

पृष्ठ १

कोविड – १९

रोकथाम र नियन्त्रण

डा मिड वाइ-कित

हडकडको सिटी युनिभर्सिटीमा सार्वजनिक स्वास्थ्य र महामारी विज्ञान अनि पीएचडी शिक्षण मा सहायक प्राध्यापक;

हडकडको सिटी युनिभर्सिटीमा एमएससी सार्वजनिक स्वास्थ्य र महामारी विज्ञान स्नातकोत्तर कार्यक्रमका कार्यक्रम नेता

५ मार्च २०२२

पृष्ठ २

आँकडा का स्रोतहरू

- हडकड एसएआर सरकारको रोग-सम्बन्धित जानकारी
- विभिन्न विश्वविद्यालयहरूको रोग-सम्बन्धित जानकारी
- कोविड – १९ रोकथाम ह्यान्डबुक
- नवीनतम चिकित्सा साहित्य

यो सामग्री हालको सीमित जानकारीको आधारमा मात्र व्यवस्थित गरिएको छ। कृपया प्रतिदिन भई रहेको ताजा विकासमा ध्यान दिनुहोस्।

पृष्ठ ३

श्वासप्रश्वासको संक्रमणसँग सम्बन्धित विषाणुहरू के हुन्?

श्वासप्रश्वासको संक्रमणसँग सम्बन्धित विषाणुहरूले श्वासप्रश्वासको मार्गलाई आक्रमणको पोर्टलको रूपमा लिने

विषाणुहरूलाई बुझाउँछ, श्वासप्रश्वास मार्गको कोशिकाहरूमा फैलिन्छ, जसले श्वासप्रश्वास मार्गको स्थानीय संक्रमण वा

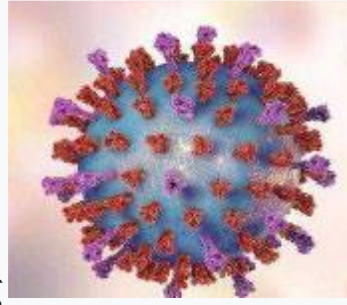
श्वासप्रश्वास मार्ग बाहेक अन्य तन्तु र अंगहरूमा घावहरू बनाउँछ ।

श्वासप्रश्वासको संक्रमणसँग सम्बन्धित सामान्य विषाणुहरू के हुन्?

मुख्यतया यी विषाणुहरू समावेश गर्दछः जस्तै अर्थोमाइक्सोभिरिडे परिवारको **इन्फ्लुएन्जा विषाणुहरू**, प्यारामिक्सोभिरिडे परिवारको प्याराइन्फ्लुएन्जा विषाणुहरू, श्वासप्रश्वासको सिन्सिटियल विषाणु, **दादुरा विषाणुहरू**, मम्पस भाइरस, हेन्ड्रा भाइरस, निपाह विषाणु र मानव मेटापनेउमो विषाणु, टोगाविरिडे परिवारको **रुबेला विषाणु**, सानो आरएनए भिरिडे परिवारको **हिंनो विषाणु**, कोरोनाविरिडे परिवारको **सार्स कोरोनाभाइरस**, आदि। यसबाहेक, एडिनोभाइरस, रिओभाइरस, कोक्साकी विषाणु र एको विषाणु, हर्पिज विषाणु आदिले पनि श्वासप्रश्वासमा संक्रमण गराउन सक्छ।

बिरामी बनाउने कारणहरूको विशेषताहरू र प्रारम्भिक महामारी विज्ञान स्थिति

- कोरोनाभाइरसहरू नन-सेगमेन्टेड सिंगल-स्ट्र्यान्डेड पोजिटिभ-स्ट्र्यान्डेड आरएनए विषाणुहरू हुन्, जो निडोभाइरेल्सको कोरोनाभिरिडेको अर्थोकोरोनाभिरिने उप-परिवारसँग सम्बन्धित छन्। कोरोनारीको सेरोटाइप र जीनोमिक विशेषताहरू अनुसार, विषाणु उप-परिवारलाई चार जेनेरामा विभाजन गरिएको छः अल्फा (α), बिटा (β), गामा (γ), र डेल्टा (δ)।
- α जेनसको २२९इ र एनएल६३, अनि β जेनसको ओसी४३ र एचकेयु१, मिडल ईस्ट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम - सम्बन्धित कोरोनाभाइरस (एमइआरएसआर – सीओभी) र गम्भीर एक्यूट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम-सम्बन्धित कोरोनाभाइरस (एमईआरएसआर-कोभ) सहित ६ वटा कोरोनाभाइरस मानिसहरूलाई संक्रमित भएको थाहा छ। गम्भीर एक्यूट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम-सम्बन्धित कोरोनाभाइरस (एमईआरएसआर-सीओ भी) ।
- यस पटक वुहानमा अस्पष्ट निमोनिया भएका बिरामीहरूको तल्लो श्वासप्रश्वास मार्गबाट अलग गरिएको कोरोनाभाइरस **एउटा नोवेल कोरोनाभाइरस** हो।



