Government of Karnataka

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

HOME ISOLATION AWARENESS

ಗೃಹ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ

Category A: Asymptomatic COVID-19 Positive

ವರ್ಗ A: ಗುಣಲಕ್ಷಣ ರಹಿತ ಕೋವಿಡ್–19+ ರೋಗಿಗಳು

Category B : COVID-19 Positive with Mild Symptoms

ವರ್ಗ B – ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸೌಮ್ಯ (mild) ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕೋವಿಡ್ – 19+ ರೋಗಿಗಳು

Fever	ಜ್ವರ
Dry Cough	ಒಣಕೆಮ್ಮು
Loss of Smell	ವಾಸನೆ ಕೆಳೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು
Loss of Taste	ರುಚಿ ಕೆಳೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು
Myalgia	ಮೈಕೈ ನೋವು
Diarrhoea	ಅತಿಸಾರ

If above Patients develop these symptoms/Signs needs immediate hospital admission:
ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾಗಬೇಕು:

- ❖ Shortness of Breath / Breathlessness
- ❖ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ
- ❖ Resting Heart rate >100 / Palpitations
- ❖ ಎದೆ ಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು >100
- ❖ Spo2 <94% on any occasion
- ❖ ದಿನದ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಮ್ಲಜನಕ ಪ್ರಮಾಣ <94% ಇರುವುದು

Eligibility for Home Isolation / Home Care
ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ ಪಡೆಯಲು ಯಾರು ಅರ್ಹರು

- The person should be assigned as category A (or) B through Telephonic triage (or) by a doctor in charge
- ವೈದ್ಯರು / ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ದೂರವಾಣಿ ಮುಖಾಂತರ (ಎ) ಅಥವಾ (ಬಿ) ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿರುವ ರೋಗಿಗಳು
- Such patients should have a separate room at their home for self isolation and also for quarantining of family contacts
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳಿಗಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಗಾಳಿ, ಬೆಳಕು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕೊಠಡಿ ಮತ್ತು ಶೌಚಾಲಯ ಇರಬೇಕು
- 24x7 care giver should be available
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಯು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮೀಸಲಿರಬೇಕು
- Regular communication should be there between caregiver & the doctor throughout the period of home isolation
- ರೋಗಿಯು ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪೂರ್ಣ ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆದಾರರು/ಆಸ್ಪತ್ರೆ/ವೈದ್ಯರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಬೇಕು
- The person shall provide a signed undertaking for self isolation and to follow guidelines
- ರೋಗಿಯು ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದಾಗಿ ಸಹಿ ಮಾಡಿದ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪತ್ರ ನೀಡಬೇಕು
- Person in Home isolation should have Pulse oximeter / Thermometer.
- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪಲ್ಸ್ ಆಕ್ಸಿಮೀಟರ್ / ಥರಮೋಮೀಟರ್ ಇರಬೇಕು.

❖ 6 Minute Walk Test/3 Minute Walk Test (>60 years) induced desaturation of >4% ❖ 6 ನಿಮಿಷ / 3 ನಿಮಿಷ ನಡೆದಾಡುವ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ (60 ವರ್ಷ)>4% ಆಮ್ಲಜನಕ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ❖ Worsening of symptoms ❖ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು (ಜ್ವರ, ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ) ತೀವ್ರವಾದಾಗ ❖ Neutrophil Lymphocyte Ratio >3.5 ❖ ನ್ಯೂಟ್ರೋಫಿಲ್ ಲಿಂಫೋಸೈಟ್ ಅನುಪಾತ> 3.5	**MONITORING ಆರೈಕೆ ಕ್ರಮಗಳು** • Monitor symptoms & body temperature • ರೋಗದ ಗುಣಲಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡಬೇಕು. • Adequate fluid intake • ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಸೇವನೆ • Measure BP twice a day • ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. • Monitor Oxygen level (SPO2) with a Pulse oximeter • ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಆಮ್ಲಜನಕ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. • Perform 6 Minute walk test everyday • ಪ್ರತಿದಿನ 6 ನಿಮಿಷ ನಡೆದಾಡುವ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು

<u>Investigations Suggested:</u>
<u>ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸೂಚನೆಗಳು:</u>

- CBC, LFT, RFT
- RBS
- Chest X-ray
- CRP

(CBC, LFT, RFT, RBS, Chest X-ray, CRP): Once | ಒಂದು ಬಾರಿ

- SpO2 monitoring 6 hourly
- 6MWT (Six Minute Walk Test)
  or 3MWT (For >60 yrs.)

