Kerala Catholic Bishops' Council (KCBC)

Secretariat, Pastoral Orientation Centre, P.B.No.2251, Palarivattom, Kochi-682025, Kerala, India
Tel: +91-484-2805722, 2805815, Fax: +91-484-2806214
E-mail : deputysecretarykcbc@gmail.com, www.kcbcsite.com

10.03.2020

Ref: 704/KCBC/K-6/KPR/DS

ആരോഗ്യരംഗത്തെ വിദഗ്ദ്ധരുടെ സമ്മേളനം പിഒസിയിൽ

കെസിബിസി ഫെബ്രുവരി 3, മാർച്ച് 6 തിയതികളിൽ നല്കിയ നിർദേശങ്ങളുടെ തുടർച്ചയായി കൊറോണ എന്ന COVID 19 നെ പ്രധിരോധിക്കുവാനായി അടിയന്തരമായി സ്വീകരിക്കേണ്ട നടപടികൾ കെസിബിസി ഹെൽത്ത് കമ്മീഷന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ പിഒസിയിൽ ചേർന്ന കേരളത്തിലെ പ്രമുഖ ആശുപത്രികളിൽ നിന്നുള്ള വിദഗ്ധസംഘം ചർച്ച ചെയ്തു. പ്രസ്തുതയോഗത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ കത്തോലിക്കാ ഇടവകകളിലും സ്ഥാപനങ്ങളിലും മാർച്ച് 31 വരെ പാലിക്കേണ്ട നിർദേശങ്ങൾ താഴെപ്പറയുന്നവയാണ്.

പൊതു നിർദ്ദേശങ്ങൾ

- പരീക്ഷക്ക് പോകുന്ന കുട്ടികൾ കൂട്ടം കൂടി നിൽക്കാതെയും, പരീക്ഷ കഴിഞ്ഞാൽ എത്രയും വേഗം വീട്ടിൽ എത്താനും ശ്രദ്ധിക്കുക. കുടിവെള്ളം കൊണ്ടുവന്ന കുപ്പികൾ, ഗ്ലാസ്സുകൾ, സ്കെയിൽ, റബ്ബർ, പേന തുടങ്ങിയവ കുട്ടികൾ തമ്മിൽ കൈമാറാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- പനി, ശ്വാസതടസം, മൂക്കൊലിപ്പ്, തൊണ്ടവേദന, ചുമ തുടങ്ങിയ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ അടുത്തുള്ള ആശുപത്രിയിൽ ഡോക്ടറെ കാണുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും, തുമ്മുമ്പോഴും തൂവാല ഉപയോഗിച്ചു വായും മുഖവും മൂടുക. തൂവാല ഇല്ലാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ കൈമുട്ടുകൾ മടക്കി വായ് മൂടേണ്ടതാണ്. കൈപ്പത്തി കൊണ്ടു മുഖവും, വായും മൂടുന്നത് പ്രയോജനകരമല്ല.
- രോഗലക്ഷണമുള്ളവർ മാസ്ക് നിർബന്ധമായും ഉപയോഗിക്കുക. അവരെ പരിചരിക്കുന്നവരും നിർബന്ധമായും മാസ്ക് ധരിക്കുക.
- കരൾ വൃക്ക, ശ്വാസകോശം എന്നിവ സംബന്ധമായി രോഗമുള്ളവരും ഹൃദ്രോഗികൾ, പ്രമേഹരോഗികൾ എന്നിവരും പൊതുപരിപാടികളിലേക്കും, പള്ളിയിലേക്കുമുള്ള സന്ദർശനം ഒഴിവാക്കി വീട്ടിൽ വിശ്രമിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുക. പ്രായമായവരും, കുട്ടികളും, ഗർഭിണികളും കഴിയുന്നത്ര പൊതുപരിപാടികൾ ഒഴിവാക്കുക.
- അണുനാശിനികൾ ഉപയോഗിച്ച് മുറികളും മുറിയിലെ വസ്തുക്കളും അണുവിമുക്തമാക്കുക.
- നനവുള്ളതും ഈർപ്പമുള്ളതുമായ പ്രതലങ്ങളിൽ വൈറസിനു അനുകൂല സാഹചര്യം ആയതിനാൽ, അത്തരം സ്ഥലങ്ങളുമായി സമ്പർക്കം ഒഴിവാക്കുക.
- COVID 19 ബാധിത രാജ്യങ്ങളിൽനിന്നും യാത്രാചരിത്രമുള്ളവർ അല്ലെങ്കിൽ അത്തരം രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള യാത്രക്കാരുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തിയിട്ടുള്ള വ്യക്തികൾ, നിശ്ചിതസമയം നിരീക്ഷണത്തിൽ തുടരുകയും, മറ്റുള്ളവരുമായുള്ള സമ്പർക്കം പരമാവധി ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക.
- തിരക്കുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ പോകാതിരിക്കുകയും, പൊതു സമ്മേളനങ്ങൾ, വിവാഹ ആഘോഷങ്ങൾ സിനിമാശാലകൾ, വിനോദ

PRESIDENT

His Beatitude
Mar George Cardinal Alencherry
Major Archbishop of Syro Malabar Church
Mount St. Thomas P.B.No. 3110, Kakkanad
Kochi 682 030
Ph: 0484-2424768, 2424780, 2425727
Fax: 0484-2422727
E-mail: bpalencherry@yahoo.co.in

VICE-PRESIDENT

His Excellency,
Rt. Rev. Dr. Varghese Chakkalakal,
Bishop of Calicut
Bishop's House, Malaparamba,
Kozhikode 673 009.
Ph: 0495 2370313, 2370271
Fax: 0495 2377013
E-mail: calicut_diocese@yahoo.com

