

कोरोना और कोरोना टीकाकरण के बारे में सवाल-जवाब

सब के लिए महत्वपूर्ण संदेश।

1. यह सावधानियाँ रखे।

- मास्क का उपयोग करे।
- भीड़-भाड़ से दूर रहे।
- परिवार के अलावा दूसरे लोगों से दूरी बनाएं रखे।

2. किसी को बुखार, गले में खराश या जुखाम हो तो क्या करें?

- अपनी गांव की आशा से सम्पर्क करे एवं दवाई कीट प्राप्त करें।
- घर पर रहे एवं लगभग दो सप्ताह तक किसी के सम्पर्क में न आए।
- साँस लेने में कोई तकलीफ हो तो तुरन्त अस्पताल जाए।

3. टीकाकरण

- 18 वर्ष से अधिक उम्र के सभी लोग टीकाकरण करवाए।

1. कोरोना क्या है ?

कोरोना एक बीमारी है जो कोरोना वायरस के कारण होती है। कोरोना वायरस एक छोटासा किटाणु है जो आंखों से दिखाई नहीं देता, यह खास मशीन से ही देखा जा सकता है। यह नाक और मुँह से शरीर में प्रवेश करता है जिससे यह बीमारी हो जाती है। इसके लक्षण हैं; हल्का बुखार, सूखी खांसी और थकान। कुछ रोगियों को गंध और स्वाद बिल्कुल महसूस नहीं होता एवं दस्त हो जाती है। यह भी संभव है कि कोरोना से बीमार व्यक्ति में बीमारी के कोई लक्षण दिखाई न दे।

2. कोरोना वायरस कैसे फैलता है ?

कोरोना वायरस हवा से फैलता है। एक व्यक्ति जिसे कोरोना की बीमारी है जब वह सांस लेता है, बातचीत करता है या खांसता है तो वह इस दौरान हवा में वायरस छोड़ता है, जिससे आसपास की हवा में वायरस फैल जाता है। वायरस युक्त इसी हवा में सांस लेने वाले लोगों के शरीर में यह प्रवेश कर जाता है और उन्हें यह बीमारी हो जाती है। कोरोना के फैलने की संभावना बंद कमरों में अधिक होती है। खुली हवा में कोरोना का वायरस कम फैलता है।

3. कोरोना शहरों में रहने वालों को प्रभावित करता है। हम पूरे दिन सूरज की तेज धूप में खेतों पर काम करते हैं इसलिए हमें कोरोना नहीं होगा।

यह सच है कि शहरों में कोरोना के मामले अधिक हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि शहरों में लोग बंद और भीड़-भाड़ वाले स्थानों पर रहते हैं, काम करते हैं, यात्रा करते हैं और एक-दूसरे से निकटता रहती है, जिससे उनको कोरोना होने का खतरा ज्यादा रहता है। खुली हवा और अच्छी तरह हवादार स्थानों में कोरोना होने का खतरा कम होता है। लेकिन लोगों की शहरों और गांवों के बीच आवाजाही रहती है जिससे कोरोना गांवों में भी फैल रहा है। पिछले साल की तुलना में इस साल गांवों में कोरोना के अधिक मामले सामने आ रहे हैं।

4. मुझे बुखार, गले में खराश और खांसी है। क्या यह कोरोना हो सकता है ? मुझे क्या करना चाहिए ?

कोरोना में आमतौर पर होने वाली सर्दी-खांसी जैसे लक्षण ही दिखाई देते हैं। आपको ऐसे लक्षण हैं तो यह कोरोना हो सकता है। ऐसे में आप स्वयं को अलग करते हुए दूसरों से दूरी बना लेवे। अपने गांव की आशा बहन जी से सम्पर्क करें उनके पास दवाई का कीट मिलेगा उसका परामर्श के अनुसार सेवन करे। यदि आपको तेज बुखार या सांस लेने में कठिनाई होने जैसे लक्षण महसूस हो तो तुरंत अस्पताल जाएँ।

5. मुझे कोरोना जाँच करवाने से डर लगता है। अगर मैं पॉजिटिव हूँ तो वे मेरे घर आएंगे और मुझे ले जाएंगे।

