# COMMISSIONERATE
## Health & Family Welfare Services

No:NVBDCP/EST -7 E(1)/2023-24 Date:18th Dec 2023

<u>**ಸಲಹಾಪತ್ರ**</u>

**(ಸಾರ್ವಜನಿಕರ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ)**

ವಿಷಯ: ಕೋವಿಡ್ - 19 : ಕೇರಳ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್ 19 ಪ್ರಕರಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಏರಿಕೆ: ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳ ಕುರಿತು.

ಉಲ್ಲೇಖ: ಕೋವಿಡ್ -19 ರಾಜ್ಯ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿ 202ನೇ ಸಭೆಯ ನಡಾವಳಿಗಳು, ದಿನಾಂಕ: 17.12.2023.

ಪ್ರಸ್ತುತ, ದೇಶದ ಕೋವಿಡ್ - 19ನ ಅಂಕಿ-ಅಂಶಗಳು, ಕೇರಳ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್ 19 ಪ್ರಕರಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳ, ತಮಿಳುನಾಡು ಹಾಗೂ ಕೇರಳ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್ 19 ನ ಉಪತಳಿ JN.1 ವರದಿಯಾಗಿರುವುದು, ಚಳಿಗಾಲದ ಹವಾಮಾನ, ಕ್ರಿಸ್ ಮಸ್ ಹಾಗೂ ಹೊಸವರ್ಷಾಚರಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಂಭವನೀಯ ಜನದಟ್ಟಣೆ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಂಡು, ಕೋವಿಡ್ 19 ರಾಜ್ಯ ತಾಂತ್ರಿಕ ಸಲಹಾ ಸಮಿತಿಯು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿರುವ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಪಾಲಿಸುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

1. ಎಲ್ಲಾ ಹಿರಿಯ ನಾಗರೀಕರು (60 ವರ್ಷ ಹಾಗೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರು), ಇತರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರು ( ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಿಡ್ನಿ, ಹೃದಯ, ಲಿವರ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು), ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಎದೆ ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಂದಿರು, ಹೊರಾಂಗಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ತೆರಳಿದಾಗ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು. ಅಗತ್ಯ ಗಾಳಿ-ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಜನಸಂದಣಿಯಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ತೆರಳದಿರುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.

2. ಜ್ವರ, ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ಇತ್ಯಾದಿ ಉಸಿರಾಟದ ಸೋಂಕಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದವರು ತಕ್ಷಣವೇ ಅಗತ್ಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು. ಮೂಗು ಹಾಗೂ ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚುವಂತೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದು, ಅಗತ್ಯ ಗಾಳಿ-ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಜನಸಂದಣಿಯಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡದಿರುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.

3. ಉತ್ತಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೈಗಳನ್ನು ಸೋಪು ಹಾಗೂ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಪಾಲನೆಯು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

4. ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ, ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹಿರಿಯ ನಾಗರೀಕರು / ದುರ್ಬಲರನ್ನು (vulnerable) ಅವಶ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಮಾತ್ರವೇ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು. ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದವರು, ಜನಸಂದಣಿಯ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವಂತೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗಿ .

5. ಅಂತರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಯಾಣದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿದ್ದು, ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ವಿಮಾನದ ಒಳಗೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಾಳಿ-ಬೆಳಕು ಇಲ್ಲದ ಮತ್ತು ಜನದಟ್ಟಣೆ ಇರುವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ತೆರಳದಿರುವುದೂ ಸೇರಿದಂತೆ, ಇತರ ಅಗತ್ಯ ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ, ಕೋವಿಡ್ -19ನ ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳ ಕುರಿತು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಲಭ್ಯ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಚುರಪಡಿಸುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಿದ್ದು, ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಪಾಲನೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು . ಬಿಬಿಎಂಪಿ ಹಾಗೂ ಜಿಲ್ಲಾಡಳಿತಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

