09 ނޮވެމްބަރު 2020

ކޮވިޑް-19 އާއި ގުޅިގެން ޖިމްތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަނުގައި ރައްކާތެރިކަމުގެ ފިޔަވަޅުތަކާ ބެހޭ އުސޫލު

1. ތައާރަފާއި މަޤްޞަދު

ކޮވިޑް-19އާ ގުޅިގެން ޖިމްތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަނުގައި ރައްކާތެރި ކަމުގެ ގޮތުން އަޅަންޖެހޭ އެންމެހާ ފިޔަވަޅުތައް ހިމަނާ ފަރާތްތަކުން އެދުމަކީ މުޅިއުމު ކަރުދާހެވެ. އެގޮތުން ޖިމްނޭޒިއަމާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަން ބަލަހައްޓާ ފަރާތްތަކުންނާއި އެފަދަ ތަންތަނަށް ގޮސް އުޅޭ ފަރާތްތަކުން އަމަލު ކުރަންޖެހޭ ގޮތްތައް ބަޔާންކުރާ އުސޫލެވެ.

2. ދާއިރާ

ޖިމް ތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަން

3. ޖިމް ތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަން

ޖިމް ތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަން އާންމުންނަށް ހުޅުވުމުގައި ދިރީގައި ބަރުނުކުރަނިވާ ރައްކާތެރިކަމުގެ ފިޔަވަޅުތައް ކަނޑައަޅާ ދަންނަވާލަމެވެ.

3.1 ޖިމްގައި ހަމަޖެހިފައި ހުންނަންވާނެ ކަންތައްތަކާ އުސޫލުތައް

- ކޮވިޑް-19 އިން ރައްކާތެރިވުމާ ގުޅޭ މައުލޫމާތާއި ޢަމަލުތައް ބަޔާންކޮށްދޭ އިރުޝާދު (މާސްކު އެޅުން، މަދުވެގެން 3 ފޫޓުގެ ގައިދުރުކަން ބެހެއްޓުން، އަތުގެ ސާފުތާހިރުކަން، ކެއްސުންޖެހުން، ދުންފަތުގެ އިސްތިއުމާލު ނުކުރުން ފަދަ) ވަންނަ ދޮރު ކައިރީގައި އަދި ޖިމްގެ އެތެރޭގައި ފެންނަގޮތަށް ބެހެއްޓުން.
- މަދުވެގެން 3 ފޫޓުގެ ގައިދުރުކަން ބެހެއްޓޭ ގޮތަށް ވަދެނިކުމެ އުޅޭ މީހުންނަށް އިރުޝާދުދޭ ބޯޑުތައް ބެހެއްޓުމާއި އެތަންތަނުން މީހުން ވަނުމާއި ނުކުތުމުގެ އިންތިޒާމު ހަމަޖެހިފައިވާގޮތް ފެންނަން ހުރުން.
- ތަނަށް ވަދެ ނިކުންނަ މީހުންގެ އަދަދު ބެލެހެއްޓުން. އަދި މީހުން ގިނަނުވާ ގޮތަށް ތަނުގެ ތެރެއަށް ވަދެނިކުމެވާ ގޮތް ބެލެހެއްޓުން.

ރާސްކަށި ބިލްޑިންގު (4 ވަނަ ފަންގިފިލާ)، ސޯސަން މަގު، މާލެ، ދިވެހިރާއްޖެ
ފޯން:3014494 +960 އީމެއިލް:hpa@health.gov.mv ފެކްސް:3014484 +960
ވެބްސައިޓް:www.hpa.gov.mv

- ކޮވިޑް-19ގެ އެއްވެސް ޢަލާމާތެއް ހުރި މީހެއް ތަނަށް ނުވަދެވޭނޭގޮތަށް އިންތިޒާމް ހަމަޖެހިފައި ހުރުން.
- ތަނަށް ވަންނަ މީހުން މާސްކު އަޅައިގެން ތިބުން. އުޅުބުން 2 އަހަރުން ދަށުގެ ތުއްތު ކުދިންނާއި އަމިއްލައަށް މާސްކު ނުނަގޭ ފަދަ މީހުން މާސްކު ނާޅުން. އަދި މާސްކު ނާޅާ މީހުން އެހެން މީހުންނާ ބޭނުން ދުރުގައި އުޅުން.
- ކޮވިޑް-19ގެ ހާލަތަށް ރިއާޢަތްކޮށް މީހުން އެއްވެ އުޅުމަށް އެޗް.ޕީ.އޭ. އިން ކަނޑައަޅާފައިވާ ޙައްދުތަކާއި އިޖުރާއާތާ ގޮތަށް އިންތިޒާމުތައް ހަމަޖެއްސުން. އަދި އެތަނުގައި މީހުން އެއްވެ އުޅޭތޯ ބަލާ މޮނިޓަރ ކުރުން.