अधिकांश लोग जिनको कोरोना की बीमारी होती है तो यह एक मामूली बीमारी होती है और घबराने की आवश्यकता नहीं है। आपको घर पर ही रहना चाहिए, खुद को परिवार के अन्य सदस्यों से अलग करे और अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखे। आपको अस्पताल जाने की तभी जरूरत है जब आपको सांस लेने में कठिनाई जैसे गंभीर लक्षण हों। इसलिए आप बिल्कुल चिंता ना करे आपको कोई कहीं नहीं ले जाएगा।

6. मेरी डिलीवरी होने वाली है लेकिन मुझे डर है कि अगर मैं अस्पताल जाऊँगी तो मुझे कोरोना हो जाएगा।

हॉस्पिटल में कोरोना होने का डर तो है पर आप अपनी सुरक्षा के लिए दूरी बनाएं रखे, नाक मुँह पर कपड़ा बांधें। हॉस्पिटल में डॉक्टर व नर्स साफ-सफाई का पूरा ध्यान रखते हैं। आपको डिलीवरी के लिए अस्पताल जाना बहुत जरूरी है। इससे किसी भी समस्या का पता चल जाता है और आप और आपका बच्चा दोनों स्वस्थ रहते हैं।

7. आशा बहन जी ने हमें बताया की "कोरोना बीमारी के चलते हमें शादी व मृत्युभोज में नहीं जाना चाहिए।

कोरोना की बीमारी भीड़-भाड़ में ज्यादा फैलती है। यदि इस कार्यक्रम में एक भी कोरोना से संक्रमित व्यक्ति हो तो वह कई और लोगों में बीमारी फैला सकता है। इसलिए सामाजिक कार्यक्रमों में कम से कम भागीदारी करें एवं निम्न सावधानियां रखे।

- कार्यक्रम में कम से कम लोगों को बुलाए और कोशिश करे की 10 से 15 लोग से ज्यादा न हो।
- लोग बन्द कमरों में ना रहे खुली जगह पर रहे।
- मास्क का उपयोग करे।
- सदैव प्रयाप्त दूरी बनाकर रखे। हाथ मिलाने व हाथ चुमने से बचे।
- परिवार के किसी सदस्य में कोरोना के लक्षण दिखने पर वह कार्यक्रम में भागीदारी ना करे।

8. कोरोना का टीका कैसे काम करता है ?

कोरोना के टीके में कोरोना वायरस का एक छोटासा टुकड़ा होता है। जब यह टीका लगाया जाता है तो हमारे भारीर में इस बीमारी के खिलाफ रोग प्रतिरोधक क्षमता पैदा होती है। इसके बाद यदि हमको कोरोना संक्रमण होता है तो भारीर में पैदा हुई रोग प्रतिरोधक क्षमता इस बीमारी से हमारा बचाव करती है। इसलिए जिनको टीका लगा होता है उनको या तो कोरोना की बीमारी होती ही नहीं है और अगर होती भी है तो एक मामूली बीमारी होती है। परन्तु यदि यह बीमारी उन लोगो को होती है जिनको टीका नहीं लगा है तो यह एक गंभीर बीमारी का रूप ले सकती है।

9. किसको टीका लगवाना चाहिए ?

18 वर्ष से अधिक की आयु के सभी लोगों को यह टीका लगवाना चाहिए।

10. मैं टीकाकरण कैसे और कहाँ पर करवा सकता हूँ ?

आप अपने निकटतम पीएचसी और सीएचसी पर टीका लगवा सकते हैं। जब आप टीकाकरण के लिए जाते हैं तो अपना आधार कार्ड या कोई अन्य फोटो आईडी और अपना मोबाइल नंबर लेकर जाएं।

11. टीकाकरण समय सारणी क्या है ?

वैक्सीन 2 खुराक में दिया जाता है। दूसरी खुराक पहली खुराक मिलने के डेढ़ माह बाद दी जाएगी एवं जब तक आप दोनों खुराक प्राप्त नहीं कर लेते आपका टीकाकरण पूर्ण नहीं होगा।

12. जिन लोगों को टीका लगाया जाता है, उन्हें कुछ दिनों के लिए बुखार और शरीर में दर्द होता है। मुझे डर है कि मैं बीमार हो जाऊंगा।