<u>Management ನಿರ್ವಹಣೆ:</u>

- **T. Ivermectin 12mg OD for 3 days (ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಬಾರಿ×3 ದಿವಸ)**

  OR - ಅಥವಾ

  T.Favipiravir 1800mg(200mg ×9) BD on Day 1, (ಮೊದಲನೇ ದಿನ 2 ಬಾರಿ)

  f/b 800mg (200mg ×4) BD For 6 days. (ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ×6 ದಿನ)
- **T. Vitamin C 500mg BD (ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ)**
- **T. Zinc 50mg OD** (ದಿನಕ್ಕೆ 1 ಬಾರಿ)

Monitor Symptoms and Body Temperature
ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು.

Maintain Adequate Hydration
ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು

Monitor Oxygen saturation with a Pulse Oximeter
ಪಲ್ಸ್ ಆಕ್ಸಿಮೀಟರ್‌ನಿಂದ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಪ್ರಮಾಣ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು.

Measure BP twice a day
ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.

Perform 6MWT everyday
ಪ್ರತಿದಿನ 6 ನಿಮಿಷ ನಡಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು

Eligibility for Home Isolation/Home care:

ಮನೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಗೆ ಅರ್ಹತೆ:

The person shall be clinically assigned as asymptomatic/mild case through telephonic triage or by the health staff/medical officer/ physician. Such cases should have the requisite facility at their residence for self-isolation and also for quarantining the family contacts. A caregiver should be available to provide care on a 24 X 7 basis. A regular communication link between the caregiver and hospital is a pre-requisite for the entire duration of home isolation/ home care

ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಟೆಲಿಫೋನಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸರದಿ ನಿರ್ಧಾರದ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ/ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧಿಕಾರಿ / ವೈದ್ಯರಿಂದ ಗುಣಲಕ್ಷಣರಹಿತ / ಸೌಮ್ಯ ಪ್ರಕರಣವಾಗಿ ನಿಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳು ತಮ್ಮ ನಿವಾಸದಲ್ಲಿ ಸ್ವಯಂ-ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. 24/7 ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಒಬ್ಬ ಆರೈಕೆದಾರ ಲಭ್ಯವಿರಬೇಕು. ಆರೈಕೆದಾರ ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ನಡುವಿನ ನಿಯಮಿತ ಸಂವಹನ ಸಂಪರ್ಕವು ಮನೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಯ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಗೆ ಪೂರ್ವ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

The person shall provide a signed undertaking for self-isolation/home care and follow guidelines of home isolation/home care. The person shall agree to monitor his/her health and regularly inform their health status to the tele-monitoring team/ medical officer/physician/ family doctor and District Surveillance Officer (DSO) for further follow up by the surveillance teams.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ವಯಂ-ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಸಹಿ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಕಣ್ಗಾವಲು ತಂಡಗಳು ಮತ್ತಷ್ಟು ಅನುಸರಣೆ ಮಾಡಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅವನ / ಅವಳ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಲು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಟೆಲಿ-ಮಾನಿಟರಿಂಗ್ ತಂಡ / ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧಿಕಾರಿ / ವೈದ್ಯ / ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಕಣ್ಗಾವಲು ಅಧಿಕಾರಿ (DSO) ರವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.

* **For pregnant women Home isolation / home care shall not be applicable 2 weeks before expected date of delivery (EDD)**

* **ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಹೆರಿಗೆ ದಿನಾಂಕಕ್ಕೆ (EDD) 2 ವಾರಗಳ ಮೊದಲು ಮನೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ.**

To be Shifted immediately to DCHC/DCH
ತಕ್ಷಣವೇ DCHC / DCH ಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಬೇಕು

- All opting for Home isolation should have Pulse Oximeter and Thermometer at home.
- ಮನೆಯ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿರುವವರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪಲ್ಸ್ ಆಕ್ಸಿಮೀಟರ್ ಮತ್ತು ಥರಮೋಮೀಟರ್ ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

- Patient whose symptoms increase within the next 12-24 hours, needs to be Shifted to CCC/DCHC depending on the Health condition.
- ಮುಂದಿನ 12–24 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾದರೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ CCC / DCHC ಗೆ ಸೋಂಕಿತರನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

For the person in isolation / home care, separate well ventilated room with a separate toilet should be there. The person shall stay in the identified room and away from other persons in the home.

ಗೃಹ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ / ಮನೆಯ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಶೌಚಾಲಯದೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗಾಳಿ, ಬೆಳಕು ಇರುವ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬೇಕು. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗುರುತಿಸಲಾದ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಇತರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.