कोरोनाविषाणु

- कोरोला जस्तो आकारको विषाणुको आवरण बाट बाहिर निस्केको उभारहरूको कारणले यसलाई यो नाम दिइएको

हो।

पृष्ठ ६

WHO – SARS-CoV-2 Variants of Concern (VOC)

Table 2: Summary of phenotypic impacts* of variants of concern

WHO label	Alpha	Beta	Gamma	Delta	Omicron
Transmissibility	Increased transmissibility ¹²	Increased transmissibility ^{13,14}	Increased transmissibility ^{14,15}	Increased transmissibility ^{14,16,17}	Increased transmissibility. ¹⁻⁴
Disease severity	Possible increased risk of hospitalization ^{18,19} , possible increased risk of severe disease and death ^{20,21}	Possible increased risk of hospitalization ¹⁹ , possible increased in-hospital mortality ²²	Possible increased risk of hospitalization ¹⁹ , possible increased risk of severe disease ²³	Possible increased risk of hospitalization ^{24,25}	Possible reduced risk of hospitalization and severe disease ⁵⁻⁸
Risk of reinfection	Neutralizing activity retained ²⁶ , risk of reinfection remains similar ²⁷	Reduction in neutralizing activity reported; T cell response elicited by D614G virus remains effective ²⁸	Moderate reduction in neutralizing activity reported ²⁹	Reduction in neutralizing activity reported ³⁰⁻³²	Increased risk of reinfection ^{11,33}
Impacts on diagnostics	Limited impact – S gene target failure (SGTF), no impact on overall result from multiple target RT-PCR; No impact on Ag RDTs observed ³⁴	No impact on RT-PCR or Ag RDTs observed ³²	None reported to date	No impact on RT-PCR or Ag RDTs observed ³⁵	PCR continues to detect Omicron. Impact on Ag-RDTs is under investigation: Results are mixed as to whether or not there may be decreased sensitivity to detect Omicron. ^{1,8,36-38}

*Generalized findings as compared to previously/co-circulating variants. Based on emerging evidence, including non-peer-reviewed preprint articles and reports, all subject to ongoing investigation and revision.

प्रसारणको सम्भावित मार्ग

- थोपा प्रसारण
- सम्पर्क प्रसारण
- कुनै वातावरणमा हावाबाट प्रसारण हुने वैज्ञानिक प्रमाणहरू छन्।

कोविड – १९ संक्रमणको कारणले भएको निमोनियाको क्लिनिकल विशेषताहरू

क्लिनिकल अभिव्यक्तिहरू

- ज्वरो, खोकी, नाक बग्ने, घाँटी दुख्ने, ज्वरो र चिसो लाग्ने, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, पखाला लाग्ने, हातखुट्टा कमजोर हुने र टाउको दुख्ने ।
- केही बिरामीहरूलाई सास छोटो भएर सास फेर्न गाह्रो हुने जस्ता कठिनाइहरू पनि हुन्छन्, जबकि कोही निमोनिया वा गम्भीर श्वासप्रश्वास संक्रमणबाट पीडित हुन्छन्। यी थप गम्भीर मामिलाहरू हुन्।
- केही बिरामीहरूलाई प्रारम्भिक चरणमा हल्का लक्षणहरू हुन्छन् र तिनीहरूलाई ज्वरो नहुन सक्छ, र तिनीहरू सामान्यतया १ हप्ता पछि निको हुन्छन्।
- धेरैजसो बिरामीहरूको रोगको निदान राम्रो हुन्छ, जबकि थोरै संख्यामा बिरामीहरू गम्भीर रूपमा बिरामी हुन्छन् र मर्ने पनि हुन्छन्।

पृष्ठ ९

कोविड – १९ संक्रमणको कारणले भएको निमोनियाको क्लिनिकल विशेषताहरू

लक्षणहरू: ओमिक्रोन भेरियन्ट स्ट्रेनबाट संक्रमित बिरामीहरूमा नाक बग्ने, हाँस्युँ आउने, घाँटी दुख्ने, टाउको दुख्ने र हातखुट्टा कमजोर हुने जस्ता लक्षणहरू हुने सम्भावना बढी हुन्छ।