3·2 ތަނާއި ތަންގައި ހުންނަ ތަކެތީގެ ސާފުތާހިރުކަން

- ތަނުގެ އާންމު ސާފުތާހިރުކަން ދެމެހެއްޓުމަށް އިސްކަންދިނުމާއި މަދުވެގެން ދުވާލަކު 1 (އެކެއް) ފަހަރު ޑިޓަޖަންޓް ބޭނުންކޮށް ސާފުކުރުން.
- އާންމުކޮށް އަތްލާ ތަންތަނާއި ތަކެތި (ވަންނަ/ނިކުންނަ ދޮރުތައް، ދޮރުގެ އަތްގަނޑު، ފާން އިސްކުރު، ރެއިލިން، ޗޭރު، ބޮކި، އުސްފަރިތި، ކައުންޓަރ/އެއްބަސް ބޭނުންކުރާ ތަކެތި، މި ނޫނަސް ތަނުގައި ހުންނަ މީހުން އަތްލާ ތަންތަން) ތަން ހުޅުވާލައި ހުންނަ ވަގުތުގައި މަދުވެގެން 2 ފަހަރު ސާފުކުރުން.
- އާންމުކޮށް އަތްލާ ތަންތަނާއި ތަކެތި ސަރފޭސް ޑިސްއިންފެކްޓަންޓެއް ބޭނުންކޮށްގެން ބަލަމުން ސާފުކުރުން. މިގޮތަށް ސާފުކުރުމަށްފަހު ސާފު ފޮތިގަނޑެއްގެން ފުހެލުން.
- ބްލީޗް ސޮލިއުޝަން ބޭނުންކޮށްގެން ދަގަނޑު ތަކެތި ސާފުކުރުމުން ދަބަރު ޖަހާތީވެ. ވީމާ މިފަދަ ތަކެތި ޑިސްއިންފެކްޓް ކުރުމަށް 70% އެލްކަހޯލް ހިމެނޭ ސޮލިއުޝަން ބޭނުންކުރުން.
- ހޮޑު/ކުނި ފަދަ އެއްޗެހި އޮއްސިފައި/ހެލިފައި ހުންނަ ތަންތަން އަދި ތަކެތި ވަގުތުން ސާފުކުރުން.
- ތަނުގެ ތެރެއަށް ކުރެވޭހާ އަލިކަމާއި ފްރެޝް ވައި ވަންނަ ގޮތަށް ކަމާ ކުރުން.
- ތަނުގެ ތެރޭގައި ދުންފަތުގެ އިސްތިޢުމާލު ކުރުން މަނާކުރުން.

3·3 ތަނުގައި އުފެދޭ ކުނި ނައްޓާލުން

- ޕާކު ފަދަ ތަންތަނުގައި އުފެދޭ އާންމު ކުނި އުކުމަށް ތަނުގައި އެކަށީގެންވާ ވަރަށް މަތިޖެހި ބާސްކެޓުން ބަހައްޓާފައި ހުރުން.

- ބޭނުންކޮށްފައިވާ މާސްކް ޓިޝޫފަދަ އިންފެކްޝަސް ކުނި އެޅުމަށް ވަކިން މަތިފޮތި ޖެހި ޑަސްޓްބިން ގަބޮލު ކޮތަޅު ތައްޔާރުކޮށް ބެހެއްޓުން. އަދި މިކަން އަންގައިދޭ ސްޓިކަރ ޑަސްޓްބިން ކޮތަޅުގައި ހުރުން.
- ކޮންމެ ދުވަހަކު ތަނުގައި އުޅޭ ކުނި ނައްޓާލުމުގެ އިންތިޒާމް ތަން ބަލަހައްޓާ ފަރާތުން ހަމަޖެއްސާފައި ހުރުން.
- މީގެ އިތުރުންވެސް ތަނުގެ އާންމު ސާފުތާހިރުކަން ދަމަހައްޓައި ތަނުގައި މަޑުޖެހި ހުރި ފެނު ތަކެތި އާރާވާގޮތަށް ތަންތަނާއި ތަކެތި ނަބަހައްޓުން.

