো করে সাবান ও পানি দিয়ে ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধুয়ে নেবে অথবা অ্যালকোহলযুক্ত হ্যান্ড স্যারিটাইজারের (৬০%- ৮০% অ্যালকোহল) পরিস্কার করে নিতে হবে।
- কোন কিছু যেমন ভিটামিন এ ক্যাপসুল, কাঁচি, কলম, পেন্সিল অথবা চিকিৎসা সামগ্রী ধরার আগে, স্বাস্থ্যকর্মীকে অবশ্যই হাতের সুরক্ষা ও পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করতে হবে।
- শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়ানোর আগে, যে সব উপকরণ শিশু বা তার পরিচর্যাকারীর সংস্পর্শে আসে যেমন, কাঁচি, ফরসেপ ইত্যাদি জীবানুমুক্ত করতে অ্যালকোহলযুক্ত মোছার সামগ্রী বা ৭০% ইথাইল অ্যালকোহল দিয়ে সমস্ত সরঞ্জাম জীবানুমুক্ত করে নিতে হবে।

- একজনের থেকে অন্যজনের সংস্পর্শের দ্বারা সংক্রামিত হওয়াকে রোধ করতে একজন স্বাস্থ্যকর্মীই কেবল ভিটামিন এ খাওয়াবেন এবং অন্য স্বাস্থ্যকর্মী বা প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত স্বেচ্ছাসেবক টালি শিট পূরণ করবেন।
- স্বাস্থ্যকর্মী বা স্বেচ্ছাসেবক নিজের নাক, চোখ ও মুখ স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকতে হবে।

৩. শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা:



- একজন স্বাস্থ্যকর্মীর থেকে শিশু বা তার পরিচর্যাকারীর বসার বা দাড়ানোর দূরত্ব হতে হবে অন্তত ১ থেকে ২ মিটার। কেবলমাত্র শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়ানোর সময়ে যতটুকু দূরত্ব বজায় রাখা সম্ভব ততটুকু দূরত্বে থেকে টিকা খাওয়াতে হবে।
- স্বাস্থ্যকর্মী ভিটামিন এ খাওয়ানোর সময়ে 'স্পর্শ না করার' নীতি মেনে চলতে হবে। ক্যাম্পেইন কেন্দ্র পরির্দশনের সময় স্বাস্থ্যকর্মী শিশু বা তার পরিচর্যাকারীকে স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকবে
- স্থায়ী কেন্দ্রেটি সম্ভব হলে খোলা স্থানে অথবা আলো বাতাসপূর্ণ জায়গাতে ভিটামিন-এ ক্যাম্পেইন পরিচালনা করা।
- স্বাস্থ্যকর্মী ভিটামিন এ ক্যাম্পেইন কেন্দ্রে পূর্ব থেকেই
- অন্তত ১ থেকে ২ মিটার দূরত্ব বজায় রেখে শিশু বা তার পরিচর্যাকারীর বসার জায়গা নির্দিষ্ট করে রাখবেন এবং কেন্দ্রে আগত অন্য শিশু বা তার পরিচর্যাকারীদের অপেক্ষা করার জন্য ১ থেকে

- ২ মিটার দূরত্ব বজায় রেখে বসার জায়গা নির্দিষ্ট করে রাখবেন । বয়স অনুযায়ী (৬-১১ মাস এবং ১২-৫৯ মাস বয়সী শিশুদের) দুইটি লাইনে বসার জায়গা নির্দিষ্ট করে রাখবেন ।
-

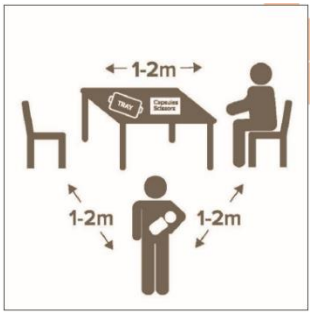
৪. শ্বাস প্রশ্বাসের স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন করা:

- সকল মা, শিশু পরিচর্যাকারী, শিশু ও স্বাস্থ্যকর্মীকে পরামর্শ দিতে হবে যেন হাঁচি-কাশির সময়ে স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন করে টিস্যু অথবা কাপড় দিয়ে বা বাহুর ভাঁজে নাক-মুখ ঢেকে ফেলতে হবে, ব্যবহৃত টিস্যু ঢাকনাযুক্ত ময়লার পাত্রে ফেলতে হবে ও ভালো করে দুই হাত জীবাণুমুক্ত করতে হবে।কোনভাবেই মাটিতে থু থু ফেলা যাবে না।

৫. স্বাস্থ্যকর্মীদের জন্য পর্যাপ্ত PPE/ পিপিই:

- সকল স্বাস্থ্যকর্মীদেরকে স্বাস্থ্য ঝুঁকি কমাতে শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়ানোর সময়ে স্বাস্থ্যকর্মীকে অবশ্যই মেডিকেল মাস্ক ব্যবহার করতে হবে।

- স্বাস্থ্যকর্মীকে মাস্ক ব্যবহারের নিয়মাবলী শেখাতে হবে, যেমন কিভাবে মাসক পরিধান করবেন, কিভাবে খুলবেন, কিভাবে স্বাস্থ্যসম্মতভাবে ডিসপোজ করবেন ইত্যাদি।
- কোন কারনে মাস্কের অপ্রাপ্যতা হলে সে ক্ষেত্রে মা বা শিশু পরিচর্যাকারী শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়াবেন।
  নিশ্চিত করতে হবে পুরোটা ক্যাপসুল যেন খাওয়ানো হয়।



৬. পরির্চ্যাকারী ও শিশুর কোভিট১৯ স্ক্রিনিং

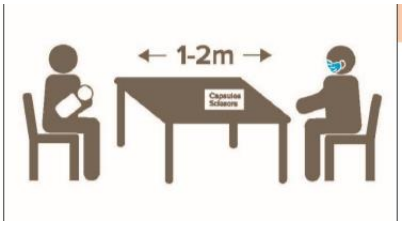
- কোভিট১৯ এর স্ক্রিনিং -এর গাইডলাইন অনুযায়ী শিশুকে ভিটামিন-এ খাওয়ানোর আগে, শিশু ও তার পরিচর্যাকারীর স্ক্রিনিং করতে হবে। সঠিকভাবে শিশু ও তার পরিচর্যাকারীর স্ক্রিনিং-এর উদ্দেশ্য হলো স্বাস্থ্যকর্মীর স্বাস্থ্য ঝুঁকি প্রতিরোধ করা।
- ৬ মাস থেকে ৫৯ মাস বয়সের সকল শিশু কোভিট১৯ পজেটিভ বা নেগেটিভ হোক না কেন, তবুও তাকে ভিটামিন-এ খাওয়াতে হবে।
- শুধুমাত্র শিশুর যদি শ্বাষনালীর অসুস্থতা বা শ্বাষকষ্ট অথবা অন্য কোন মারাত্নক অসুস্থতা থাকে তবে শিশুকে ভিটামিন-এ খাওয়ানো যাবে না।

বর্তমানের কোভিড ১৯ প্রেক্ষাপটে স্বাস্থ্যকর্মীর মাধ্যমে কেন্দ্রে আগত ৬ থেকে ৫৯ মাস বয়সী শিশুকে ভিটামিন এ খাওয়ানোর ধাপ সমূহ

জাতীয় ভিটামিন এ প্লাস ক্যাম্পেইন পরিচালনার সময় পূর্বের "জাতীয় ভিটামিন এ প্লাস ক্যাম্পেইন ব্যবস্থপনা গাইডলাইন" এবং বর্তমানের "কোভিড ১৯ প্রেক্ষাপটে কেন্দ্রে সংক্রামণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রনের গাইডলাইন" অনুসরণ করে স্বাস্থ্যকর্মী নিজে এবং সাহায্যকারী স্বেচ্ছাসেবকের প্রস্তুতি নিশ্চিত করে কেন্দ্রে আগত ৬ থেকে ৫৯ মাস বয়সী সকল শিশুকে ভিটামিন-এ খাওয়ানো শুরু করবেন। শিশুকে ভিটামিন-এ খাওয়ানোর সময় নিম্নের ধাপ সমূহ অনুসরণ করবেন।