सबैभन्दा गम्भीर बिरामीहरू वृद्धहरू, अन्तर्निहित रोगहरू भएका र मोटो भएकाहरू हुन्। ओमिक्रोन भेरियन्ट स्ट्रेनको कारणले गर्दा बालबालिका र किशोर समूहमा घातक केसहरू पनि छन्।

पृष्ठ १०

कसरी राम्रोसँग तयारी गर्ने:

<https://chp-dashboard.geodata.gov.hk/covid-19/zh.html>

https://www.coronavirus.gov.hk/chi/index.html#What_is_COVID-19

पृष्ठ ११

- सेन्टर फर हेल्थ प्रोटेक्शनको होम क्वारेन्टाइनमा स्वास्थ्य सल्लाह (भिडियो)
- <https://www.youtube.com/watch?v=UYk1Z5XT20c>

महत्त्वपूर्ण सम्पर्क विषय जानकारी
गृह मामिला विभाग (एचएडी) "StayHomeSafe" योजना हटलाइन

१८३३ ०१९

पृष्ठ १३

- यदि द्रुत एन्टिजेन परीक्षणको परिणाम सकारात्मक छ भने, बिरामीहरूले सेन्टर फर हेल्थ प्रोटेक्शनको निर्देशनहरू पालना गर्नुपर्छ र न्यूक्लिक एसिड परीक्षण प्राप्त गर्नुपर्छ (परिवारका सदस्यहरूले बिरामीहरूको तर्फबाट, वा परीक्षण कम्पनीहरू मार्फत गहिरो घाँटीको रालको नमूनाहरू सङ्कलन गर्न व्यवस्था गर्न सक्छन्) वा सम्बन्धित प्रणालीको सुरुवात पछि सरकारले तोकेको प्रणालीमा दर्ता गर्नुहोस्।
- द्रुत एन्टिजेन परीक्षण किट प्रयोग गर्दा, तपाईंले परीक्षण किटमा दिइएका निर्देशनहरू अनुसार सबै चरणहरू पूरा गर्नुपर्छ। कृपया प्रयोग गरिएको परीक्षण किटलाई पनि राम्ररी फाल्ने व्यवस्था गर्नुहोस् र यसलाई ढकना भएको फोहोर हाल्ने भाँडामा फाल्नुहोस्।