कोरोना का टीका बहुत सुरक्षित है। जैसा कि सभी दवाओं के साथ होता है, टीका लगने के बाद साइड इफेक्ट हो सकते हैं। हालांकि, ये आमतौर पर बहुत कम अवधि के होते हैं। कुछ सामान्य लक्षण हैं— बदन में दर्द, सिरदर्द, थकान, मांसपेशियों और जोड़ों में दर्द, बुखार, ठंड लगना और जी घबराना आदि। यह कुछ दिनों में ठीक हो जाते हैं। आम लक्षण जो कोरोना टीकाकरण के बाद होते हैं वह दो—तीन दिन में ठीक हो जाते हैं लेकिन अगर आपको कोरोना का संक्रमण हो जाए तो यह 15 से 20 दिनों तक चल सकता है और इसमें हालत गंभीर भी हो सकती है।

इसलिए आप ही बताइए कि कोरोना का टीका लगाना ज्यादा सही है या नहीं?

13. मेरे दोस्त ने मुझसे कहा कि अगर मैं टीका लगवाऊंगा तो मुझे कोरोना हो जाएगा।

यह बात बिल्कुल गलत है। टीका लगाने से तो आपका कोरोना से बचाव होगा।

14. टीका लगने के बाद मुझे क्या सावधानियां बरतनी चाहिए ?

टीका लगवाने के बाद आपको अपने खाने में कोई बदलाव करने की आवश्यकता नहीं है। आप तुरंत काम पर भी जा सकते हैं। हालांकि, अगर आप टीकाकरण के बाद बुखार या थकान जैसे हल्के साइड इफेक्ट अनुभव करते हैं तो आप पेरैसिटामोल की गोली ले सकते हैं।

15. अगर मुझे पहले से डायबिटीज, उच्च रक्तचाप, एचआईवी जैसी गंभीर बीमारियां हैं, तो क्या ऐसी स्थिति में टीका लगवाना सुरक्षित है ?

यदि आपके पहले से ही कोई गंभीर बीमारी हो तो भी आप टीका लगवा सकते हैं। बल्कि आपको टीका लगाना और भी जरूरी है क्योंकि कोरोना का खतरा उनमें अधिक होता है जिनमें कोई लम्बी बीमारी है और टीका लगवाने से गंभीर कोरोना से बचाव होता है। यदि आप किसी भी प्रकार की दवा ले रहे हैं तो आपको पंजीकरण करते समय अपने टीकाकार को बताना चाहिए। जब आप टीका लगाने के लिए जाते हैं तो आपको अपनी दवाएं और डॉक्टर की पर्ची साथ ले जानी चाहिए।

16. मुझे तो कोरोना नहीं है। मुझे टीका क्यों लगवाना चाहिए ? जिन लोगों को कोरोना है, उन्हें टीका लगवाना चाहिए।

टीकाकरण के बाद जब आप किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आते हैं तो आपका शरीर वायरस से लड़ने के लिए तैयार होता है, इसलिए आपको गंभीर कोरोना नहीं होगा। यह टीका आपको कोरोना की बीमारी होने से और विशेषकर गंभीर बीमारी होने से बचाएगा। जब आपको कोरोना की बीमारी नहीं होगी तो आपके आस-पास के लोगों का भी बीमारी से बचाव होगा। अगर ज्यादा से ज्यादा लोग टीका लगवाएंगे तो महामारी खत्म हो जाएगी।

17. मेरे पड़ोसियों ने मुझे बताया कि जो लोग टीकाकरण करवाते हैं, वे छह महीने में मर जाएंगे।

यह बात सही नहीं है। कोरोना के टीके पूरी तरह सुरक्षित हैं। कई देशों में वैज्ञानिकों ने लाखों टीकाकृत लोगों की जानकारी को इकट्ठा किया इसमें साफ पता चला है कि कोरोना का टीका बीमारी को कम करता है। खास तौर से यह कोरोना से होने वाली गंभीर बीमारी एवं अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत को बहुत ही कम कर देता है। यह बात बिल्कुल साफ पता चल रही है कि कोरोना का टीका हमें बीमारी से बचाने में और स्वास्थ्य रखने में मदद करता है।

18. मैंने सुना है कि एक आदमी की टीका लगने के बाद मृत्यु हो गई।

कोरोना का टीका लगने के बाद बहुत कम कभी किसी को गंभीर समस्या हो सकती है। पर यह बहुत कम लोगों को होता है। अगर एक लाख लोगों को टीका लगे तो उनमें से 1 को गंभीर रिएक्शन होगा। लेकिन जिन्होंने टीका नहीं लगाया है उनमें गंभीर कोरोना की बीमारी और मृत्यु की संभावना बहुत ज्यादा बढ़ जाती है। अगर एक लाख लोगों को कोरोना का संक्रमण होगा तो उनमें से 10 से 15 हजार को गंभीर बीमारी होगी। लगभग दो हजार तक लोगों की मृत्यु भी हो सकती है। अब आप ही बताएं कोरोना टीका लगाना ज्यादा सही है या नहीं?