RL 18-12-22

**(ರಂದೀಪ್ ಡಿ.)**
**ಆಯುಕ್ತರು**
**ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳು**

**ಇವರಿಗೆ,**

1. ವಿಶೇಷ ಆಯುಕ್ತರು ( ಆರೋಗ್ಯ & ಐ ಟಿ) , ಬಿಬಿಎಂಪಿ, ಬೆಂಗಳೂರು.
2. ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು
3. ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು – ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯತ್, ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು.
4. ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು
5. ಮುಖ್ಯ ಆರೋಗ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು ( ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ), ಬಿಬಿಎಂಪಿ, ಬೆಂಗಳೂರು.
6. ಜಿಲ್ಲಾ ಸರ್ವೇಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು.
7. ಜಿಲ್ಲಾ ಸರ್ಜನರು, ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳು.
8. ಅಭಿಯಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು – ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನ, ಬೆಂಗಳೂರು.
9. ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸೇವೆಗಳು, ಬೆಂಗಳೂರು.

**ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಅವಗಾಹನೆಗಾಗಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದೆ.**

1. ಸರ್ಕಾರದ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ, ವಿಧಾನಸೌಧ, ಬೆಂಗಳೂರು.
2. ಮುಖ್ಯ ಆಯುಕ್ತರು, ಬಿಬಿಎಂಪಿ, ಬೆಂಗಳೂರು.
3. ಸರ್ಕಾರದ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ, ವಿಕಾಸಸೌಧ, ಬೆಂಗಳೂರು.
4. ಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವರ ಆಪ್ತ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು.

RL

**COMMISSIONERATE**

**Health & Family Welfare Services**

No. NVBDCP/EST -7 E(1)/2023-24 Date: 18th Dec 2023

**ADVISORY**

**(To General Public)**

Subject:Precautions for General Public in the context of recent surge of Covid-19 cases in Kerala.

Reference: Meeting Proceedings of 202nd Covid 19 TAC, dated: 17th Dec 2023.

*******************************

In the context of the current scenario of Covid-19 in the country and the emergence of JN.1 sub variant in neighboring Kerala & Tamil Nadu states,the ongoing winter, and the expected crowding particularly in closed spaces during the year end &New Year festivities, the general public are advised to comply with the following precautionary measures, which are also advised by Covid 19 State Technical Advisory Committee(TAC).

1. All elderly (60 years and above), co-morbid (particularly with kidney, heart, liver ailments, etc.), pregnant women and lactating mothers, when outdoor, shall wear face masks, and strictly avoid visiting closed, poorly ventilated spaces and crowded areas.
2. All those with respiratory symptoms like fever, cough, cold, running nose, etc. shall seek medical consultation early. They should wear face masks (covering nose and mouth) and avoid visiting closed, poorly ventilated spaces, and crowded areas.
3. Good personal hygiene maintenance including frequent hand washing, is necessary.
4. When unwell, stay at home, and minimize contact with other people, especially seniors and those who are vulnerable. At crowded places, particularly, if not well-ventilated, wearing a mask is advised.

RLp

5. When travelling overseas, stay vigilant and adopt relevant travel precautions, such as wearing mask at the airport and inside aircraft & avoiding crowded areas with poor ventilation.

The concerned authorities in both BBMP and districts shall ensure the dissemination of the above information effectively through available media & compliance of the same in the larger interest of Public Health, so that general public is well informed on the precautionary measures to be followed for keeping Covid-19 at bay.

18.12.23

**(Randeep. D)**
**Commissioner**
**Health & Family Welfare Services**

**To:**

1. The Special Commissioner – Health & IT, BBMP, Bengaluru
2. The Deputy Commissioners of all districts
3. CEOs, ZP of all districts
4. The District Health and Family Welfare officers of all districts
5. The District Surveillance Officers of all districts
6. The Mission Director-National Health Mission
7. The Director, Health & Family Welfare Services

**Copy for kind information to:**

1. The Chief Secretary, GoK.
2. The Chief Commissioner – BBMP, Bengaluru
3. The Principal Secretary to Govt., Dept. of Health & Family Welfare, Vikasa Soudha, Bengaluru.
4. PS to Hon'ble Minister for Health & Family Welfare, GoK.