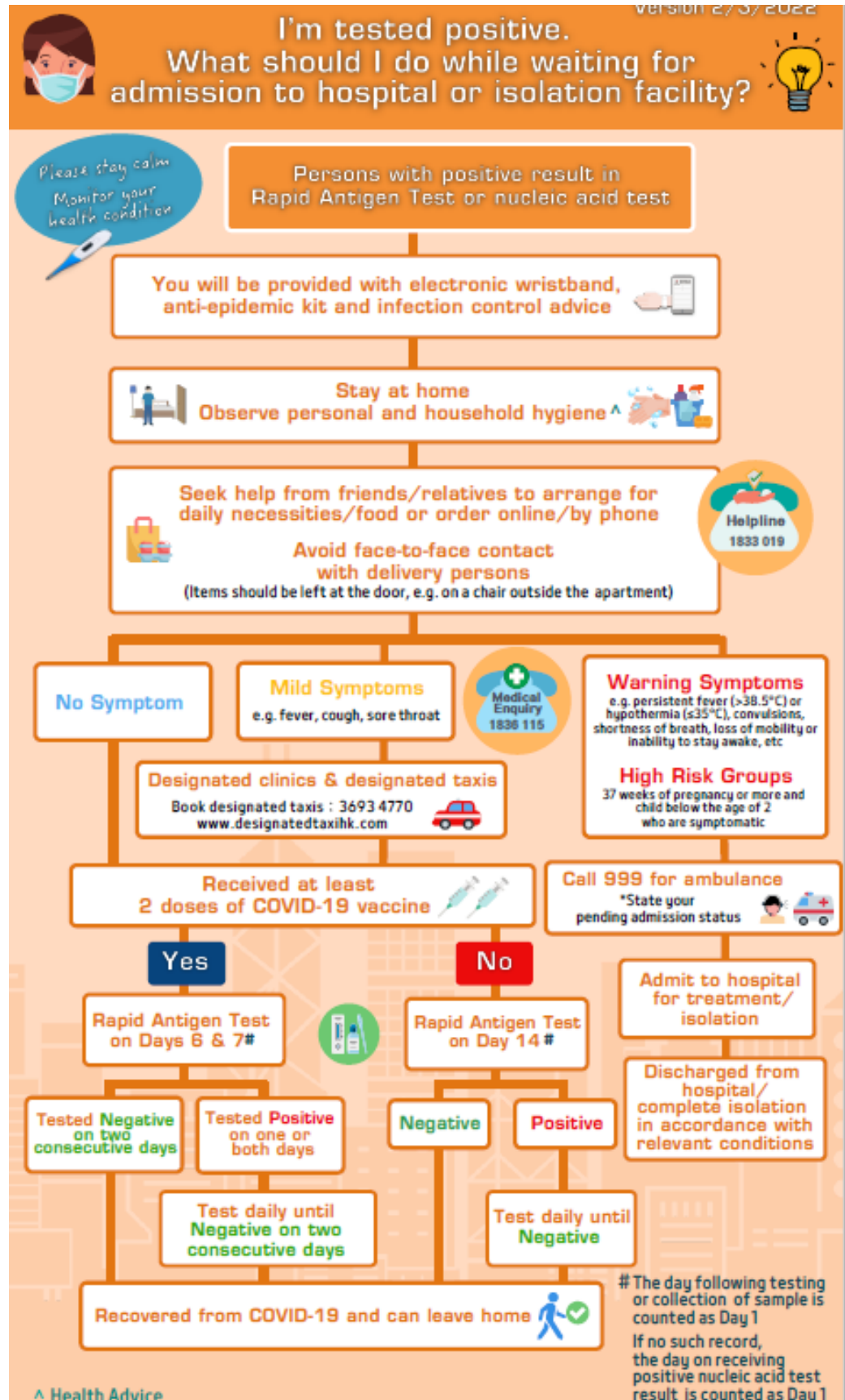
पृष्ठ १४

सकारात्मक वा प्रारम्भिक सकारात्मक कोविड – १९ न्यूक्लिक एसिड परीक्षण को परिणाम भएका व्यक्तिहरूले, साथै एउटै घरमा बस्ने परिवारका सदस्यहरूको लगायत जानकारी पेश गर्न इलेक्ट्रोनिक फारम (www.chp.gov.hk/cdpi) भर्न अनुरोध सहित परिणामको बारेमा एसएमएस सूचना प्राप्त गर्नेछन्। यो CHP को कामलाई सहज बनाउनको लागि हो जस्तै महामारी विज्ञान अनुसन्धान र अस्पताल भर्ना, अलगाव र क्वारेन्टाइनको व्यवस्था मिलाउनु।

निकट सम्पर्कहरूको निर्धारणले स्थितिको सान्दर्भिक स्थितिहरूलाई ध्यानमा राख्नेछ। सामान्यतया, खुट्याउने अवधि पुष्टि भएको मामिलाको लक्षण सुरु हुने मिति भन्दा दुई दिन अघिबाट गणना गरिन्छ; लक्षण नभएका मामिलाहरूको लागि, यो नमूना सङ्कलनको मितिभन्दा दुई दिन अघिबाट गणना गरिन्छ जुन दिन सकारात्मक परीक्षण गरिएको थियो। नजिकका सम्पर्कहरूले सम्पर्क गर्नुहोस्:

- एउटै परिवारमा पुष्टि भएको मामिला भएका व्यक्तिहरू
- पुष्टि भएको मामिलासँग आमनेसामने घनिष्ठ सम्पर्क भएका व्यक्तिहरू (विशेष गरी जब पुष्टि भएको मामिलाले मास्क नलगाएको, जस्तै सँगै खाना खाँदा)

कोविड – १९ को फैलावट रोक्न, जनताको स्वास्थ्यको रक्षा गर्न र स्वास्थ्य सेवा प्रणालीलाई ध्वस्त हुनबाट जोगाउन सरकारले "स्टे होम सेफ" योजना सुरु गरेको छ। नजिकका सम्पर्कहरू र नजिकका सम्पर्कहरूका घरपरिवारका सम्पर्कहरू जसले मूल्याङ्कन पछि उपयुक्त ठान्छन् क्रमशः १४ दिन र चार दिनको लागि होम क्वारेन्टाइनमा बस्नेछन्।





I'm tested positive. What should I do while waiting for admission to hospital or isolation facility?