19. मेरे जानकार कुछ लोगों ने कोरोना के टीके की दोनों खुराक ली थी, इसके बावजूद उन्हें कोरोना हो गया। तो फिर हमें यह टीका क्यों लगवाना चाहिए ?

कोरोना का टीका गंभीर बीमारी से बचाव करता है। जिन देशों में टीकाकरण अच्छे से हो गया है वहाँ अस्पताल में भर्ती होना एवं मृत्यु बहुत कम हो गई है। टीका लगवाने के बाद कभी कभी कोरोना की बीमारी हो सकती है लेकिन गंभीर लक्षण नहीं होंगे और अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

20. पिछले वर्ष गर्मियों में कोरोना अपने चरम पर था। इस साल भी गर्मियों में मामलों में वृद्धि हुई है। ऐसा क्यों हो रहा है ?

2021 में, पिछले वर्ष के मुकाबले कोरोना के मामलों में बहुत बड़ा उछाल आया है, इसके तीन कारण हैं। 1. कोरोना वायरस के कीटाणु में बदलाव हुआ है। जो नया वायरस है यह बहुत तेजी से फैलता है। 2. लोगों ने भी मास्क का इस्तेमाल, दूरी बनाए रखना कम कर दिया है और कई जगह लोगों की भीड़ भी इकट्ठी हो जाती है। जैसे भादियों में। 3. देश में बहुत कम लोगों को कोरोना को टीका लगा है इसलिए कम लोगों का ही बीमारी से बचाव हो पा रहा है।

21. मेरे गाँव के कुछ लोग कह रहे हैं कि सभी को टीकाकरण केंद्र पर अपनी बैंक डायरी साथ लेकर जानी है। अगर मैं टीका नहीं लगवाता तो क्या मेरी पेंशन और राशन बंद हो जाएगी ?

टीकाकरण के लिए जाते वक्त आपको अपनी बैंक डायरी ले जाने की आवश्यकता नहीं है। टीकाकरण न होने पर कोई भी आपको राशन लेने या आपकी पेंशन देने से मना नहीं कर सकता। इस संबंध में कोई सरकारी आदेश जारी नहीं किए गए हैं। यदि आपका राशन या पेंशन बंद हो जाता है, तो आप अमृत क्लिनिक, आ. जीविका ब्यूरो कार्यालय सलूमबर या गोगुन्दा में स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं से संपर्क कर सकते हैं।

22. क्या मुझे टीकाकरण करवाने के बाद मास्क पहनने व दूरी बनाए रखने और भीड़ वाली जगह से दूर रहने की आवश्यकता है ?

यह टीका आपको कोरोना होने की संभावना कम कर देता है पर खत्म नहीं करता इसलिए आपको निम्न बातों का ध्यान रखना चाहिए।

- भीड़ और बंद स्थानों से बचें— खुले में समय बिताए मास्क पहनें।
- एक दूसरे से 2 मीटर की दूरी बनाए रखें।
- अपने हाथों को साबुन और पानी से बार-बार धोएं।

23. मैं पहले कोरोना पॉजिटिव हुआ और इसका इलाज लेने के बाद रिकवर हुआ। क्या मुझे अभी भी टीका लगाने की आवश्यकता है ?

ज्यादातर लोग जो कोरोना के बाद ठीक होते हैं, उनके भारीर में एक रोग प्रतिरोधक क्षमता पैदा होती है जो रोग के खिलाफ लड़ने की ताकत प्रदान करती है। परन्तु वह बचाव कुछ समय तक ही रहता है। इसलिए आपको भी कोरोना का टीका जरूर लगाना चाहिए। यह टीका बीमारी से ठीक होने के 1 माह बाद लगावाएँ।