ধাপ ১: শিশুকে ভিটামিন-এ দেয়া শুরুর আগে

- নিশ্চিত করুন নিরাপদে শিশুকে ভিটামিন-এ খাওয়ানোর আগে আপনার মুখ, নাক ভালো করে মাস্ক দিয়ে ঢাকা আছে কি না।
- পরিচর্যাকারীকে ভিটামিন-এ স্যাপ্লিমেন্টেশন সংক্রান্ত তথ্য প্রদান করুন এবং কোভিট১৯ প্রতিরোধের জন্য কি কি উদ্যোগ নেয়া হয়েছে তা বিস্তারিতভাবে জানান। মূখ্য ম্যাসেজগুলো হলো-
    - এটা ভিটামিন-এ ক্যাপসূল।
    - ভিটামিন 'এ' দেহের স্বাভাবিক বৃদ্ধিতে সহায়তা করে, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায় এবং শিশুমৃত্যুর ঝঁকি কমায়।
    - সকল মা, শিশু পরিচর্যাকারী, শিশু ও স্বাস্থ্যকর্মীকে পরামর্শ দিতে হবে যেন হাঁচি-কাশির সময়ে স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন করে টিস্যু অথবা কাপড় দিয়ে বা বাহুর ভাঁজে নাক-মুখ ঢেকে ফেলতে হবে, ব্যবহৃত টিস্যু ঢাকনাযুক্ত ময়লার পাত্রে ফেলতে হবে ও ভালো করে দুই হাত জীবাণুমুক্ত করতে হবে।কোনভাবেই মাটিতে থু থু ফেলা যাবে না।
    - একজন স্বাস্থ্যকর্মীর থেকে শিশু বা তার পরিচর্যাকারীর বসার বা দাড়ানোর দূরত্ব হতে হবে অন্তত ১ থেকে ২ মিটার। পরিচর্যাকারীকে বুঝিয়ে বলুন কেবলমাত্র শিশুকে ভিটামিন 'এ' খাওয়ানোর সময়ে স্বাস্থ্যকর্মী শিশুকে কাছে এসে ভিটামিন 'এ' খাওয়াবেন। এরপর স্বাস্থ্যকর্মী আবার নিরাপদ দূরত্বে চলে যাবেন।



ধাপ ২: শিশু পরিচর্যাকারীকে কাছাকাছি একটি নির্দিষ্ট স্থানে শিশুর টিকা কার্ড বা গ্রোথ মনিটরিং কার্ডটিকে রাখতে বলুন।

- বয়স যাচাইয়ের জন্য শিশুর টিকা কার্ডটি হাতে নিন ।
- পরিচর্যাকারী যদি শিশুর গ্রোথ মনিটরিং কার্ডটি এনে থাকেন সেটা অনুযায়ী শেষ ভিটামিন-এ ক্যপসুল খাওয়ার তারিখটি নিশ্চিত করুন।
- যদি শিশুটির টিকা কার্ড না থাকে:
    - শিশুর বয়স জিজ্ঞাসা করুন।
    - শিশুটি ইতিমধ্যে ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খেয়েছে কিনা তা নিশ্চিত হওয়ার জন্য পরিচর্যাকারীকে জিজ্ঞাসা করুন যে গত ৩ মাসের মধ্যে শিশুটি কোন ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খেয়েছে কিনা। আপনি এই প্রশ্নটি করার সময়