Please stay calm
Monitor your
health condition



Persons with positive result in
Rapid Antigen Test or nucleic acid test

You will be provided with electronic wristband,
anti-epidemic kit and infection control advice



Stay at home

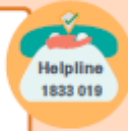
Observe personal and household hygiene ^A



Seek help from friends/relatives to arrange for
daily necessities/food or order online/by phone

Avoid face-to-face contact
with delivery persons

(Items should be left at the door, e.g. on a chair outside the apartment)



No Symptom

Mild Symptoms

e.g. fever, cough, sore throat



Warning Symptoms

e.g. persistent fever ($>38.5^{\circ}\text{C}$) or
hypothermia ($\leq 35^{\circ}\text{C}$), convulsions,
shortness of breath, loss of mobility or
inability to stay awake, etc

High Risk Groups

37 weeks of pregnancy or more and
child below the age of 2
who are symptomatic

Designated clinics & designated taxis

Book designated taxis : 3693 4770
www.designatedtaxihk.com



पृष्ठ १७

यदि मलाई कोविड विषाणुबाट संक्रमित भएको महसुस भयो भने मैले के गर्नुपर्छ?

- कोविड – १९ विषाणु बाट संक्रमित भएको आशंका भएका व्यक्तिहरूले अनुसन्धान, निदान र उपचारका लागि तोकिएका चिकित्सा संस्थाहरूमा जानुपर्छ। चिकित्सा उपचार खोज्दा, तपाईंले संक्रमण र चिकित्सा उपचार प्रक्रियाको विवरणहरू साँचो रूपमा बताउनु पर्छ, विशेष गरी निमोनियाका बिरामी वा शंकास्पद बिरामीहरूसँगको तपाईंको हालको सम्पर्कको इतिहास, जनावरहरूसँगको सम्पर्कको इतिहास आदि।

- कृपया आफ्नो र अरूलाई बचाउनको लागि निदान र उपचार प्रक्रियाभरि सर्जिकल मास्क लगाउन नबिर्सनुहोस्।

पृष्ठ १८

विभिन्न जिल्लाहरूमा तोकिएका क्लिनिकहरूमा जानु अघि टेलिफोनबाट जाने समय जनाउनु पर्छ

तोकिएको क्लिनिकहरू को जान सक्छ?

प्रारम्भिक सकारात्मक परिणामको सूचना प्राप्त गरेका र अस्पताल भर्नाको पर्खाइमा रहेकाहरूका लागि, यदि सङ्क्रमणका हल्का लक्षणहरू (जस्तै घाँटी दुख्ने र ज्वरो) देखा परेका छन् र बिरामीहरूले सान्दर्भिक उपचार खोज्न चाहन्छन् भने, उनीहरूले टेलिफोनबाट नजिकैको क्लिनिकमा जाने समय मिलाउनु पर्छ।

र्यापिड एन्टिजेन टेस्ट (आरएटि) द्वारा परीक्षणमा सकारात्मक परिणाम आए, म एक तोकिएको क्लिनिकमा जान सक्छु?

तत्काल जान सक्नु हुन्न, तर दर्ता प्रणाली सुरु भएपछि तपाईंले त्यसो गर्न सक्नुहुन्छ।

आरएटि परीक्षण द्वारा सकारात्मक परिणाम भएकाहरूले आवश्यक रूपमा पुष्टि गर्न सरकारले तोके अनुसार परीक्षण गर्न सक्छन्।

खुल्ने समय?

तोकिएका क्लिनिकहरू सोमबारदेखि आइतवार सार्वजनिक बिदा सहित बिहान ९ बजेदेखि १ बजेसम्म र दिउँसो २ बजेदेखि बेलुका ५ बजेसम्म खुला हुन्छन्।

पृष्ठ १९

तोकिएको क्लिनिकमा कसरी जाने?

उत्तर: सरकारले अघि नै घोषणा गरेको जानकारी अनुसार सम्बन्धित अधिकारीहरूले ट्याक्सी उद्योगसँग सम्बन्धित व्यक्तिहरूलाई तोकिएको ट्याक्सीद्वारा तोकिएका क्लिनिकहरूमा लिएर जाने व्यवस्था मिलाउने प्रक्रिया चलाई रहेका छन्।

पृष्ठ २०

तोकिएको क्लिनिकको विवरण:

तोकिएका क्लिनिकहरू सोमबारदेखि आइतवार सार्वजनिक बिदा सहित बिहान ९ बजेदेखि १ बजेसम्म र दिउँसो २ बजेदेखि बेलुका ५ बजेसम्म खुला हुन्छन्।

यदि गम्भीर लक्षणहरू देखा पर्छन् भने, के बिरामीहरूले तोकिएको क्लिनिकहरूमा जान सक्छन् किनभने दुर्घटना र आपतकालीन विभागहरू हालमा भरिएका छन्?