3.4 ރައްކާތެރިކަމުގެ އުސޫލުން ޚިދުމަތްތައް

- ތަނަށް ވަދެ ނިކުންނަ މީހުންގެ (ހާސްކޮށް އުމުރުން ދުވަސްވީ މީހުން، ކެޓުކުރިން، ނުކުޅެދުންތެރިކަން ހުންނަ ފަރާތްތައް، އަންހެނުން ފަދަ) ރައްކާތެރިކަން ކަނޑަވަރު ކުރުމަށް ޚިދުމަތްތައް އެދުން.
- ބޭނުން ވާ ފަރާތްތަކަށް ގެއަށް ގެންދާން ބާރުއެޅުން، އަދި ތަނުގައި ރައްކާތެރި ބޭނުން ހިދުމަތް ހުރުން.
- ތަނުގައި އެކަހެރިކުރާ ވަރަށް އަމިއްލަ އިންތިޒާމް ހަމަޖެއްސާފައި ހުރުން (ސައިބޯނި އެޅުމަށް އަތް ޑިސްޕެންސަރ ބަހައްޓާ އެތެރެވާތަނުގާ).
- ތަނުގައި ފާހާނާ ކުޑަތައް އިންތިޒާމް ހަމަޖެއްސާފައި ހުރުން. އަދި ބޭނުންކުރާ ފާހާނާތައް މަދުވެގެން ކޮންމެ 2 ގަޑިއަކުން ސާފުކޮށް ބެލެހެއްޓުން.
- ތަނަށް ވަނުމުން/ނިކުތުމުން ދޮރު ކައިރީގައި އަދި އެހެނިހެން ހިސާބުތަކުގައި ރައްކާތެރިވުމުގެ ގޮތުން އަތްދޮވޭނެ ޚިދުމަތް ވާ މައުލޫމާތު (ބޭސް، ޕޯސްޓަރު، ސްކްރީން ފަދަ) އެންމެ ކުރިއަށް ފެންނާނެހެން ބަހައްޓުން.

4. ޚާއްސަ ނުވަތަ މައިޖާންތަކަށް ދާ މީހުން ސަލާމަތްވުން ދެވޭ ކަންތައްތައް

- ކޮވިޑް-19ގެ އެއްވެސް އަލާމާތެއް (ކަރުދާ ރިއްސުން، ކެއްސުން، ހުންއައުން، ނޭވާލާން އުނދަގޫވުން، ގައިގައި ރިއްސުން ފަދަ) ހުރިނަމަ ޚާއްސަ ތަންތަނަށް ނުދިއުން.
- ތަންތަނަށް ނިކުމެވުމުގައި އަދި ތަނުގައި އުޅޭއިރު އެހެން މީހުންނާ ދުރުގައި މަދުވެގެން 3 ފޫޓުގެ ގައިދުރުކަން ބެހެއްޓުން.

- މާސްކު އަޅައިގެން ހުރުމާއި މާސްކު އެޅުމުގެ އުސޫލުތަކާ އެއްގޮތަށް އަމަލު ކުރުން.
- ތަންތަނުގައި ހުންނަ ތަކެތީގައި ނުވަތަ ތަންތަނުގައި އަތްލުން މަދުކުރުން އަދި އަތް ސާފުނުކޮށް ނޭފަތާއި އަނގަޔާއި ލޮލުގައި އަތްނުލުން.
- ތަންތަނުގައި އުޅޭވަގުތުތަކުގައި އަތް ސާފުކުރުމަށް ސަމާލުކަންދިނުން. މިގޮތުން އަތުގައި އެއްޗެއް ޖެހި ނަޖިސްވެއްޖެނަމަ ސައިބޯނި ޖަހައިގެން މަދުވެގެން 20 ސިކުންތު ވަންދެން ރަނގަޅަށް އަތް ދޮވުން. އެއްޗެއް ޖެހި ނުވާނަމަ ހޭންޑް ސެނިޓައިޒަރިން އަތް ސާފުކުރުން (ދަބަރުގައި ހޭންޑް ސެނިޓައިޒަރ އަލްކަހޯލް ގިނަވެގެން އެކުލެވިގެންވާ).
- ގެއަށްގޮސް ސައިބޯނި ޖަހައިގެން މަދުވެގެން 20 ސިކުންތު ވަންދެން ރަނގަޅަށް އަތް ދޮވުމަށް ސަމާލުކަންދިނުން.
- ތަންގެ ތެރެއަށް ކުދި ނުޖެހުމާއި އަރިހަކުރުވަސް ނުވޮގެން.
- މާސްކު، ޓިޝޫ ފަދަ ތަކެތި ކަނޑައެޅިފައިވާ ކުނިގޮނޑަށް އުކާލުމަށް ސަމާލުކަން ދިނުން.

