

मार्च 11, 2020 मा बिश्व स्वस्थ संगठनले एउटा घोषणा गयो। पछिल्लो 2 हप्तामा चीन बाहिर कोरोना भाइरस सन्क्रमित को संख्या १३ गुणाले बढेको छ ।



Vox

7.69M subscribers



Source: <https://www.youtube.com/watch?v=dSQztKXR6k0>

Covid -19 लाई महामारी भन्न सकिन्छ।

कोरोनाभाइरस, वा COVID-१९, रोगलाइ चीन, दक्षिण कोरिया, इरान र इटालीलाई समाल्न गाह्रो भएको छ ।

यो बाकी अन्य सबै देशलाइ चेतावनी हो जहाँ यो छिटो फैलिरहेको छ। अब आउने दिनमा बिरामी , मृत्यु र सन्क्रमित देशहरुको संख्या अझै बढ्नेछ ।

कोरना भाइरस संक्रमण अब रोकन नसकिने स्थितीमा पुगेको छ तर हामी यसको फैलिने गतिलाई सुस्त गर्न सक्छौ। हामीले यसको लागि अहिले काम र निर्णय गर्नुपर्छ।

COVID-19 लागेको व्यक्तिमा सामान्यतया ज्वरो, थकान, र खोकीको लक्षण देखिने गरेको छ । दुखाइ, र अन्य हल्का लक्षणहरु पनि सम्भव छ, तर यी लक्षणहरु कम मात्रामा मात्र देखिएको छन् ।