यो सिफारिस गरिएको छैन। तोकिएका क्लिनिकहरू प्रारम्भिक सकारात्मक परीक्षण गरिएका र सङ्क्रमणका हल्का लक्षणहरू भएकाहरू का लागि हुन्। गम्भीर अवस्था भएकाहरूलाई अस्पतालमा भर्ना गरिनेछ। घरमा पर्खेँदा, तपाईंले आफ्नो स्वास्थ्य को अवस्थाको निगरानी गर्नुपर्छ र हरेक चार घण्टामा शरीरको तापक्रम नाप्ने गर्नुपर्छ। यदि तपाईंलाई ज्वरो आएको छ, अस्वस्थ महशुस भएको छ, अनि सास फेर्न गाह्रो भएको छ र धड्कन महसुस भएको छ भने, अस्पतालमा एम्बुलेन्स स्थानान्तरणको लागि तुरुन्तै ९९९ मा फोन गर्नुहोस्।

पृष्ठ २१

कस्तो प्रकारको उपचार प्रदान गरिन्छ?

तोकिएको क्लिनिकका डाक्टरहरूले बिरामीको क्लिनिकल अवस्था अनुसार मुख्यतया घाँटी दुख्ने र ज्वरो जस्ता संक्रमणका हल्का लक्षणहरूको लागि उपयुक्त उपचार उपलब्ध गराउनेछन् र गम्भीर अवस्था भएमा थप उपचारका लागि बिरामीलाई अस्पतालमा सार्नेछन्।

तोकिएको क्लिनिकको उपचारपछि निको भएँ भने के म अस्पतालमा भर्ना हुनेछु?

बिरामीहरूले अझै पनि अवस्थित संयन्त्र अनुसार अस्पताल भर्ना वा सामुदायिक अलगावमा बस्ने सुविधामा स्थानान्तरणको लागि कुर्नु पर्छ। यद्यपि, अधिकारीहरूले व्यवस्था गर्ने तरिकाहरूमा थप निर्णय गर्नेछन्।

अस्पताल प्राधिकरण हटलाइन १८३६११५ हो। अस्पताल प्राधिकरणले चिकित्साको विषय मा जानकारी लिन चाहे सोधपुछको जवाफ दिनेछ र प्रारम्भिक सकारात्मक परिणाम प्राप्त गरेपछि अस्पतालमा भर्ना हुन बाँकी मानिसहरूलाई संक्रमण नियन्त्रण सल्लाह प्रदान गर्नेछ।

हटलाइन दैनिक बिहान ८ बजेदेखि बेलुका १० बजेसम्म सञ्चालन हुन्छ।

पृष्ठ २०

र्यापिड एन्टिजन टेस्ट (आरएटि) मा सकारात्मक परीक्षण

↓

सरकारले तोकेको परीक्षणद्वारा पुष्टि →

१ गहिरो घाँटीबाट राल को नमूना संग्रह गर्ने प्याक लिनुहोस् (परिवारका अन्य सदस्यहरू द्वारा)

२ (ती प्याकहरू तिनीहरूको ढोकामा गएर सङ्कलन गर्नुहोस्)

↓

टेलिफोन बाट समय मिलाएर नजिकको तोकिएको क्लिनिकमा जानुहोस्

↓

३६९३ ४७७० मा हटलाइन मार्फत तोकिएको ट्याक्सी सेवाहरू आरक्षण गर्नुहोस्

↓

मुख्यतया घाँटी दुख्ने वा ज्वरो आउने जस्ता संक्रमणका हल्का लक्षणहरूका लागि डाक्टरहरूले बिरामीको क्लिनिकल अवस्था अनुसार उपयुक्त उपचार दिनेछन्। यदि बिरामीको अवस्था गम्भीर छ भने, उसलाई थप उपचारको लागि अस्पताल पठाइनेछ।

→ हल्का → गृह मामिला विभाग ("एचएडी") "स्टेहोमसेफ स्कीम हटलाइन" १८३३ ०१९ मा फोन गर्नुहोस्

→ लम्बित भर्ना → अस्पताल भर्ना हुन बाँकी रहेको प्रारम्भिक पुष्टि भएका बिरामीहरूको लागि: १८३६११५ मा