5. ޕާކު ތަކާއި މައިދާން ފަދަ ތަންތަން ބަލަހައްޓާ މުވައްޒަފުން ސަމާލުވާންޖެހޭ ކަންތައްތައް

- މާސްކު އަޅައިގެން ހުރުމާއި މާސްކު އެޅުމުގެ އުސޫލުތަކާ އެއްގޮތަށް އަމަލު ކުރުން.
- މަސައްކަތު ތެރޭގައި އަބަދުވެސް ދުރުން މުވައްޒަފުންނާ އަދި ތަނަށްވަދާ އެހެން މީހުންނާ ދެމެދު 3 ފޫޓުގެ ދުރުމިން ބެހެއްޓުން.
- މަސައްކަތުގެ ހުރިހާ ވަގުތެއްގައި ސާފުތާހިރު ހެދުމެއްގައި ސާފުތާހިރުކޮށް ތިބުން.
- ތަންގެ މަސައްކަތްތަން ބޭނުންކުރާ ތަކެތި ބޭނުންކުރުމުގެކުރިން ރަނގަޅަށް ސާފުކުރުން. އަދި މިތަކެތި ބޭނުން ކުރުމަށްފަހު ރަނގަޅަށް އެއްކޮށްލުން.
- ގިނަގިނައިން ސައިބޯނި ޖަހައިގެން (މަދުވެގެން 20 ސިކުންތު ވަންދެން) ރަނގަޅަށް އަތް ދޮވުން.
- ތަންތަނުގައި އަތްލުމަށްފަހު އަތްސާފުނުކޮށް ނޭފަތާއި އަނގަޔާއި ލޮލުގައި އަތްނުލުން.
- މަސައްކަތު ނިމުމުން، ލައިގެން ހުރި ޔުނިފޯމް ނުވަތަ ހެދުން، ގެއަށް ގޮސް ބަދަލުކުރުމުގައި އާއްމުކޮށް ދޮވެގެން ނޫނީ އަލުން ބޭނުން ނުކުރުން.

ރޯޝަނީ ބިލްޑިންގް (4 ވަނަ ފަންގިފިލާ)، ސޯސަން މަގު، މާލެ، ދިވެހިރާއްޖެ
ފޯން:+960 3014494 އީމެއިލް:hpa@health·gov·mv ފެކްސް:+960 3014484
ވެބްސައިޓް:www·hpa·gov·mv

- ގެއަށް ގޮސް ސައިބޯނި ލައިގެން މަދުވެގެން 20 ސިކުންތު ވަންދެން ރަނގަޅަށް އަތް ދޮވުމަށް ސަމާލުކަންދިނުން.
- ކޮވިޑް-19ގެ އެއްވެސް އަލާމާތެއް (ކަރުގާ ރިއްސުން، ކެއްސުން، ހުންއައުން، ނޭވާލާން އުނދަގޫވުން، ގައިގައި ރިއްސުން ފަދަ) ހުރިނަމަ ސުޕަވައިޒަރަށް އަންގާ ގޭގައި މަޑުކުރުން. އަދި ފްލޫ ކްލިނިކަށް ދައްކާ ގޭގައި އެކަހެރިވެހުރުމާއި ސިއްހީ ހިދުމަތްތެރިއާގެ އިރުޝާދާ އެއްގޮތަށް އަމަލު ކުރުން.
- މަސައްކަތްތަކުގައި ހުއްޓާ ކޮވިޑް-19ގެ އެއްވެސް އަލާމާތެއް ފެނިއްޖެނަމަ ސުޕަވައިޒަރަށް އެންގުން. އަދި ފްލޫ ކްލިނިކަށް ދައްކާ ގޭގައި އެކަހެރިވެހުރުމާއި ސިއްހީ ހިދުމަތްތެރިއާގެ އިރުޝާދާ އެއްގޮތަށް އަމަލު ކުރުން.

ހެލްތް ޕްރޮޓެކްޝަން އެޖެންސީ (4 ވަނަ ފަންގިފިލާ)، ސޯސަން މަގު، މާލެ، ދިވެހިރާއްޖެ
ފޯން:3014494 960+ އީމެއިލް:hpa@health·gov·mv ފެކްސް:3014484 960+
ވެބްސައިޓް:www·hpa·gov·mv