

















# સાચી સમજ ભય ભગાડે

કોરોનાના -80% થી વધારે દર્દીઓ સાદી સારવારથી સાજા થાય છે  
ધરે કોવિડ-19ના ઉપચારમાં વ્યાવહારિક રીતે ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવાં સૂચનો,

શરૂઆતનો તબક્કો			ઓક્સિજનની સાંદ્રતા 92%થી વધુ		ઓક્સિજનની સાંદ્રતા 92%થી ઓછી		
							
પલ્સ-ઓક્સિમીટર રાખો	પોતાને અને ઘરનાંને રક્ષણ આપવા માસ્ક પહેરો	બારીઓ ખુલ્લી રાખીને હવાની અવરજવર જાળવો	તાવ અને દુખાવો ઘટાડવા પેરેસિટેમોલ લો	પાણી, મીઠું અને ખાંડનું મિશ્રણ (મુખમાર્ગી પુનઃસજલીયકરણ પ્રવાહી, ORS) લેતા રહો	ડેક્સામિથેઝોન (સ્ટીરોઇડ) 6 મિગ્રા, દિવસમાં એક વખત, 10 દિવસ	ધરે ઓક્સિજન, જો મળે તો (>92% સાંદ્રતા રહે તેટલો ઓછામાં ઓછો વપરાશ)	
							ઓક્સિજનની સાંદ્રતા માપતા રહો. જો તે <85% થાય અથવા 4 લિટર/મિનિટથી વધુ ઓક્સિજનની જરૂર પડે તો હોસ્પિટલમાં જાઓ.
ધરે અલગ રહો અને આરામ કરો	પ્રવાહી લેતા રહો	તાવ અને દુખાવો ઘટાડવા પેરેસિટેમોલ લો	પેટ પર, ઊંઘા સૂઓ જેથી ઓક્સિજનનું પ્રાણ વધે	શ્વાસની તકલીફ શમે નહીં ત્યાં સુધી દિવસમાં બે વખત બુડેસોનાઇડ (સ્ટીરોઇડ)ના પંપમાંથી બે ફૂંકોને શ્વાસમાં અંદર લો.	પેટ પર, ઊંઘા સૂઓ જેથી ઓક્સિજનનું પ્રમાણ વધે	તાવ ઘટાડવા પ્રવાહી લેતા રહો અને જરૂર પ્રમાણે પેરાસિટેમોલ લો	
અસરકારક ન હોય તેવા ઉપચારો	એઝિથ્રોમાયસિન, આઇવર્મેક્ટિન, હાઇડ્રોક્સિક્લોરોક્વિન, કોન્વેલેસન્ટ પ્લાઝમા, ઝિંક, વિટામિન ડી, લોપિનેવિર-રિટોનેવિર, ડોક્સિસાઇક્લિન, ફેવિપિરેવિર					બધા માટે નથી, પરંતુ કેટલાક કિસ્સામાં લીલા-પીળા ગળફાવાળો દ્વિતીય-સંક્રમિત ન્યુમોનિયા થાય તો ઓગ્મેન્ટિન કે તેની સમકક્ષ એન્ટિબાયોટિક આપો.	
રેમ્ડેસિવિર	તકલીફો ઘટાડે છે પરંતુ મૃત્યુદર ઘટતો નથી. ઓક્સિજનની સાંદ્રતા ઓછી હોય તો ડોક્ટરના નિરીક્ષણ હેઠળ જ અપાય. ઓક્સિજનની સાંદ્રતા સામાન્ય હોય તો લાભ નથી.						
ટોસિલિઝુમેબ	તકલીફ શરૂ થયાના પ્રથમ 14 દિવસમાં, તીવ્ર માંદગી સાથે હોસ્પિટલમાં દાખલ અને 10 લિટરથી વધુ ઓક્સિજનની જરૂરિયાતવાળા અને ડેક્સામિથેઝોન લેતા દર્દીને ડોક્ટરના નિરીક્ષણ હેઠળ જ અપાય						

સ્રોતમૂળ: ડો. ઝેન ચાગલા (@zchagla) અને ડો. કૃતિકા કુપપલ્લી (@krutikaKuppalli), સંક્રમિત રોગોના તબીબો અનુવાદ :ડૉ શીલીન શુક્લ

રાહત દરે ટિકિન સેવા : 5 કિ . મી ના અંતર સુધી :સદવિચાર પરિવાર :રાંદેવનગર બસ સ્ટેન્ડ પાસે જોધપુર ટેકરા અમદાવાદ 380015 :સંપર્ક :6353467667

સદવિચાર પરિવાર દ્વારા જન હિતમાં પ્રકાશિત : 