अस्पताल प्राधिकरण हटलाइनमा फोन गर्नुहोस्, जसले चिकित्सा विषय जानकारीको बारेमा सोधपुछको जवाफ दिनेछ र संक्रमण नियन्त्रण सल्लाह प्रदान गर्नेछ (सेवा समय : विहान ८ बजी देखि राति १० बजी सम्म)

→ यदि बच्चा / बिरामीलाई सास फेर्न गाह्रो हुने, ओठ निलो हुने, छाती दुख्ने, मुटुको धड्कन तीव्र हुने, वरिपरीको परिस्थिति बुझ्ने अवस्थामा अचानक परिवर्तन वा भ्रम, लगातार उच्च ज्वरो, आघात, वा मुखबाट भोजन सेवनको मात्रा कम भएमा अस्पताल जान एम्बुलेन्स बोलाउनुहोस् → ९९९ मा फोन गर्नुहोस् (एम्बुलेन्स तथा आपतकालीन विभाग)

पृष्ठ २३

指定診所 Designated Clinics		CityU Department of Infectious Diseases and Public Health 香港城市大學 City University of Hong Kong	
診所 Clinic	地址及預約電話 Address & Booking Tel		
香港 Hong Kong	筲箕灣賽馬會 普通科門診診所一樓 1/F, Shau Kei Wan Jockey Club General Out-patient Clinic	筲箕灣慈雲道8號一樓 1/F, 8 Choi Wan Road, Shau Kei Wan 2560 0211	新界 New Territories
	貝夫人普通科門診診所地下 GF, Violet Peel General Out-patient Clinic	灣仔皇后大道東282號 鄧肇堅醫院社區日間醫療中心地下 GF, Tang Shu Kin Hospital, Community Ambulatory Care Centre, 282 Queen's Road East, Wanchai 3553 3116	
	堅尼地城賽馬會普通科門診診所 Kennedy Town Jockey Club General Out-patient Clinic	堅尼地城域多利道45號 45 Victoria Road, Kennedy Town 2817 3215	
	香港仔賽馬會普通科門診診所 Aberdeen Jockey Club General Out-patient Clinic	香港仔水庫道10號 10 Aberdeen Reservoir Road, Aberdeen 2555 0381	
九龍 Kowloon	柏立基普通科門診診所 Robert Black General Out-patient Clinic	新蒲崗太子道東600號 600 Prince Edward Road East, Sen Po Kong 2383 3311	仁愛普通科門診診所 Yan Oi General Out-patient Clinic
	油麻地賽馬會 普通科門診診所 Yau Ma Tei Jockey Club General Out-patient Clinic	油麻地炮台街145號一樓 1/F, 145 Battery Street, Yau Ma Tei 2440 7659	
	九龍灣健康中心 普通科門診診所 Kowloon Bay Health Centre General Out-patient Clinic	九龍灣啟仁街9號一樓 1/F, 9 Kai Yan Street, Kowloon Bay 2116 2812	
	長沙灣賽馬會 普通科門診診所 Cheung Sha Wan Jockey Club General Out-patient Clinic	長沙灣廣利道2號 2 Kwong Lee Road, Cheung Sha Wan 2387 8211	
		將軍澳(寶寧路)普通科門診診所 Tsung Kwan O (Po Ning Road) General Out-patient Clinic	將軍澳寶寧路28號地下 G/F, 28 Po Ning Road, Tsung Kwan O 2191 1083
		南蕪涌賽馬會 普通科門診診所 South Kwai Chung Jockey Club General Out-patient Clinic	葵涌葵盛圍310號 310 Kwai Shing Circuit, Kwai Chung 2615 7333
		圓洲角普通科門診診所 Yuen Chau Kok General Out-patient Clinic	沙田擔擔杆街29號地下 G/F, 29 Chap Wai Kon Street, Shatin 2647 3383
		粉嶺家庭醫學中心一樓 1/F, Fanling Family Medicine Centre	粉嶺璧峰路2號粉嶺健康中心一樓 1/F, Fanling Health Centre, 2 Pk Fung Road, Fanling 2639 4601
		屯門屯利街6號地下 G/F, 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun 2988 5516	天水圍天榮路3號一樓 (香港濕地公園及 天榮路慧賢軒對面) 1/F, 3 Tin Yip Road, Tin Shui Wai (Opposite HK Wetland Park and Vianni Cove of Tin Kwai Road) 3124 2200

पृष्ठ २४

हामीले हाम्रो परिवारका सदस्य(हरू) को कोभिड - १९ को लक्षण देखाएको खण्डमा कसरी हेरचाह गर्नुपर्छ?