तर ती लक्षणहरुको गहिराई फरक हुन्छ र केहि मानिसहरुमा त कोरना भाइरस लागेको भएपनि कुनैपनि लक्षणहरु नदेखाउन सक्छ। 80% केसहरुमा मानिसहरुले हल्का किसिमको रोग लागेको अनुभव हुन सक्ने नदेखाउन सक्छ । तर २०% केसमा, यो रोग अझ गम्भीर रूपमा देखा पर्छ । तर समग्रमा मात्र 1 % वा 2 % जति घटनामा मृत्यु भएको छ । तर मृत्यु हुनेमा युवाहरु भन्दा बुढो मान्छेहरुको संख्या धेरै छ । यो भाइरस अन्य फल (रुघाखोकी ) भन्दा पनि धेरै संक्रामक छ र छिटो फैलिन्छ भाइरस लागेपछी बिरामी भएको जस्तो लाग्न 5- 6 दिन लाग्न सक्छ र लक्षणहरु देखिन्छ । तर तपाईं आफू बिरामी जस्तो नलागेपनी , तपाईंले कुनै लक्षणहरु नदेखाए पनि अरुलाई सार्न सुरु गरिसकेको हुन्छ । मान्छेलाई जब आफू बिरामी भएको जस्तो लाग्दा उसले सबैलाई सार्ने बढी खतरा हुन्छ । त्यसैले यो भाइरस यति छिटो फैलिएको हो । त्यसैले बिश्व स्वस्थ संगठनले यसलाई महामारीको रूपमा घोषणा गरेको हो । W.H.O ले भनेको अर्को कुरा पनि धेरै महत्वपूर्ण छ । हामीले यसलाई सबैले सुन्ने गरेर भन्न सकेन कि सबै देशहरुले यो महामारी को रूप परिवर्तन गर्न सक्छ । यो हामी सबै ब्याक्तीले कोरना रोकथामको लागि आफुले गर्ने बानी ब्यहोरामा भर पर्छ । कुनै हस्पिटलले बिरामीलाई उपचार गर्न सक्ने क्षमता उच्च हस्पिटलमा भएको खाटमा निर्भर गर्छ । एकछिनको लागि तपाईंको ठाउँमा भएको हस्पिटललाई हेर्नुस् त कुनै दुर्घटनामा परेको , कुनै सुत्केरी अन्य विभिन्न कारणले भरेको हुन्छ । यो गोलो डटले स्वस्थ मान्छेलाई जनाउछ जो सधै जस्तो गरि बाहिर जान्छ ऊ अफिस , होटेल , गल्ली , गुमफिरमा जान्छ र जहाँ उसलाई कोरना भाइरस सर्छ । तर पनि ऊ 5-7 दिन सम्म पनि तुरुन्त बिरामी नपर्न सक्छ । पछी ऊ कुनै सामाजिक कार्यक्रम बिवाहा , पाटि , गेम मा जान्छ । जहाँ उसले थाहा नपाइ यो रोग अन्य ब्यक्तिलाई सर्छ यी सबै व्यक्ति सामान्य प्रकारको बिरामीमात्र हुन सक्छन् तर एक व्यक्ति वृद्ध पनि हुन सक्छन् जो गम्भीर रूपमा बिरामी भएर हस्पिटल जानैपर्छ । तर ति तीन जना जो भाइरस लागेको तर बिरामी भएको छैनन् उनिहरु फेरी मस्तरूपमा बहिर गुमफिर गर्छन् । बाटोमा , अफिसमा , बिहेमा , आफन्त र साथीहरु को भेटघाटमा अरुलाई यो रोग सार्दै जान्छन् । जसमध्य मात्र 20 % हस्पिटल जानुपर्छ । केही छोटो समयमा यो प्रक्रिया फेरि दोहोरिन्छ , मानिस हरु प्रत्येक दिन हस्पिटल जान्छन् । अनि एक दिन सबै हस्पिटल भरेर अब अरु बिरामीको लागि ठाउँ हुदैन । अनि कोरना लागेको गम्भीर बिरामीले उपचार पाउदैन । जसलाई बचाउन सकिन्थ्यो उनिहरु पनि मर्नेछन् । त्यसमाथि अन्य रोगले ग्रसित र अन्य समस्या भएको ब्यक्तिहरुले उपचार पाउदैन र त्यो मध्यमा कोहीको मृत्यु हुन्छ । एकै चोटी गम्भीर रूपमा बिरामी धेरै बढ्नाले बचाउन सकिने मानिसलाई पनि बचाउन सकिन्न । साउथ कोरिया , इरान र इटाली मा भएको यहि हो ) जहाँ जहाँ 2 हप्ता मै बिरामीको को संख्या 100 बाट 5000 पुग्यो धेरै जना मानिस हस्पिटल जान नपाएर ज्यान गुमाए । यो सबै गम्भीर रूपमा बिरामी भएको ब्याक्ति बाट नभएर , सामान्य रूपमा बिरामी भएको स्वास्थ्य व्यक्तिले गर्दा भएको हो जस लाई बिरामी भएको महशुस हुदैन तर पनि रोग सार्दै हिडिरहेका थिए । त्यसैले कोरना भाइरसलाई रोकन र मानिस हरु को मृत्यु हुनु बाट रोकन , स्वस्थ युवा र व्यक्तिहरु जसको रोगसग लड्ने क्षमता उच्च हुन्छ ऊनी हरु को भुमिका बढी हुन्छ । त्यो भनेको हामी सबै जना भाइरस रोकनको लागि तपाईंले आफुलाइ भाइरस लागेसरह सम्झेर काम गर्नु पर्छ । सार्वजनिक यातायात , अफिस र मानिस हरु को धेरै भिड भएको ठाँउ , सामजिक कार्यक्रमहरु हरु मा नगएर तपाईं आफैलाइ पनि भाइरस लाग्ने र अरु लाई सार्न बाट जोगाउन सक्नुहुन्छ । यसलाई सामजिक दुरि भनिन्छ । हामीले यति गर्नु भने भाइरस सर्न त सर्छ तर बिस्तारै सर्छ । समयको क्रम सगै धेरै मानिस सन्क्रमित हुन्छन् तर गम्भिर किसिमको बिरामी हस्पिटलमा प्रत्येक दिन कम देखिन्छ र हस्पिटलको क्षमता भित्र हुनेछ । एकैचोटी बिरामीको संख्या ह्वात्तै नबढनुले सबै जनाले उपचार पाउछन् र कम मृत्यु हुन्छ । यो दुई तरिकाले कोरना भाइरसको महामारी फैलिनबाट रोकन सकिन्छ । यो हामी सबैले मिलेर काम गर्नु भने मात्र सम्भव छ । त्यसैले विज्ञ र सरकारी निकायहरुले जनतालाई सामजिक दुरि राख्न र घरमा बस्नलाई भनेको हो । त्यसैले अमेरिकामा कम्पनीहरुले कर्मचारीलाई घरबाट काम गर्न लगाएको र सबै प्रकारको ठुलो कार्यक्रमहरु स्थिगित गरिएको हो । तपाईंलाई कोरनाभाइरसले संक्रमण गर्छ कि गर्दैन भन्दा पनि , कस्तो समयमा संक्रमण गर्छ भन्ने कुराले जीवन मरणको फरक पार्न सक्छ । आफूलाई नपारे पनि आफूले चिनेको अरु कसैलाई । त्यसैले हामी अहिले नै जागरूक हुनुपर्छ ।