পরিচর্যাকারীকে বয়স অনুযায়ী লাল ও নীল ভিটামিন-এ ক্যাপসুলটি দেখান । যদি শিশুটি গত ৩ মাসের মধ্যে ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খেয়ে থাকে তাকে আর খাওয়ানোর প্রয়োজন নেই। কিন্তু পরবর্তীতে তিনি শিশুকে আবার ভিটামিন-এ ক্যপসুল খাওয়ানোর সুযোগ পাবেন সেই তথ্যটি তাকে দিন। আর যদি শিশুটি গত ৩ মাসের মধ্যে ভিটামিন-এ ক্যাপসুল না খেয়ে থাকে তার সাথে প্রক্রিয়াটি চালিয়ে যান।

- শিশুর পরিচর্যাকারীকে টিকা কার্ডটি প্রদান করুন।

- ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়ানোর স্বাভাবিক প্রক্রিয়া অনুসরণ করুন, শিশুটি সঠিকভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস নিতে পারছে কিনা তা নিশ্চিত হোন। যদি স্বাভাবিকভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস নিতে না পারে তবে ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়ানো থেকে বিরত থাকুন।

ধাপ ৩: সাবান ও পানি দিয়ে দুই হাত ধুয়ে নিন অথবা অ্যালকোহলযুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে দুই হাত ভালভাবে ঘষে নিন।

- পরিচর্যাকারীকে শিশুকে ভালভাবে কোলে নিতে বলুন এবং শিশুটি যেন মায়ের কোলে শান্ত থাকে তা নিশ্চিত হোন।

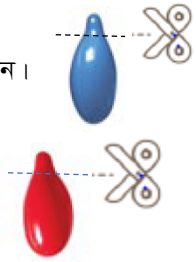
- ৬-১১ মাস বয়সী শিশুদের ক্ষেত্রে তাদের পরিচর্যাকারীদেরকে শিশুর মাথাটি ধরতে বলুন এবং হা করানোর জন্য শিশুটির দুই গাল একসাথে চাপ দিতে বলুন। ১২-৫৯ মাস বয়সী শিশুদের ক্ষেত্রে পরিচর্যাকারীদেরকে শিশুর মাথাটি ধরতে বলুন এবং শিশুকে তার মুখ হা করতে বলুন।

৬-১১ মাস ১২-৫৯ মাস

ধাপ-৪: কৌটা থেকে সঠিক মাত্রার ভিটামিন-এ ক্যাপসুলটি বের করুন এবং একটি পরিষ্কার কাঁচি দিয়ে ক্যাপসুলটি খোলার জন্য এর সরু প্রান্তটি কাটুন। মনে রাখবেন:

- ৬-১১ মাস বয়সী শিশুকে একটি করে নীল রঙের ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়াবেন।

- ১২-৫৯ মাস বয়সী শিশুকে ১টি লাল রঙের ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়াবেন।



ধাপ-৫: ভিটামিন-এ ক্যাপসুলটি খাওয়ানোর পরে শিশু ও পরিচর্যাকারী থেকে ১-২ মিটার দুরে সরে যান।

ধাপ ৬: ব্যবহৃত ক্যাপসুলের খোসাগুলো একটি প্লাষ্টিকের ব্যাগে রাখুন এবং একটি পরিষ্কার কাপড় দিয়ে আপনার হাতে ও কাঁচিতে লেগে থাকা তেল মুছে পরিষ্কার করে ফেলুন।

ধাপ-৭: ক্যাপসুল খাওয়ানোর পর টালি সীটে এবং গ্রোথ মনিটরিং কার্ডটিতে শিশুর ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়ানোর তারিখটি লিপিবদ্ধ করুন।

ধাপ-৮: কাছাকাছি কোন শুষ্কস্থানে শিশুর গ্রোথ মনিটরিং কার্ডটি রাখুন এবং পরিচর্যাকারীকে তা নিতে বলুন।

ধাপ-৯: সাবান ও পানি দিয়ে দুই হাত ধুয়ে নিন অথবা অ্যালকোহলযুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে দুই হাত ভালভাবে ঘষে নিন।