SECRETARY GENERAL

Dr. Joseph Mar Thomas
Bishop of Bathery,
Catholic Bishop's House,
Bathery, Dharmapitam,
Wayanad 673 592.
Ph: 04936 220207, Fax: 04936 221287
E-mail: bishopbty@gmail.com

DEPUTY SECRETARY GENERAL

Fr. Varghese Vallikkatt
P.O.C., P. B. No. 2251
Palarivattom, Kochi-682025
Ph: 0484-2805815, 2805722
Fax: 2806214
E-mail: vallikkatt@gmail.com

യാത്രകൾ മുതലായവ ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക. നേർച്ചസദ്യ പൊതു ഭക്ഷണ പരിപാടികൾ, പൊതുഇടങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള ഭക്ഷണം എന്നിവ കഴിയുന്നത്ര ഒഴിവാക്കുക.അനാവശ്യ ആശുപത്രി സന്ദർശനങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.

- പൊതുഇടങ്ങളിലെ ഹാൻഡ് റെയിലുകൾ, ഡോർ ഹാൻഡിലുകൾ, ഭിത്തികൾ തുടങ്ങിയവയിൽ കഴിയുന്നിടത്തോളം തൊടരുത്. ഈ സ്ഥലങ്ങളിൽ സ്പർശിക്കാനിടയായാൽ അതിനുശേഷം കൈ കഴുകുക.
- ആലിംഗനം അല്ലെങ്കിൽ ഹാൻഡ്ഷേക്ക് പോലുള്ള സാമൂഹിക ആശംസകൾ ഒഴിവാക്കുക.
- സ്വന്തം മുഖം, മൂക്ക്, കണ്ണുകൾ, എന്നിവ ഇടയ്ക്കിടെ സ്പർശിക്കുന്നത് കഴിയുന്നത്ര ഒഴിവാക്കുക.
- ഇടക്കിടയ്ക്കു കൈകൾ നന്നായി സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ചോ, സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിച്ചോ വൃത്തിയാക്കുക. പൊതുഇടങ്ങളിലെ ടവ്വലുകൾ ഒഴിവാക്കുക.
- യാത്രകൾ പരമാവധി നിയന്ത്രിക്കുകയും കഴിയുന്നതും പൊതു ശൗചാലയങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക.

ദേവാലയങ്ങളിലും കുടുംബങ്ങളിലും പാലിക്കേണ്ട പ്രത്യേകനിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ആരാധനാലയങ്ങളിൽ തിരുസ്വരൂപങ്ങളിൽ തൊട്ടുമുത്തുകയോ ചുംബിക്കുകയോ ചെയ്യുന്ന പ്രവണത ഒഴിവാക്കുക.
- ദൈവാലയങ്ങളിലുൾപ്പെടെ ആളുകൾ കൂട്ടം ചേരുന്നത് പരമാവധി കുറയ്ക്കുക
- തിരുനാളുകൾ തീർത്ഥാടനങ്ങൾ കൺവൻഷനുകൾ എന്നിവ മാറ്റിവയ്ക്കുയോ ആൾക്കൂട്ടം ഒഴിവാക്കാൻ കഴിയും വിധം പരിപാടികളിൽ മാറ്റം വരുത്തുകയോ ചെയ്യുക.
- പള്ളി സന്ദർശന വേളയിൽ മുന്നിൽ നിന്നും പിന്നിൽ നിന്നുമുള്ള വ്യക്തികളിൽ നിന്നും ഒരു കൈ അകലം എങ്കിലും പാലിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- മൃതദേഹങ്ങളിലുള്ള ചുംബനങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.
- വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനകളിലും കുടുംബപ്രാർത്ഥനയിലും ഇടവകയിൽ ക്രമീകരിക്കുന്ന ആരാധന ശുശ്രൂഷകളിലും, പകർച്ച വ്യാധികളിൽ നിന്നുള്ള വിടുതലിനും പ്രത്യേകസംരക്ഷണത്തിനുമായി പ്രാർത്ഥിക്കുകയും പരിശുദ്ധ മാതാവിന്റെയും മറ്റു വിശുദ്ധരുടെയും സംരക്ഷണം അപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക.

ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ സംസ്ഥാന ഗവർമെന്റ് നടത്തിവരുന്ന രോഗപ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി സഹകരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കാൻ എല്ലാ കത്തോലിക്കാ സ്ഥാപനങ്ങളെയും വിശ്വാസികളെയും കെസിബിസി ആഹ്വാനം ചെയ്തു.

കെസിബിസി ഹെൽത്ത് കമ്മീഷൻ സെക്രട്ടറി ഫാ. സൈമൺ പള്ളുപ്പെട്ട, പിഒസി ഡയറക്ടർ ഫാ. വർഗീസ് വള്ളിക്കാട്ട്, പ്രമുഖ ആശുപത്രികളിൽ നിന്നുള്ള ഡോക്ടർമാർ, ആരോഗ്യ വിദഗ്ധർ എന്നിവർ പ്രതിരോധ മാർഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും, സ്വീകരിക്കേണ്ട അടിയന്തര നടപടികളെക്കുറിച്ചും വിശദീകരിച്ചു.

റവ. ഫാ. വർഗീസ് വള്ളിക്കാട്ട്
ഡെപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി ജനറൽ,
ഔദ്യോഗികവക്താവ്, കെസിബിസി/
ഡയറക്ടർ, പി.ഒ.സി.

ഫാ. സൈമൺ പള്ളുപ്പെട്ട
സെക്രട്ടറി
കെസിബിസി ഹെൽത്ത് കമ്മീഷൻ