- घरमा बस्नको लागि स्वास्थ्य सुरक्षा केन्द्रका निर्देशनहरू पालन गर्नुहोस्। हेरचाहकर्ता र बिरामी बच्चा / बिरामी, परिवारका अन्य सदस्यहरूबाट सकेसम्म टाढा रहनुपर्छ। सम्भव भएसम्म, हेरचाहकर्ता र बिरामी बच्चा एउटै कोठामा बस्नुपर्छ, ढोका बन्द गर्नुहोस् र परिवारका अन्य सदस्यहरूसँग सम्पर्क नगर्नुहोस्। उनीहरूले घर छोड्नु हुँदैन।
- बिरामीलाई परिवारका अन्य सदस्यहरूबाट कम्तिमा १ मिटर टाढा राख्नुहोस्।
- हेरचाहकर्ताले मुख र नाक दुबै छोप्ने सर्जिकल मास्क लगाउनुपर्छ। प्रयोग पछि, सर्जिकल मास्कहरू हटाउनु पर्छ।
- उनीहरूले बिरामी बच्चालाई आपसी-संक्रमणको सम्भावना कम गर्न उपयुक्त आकारको मास्क लगाउन मद्दत गर्नुपर्छ।
- बिरामीको सम्पर्कमा आएपछि दुवै हातलाई साबुन आदिले राम्ररी सफा गर्न नबिर्सनुहोस्। बिरामीलाई राख्ने स्थान चाँही राम्रोसँग हावा चल्ने ठाउँ हुनु पर्छ।

पृष्ठ २५

- यदि वातावरणले गर्दा हात धुन अनुमति दिँदैन र हातहरू फोहोर देखिँदैनन् भने, हेरचाहकर्ताले ७० – ८० % अल्कोहल-आधारित ह्यान्ड सेनिटाइजरले आफ्नो हातहरू सफा गर्न सक्छन्।
- सम्भव भएमा बिरामी बच्चा / बिरामीका लागि निर्दिष्ट शौचालय / बाथरूमको व्यवस्था गर्नुहोस्। यदि बच्चाको लागि कुनै निर्दिष्ट शौचालय / बाथरूम छैन भने, परिवारका अन्य सदस्यहरूले प्रयोगमा नभएको बेला शौचालयबाट आफ्ना तौलिया र व्यक्तिगत सरसफाइका वस्तुहरू लैजानुपर्छ। बच्चालाई फ्लस गर्नु अघि शौचालय छोप्न र शौचालय प्रयोग गरेपछि आफ्नो हात राम्ररी धुन पनि सिकाउनुपर्छ।
- बिरामी बच्चा / बिरामीले प्रयोग गर्ने शौचालयलाई नियमित रूपमा १:४९ पातलो घरेलु ब्लीचले सफा गर्नुपर्छ।

पृष्ठ २६

- घरमा राम्रो सित हावा बतास खेल्ने अवस्था राख्नुहोस्। थप झ्यालहरू खोल्नुहोस् किनभने राम्रो हावा खेल्न पाए विषाणुलाई प्रभावकारी रूपमा पातलो गर्न वा हावाको प्रवाहसँगै लैजान सक्छ। यदि तपाईंसँग घरमा छ भने हेपा फिल्टर प्रयोग गर्नुहोस्।

पृष्ठ २७


- बिरामी बच्चा / बिरामीको शरीरको तापक्रम निगरानी गर्नुहोस्।

- मौखिक सेवनको मात्रा र पिसाब र मलत्याग गर्ने र मलको मात्रा रेकर्ड गर्नुहोस्।
- खोकी, नाक बग्ने, घाँटी दुख्ने र बान्ता जस्ता हरेक दिन कुनै पनि नयाँ लक्षणहरू बारे सचेत रहनुहोस् र रेकर्ड गर्नुहोस्।


- सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा, बिरामीको अवस्था बिग्रँदै गएको संकेत गर्ने कुनै पनि लक्षणहरू, जस्तै पहेँलो देखिने वा सास फेर्न गाह्रो हुनेमा अत्यन्त सतर्क रहनुहोस्।

पृष्ठ २८


Points to note for persons tested positive/preliminary positive for COVID-19




Avoid face-to-face contact with other household members




Wear well-fitted surgical masks properly whenever leaving the room




Wash hands frequently




Daily cleaning and disinfecting household environment




If toilets are shared, cleaning and disinfection should be done immediately after every use





Pour water regularly to drains (U-traps)




Keep the place well ventilated








Avoid dining and sharing personal items with other household members



HP 衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生署
Department of Health

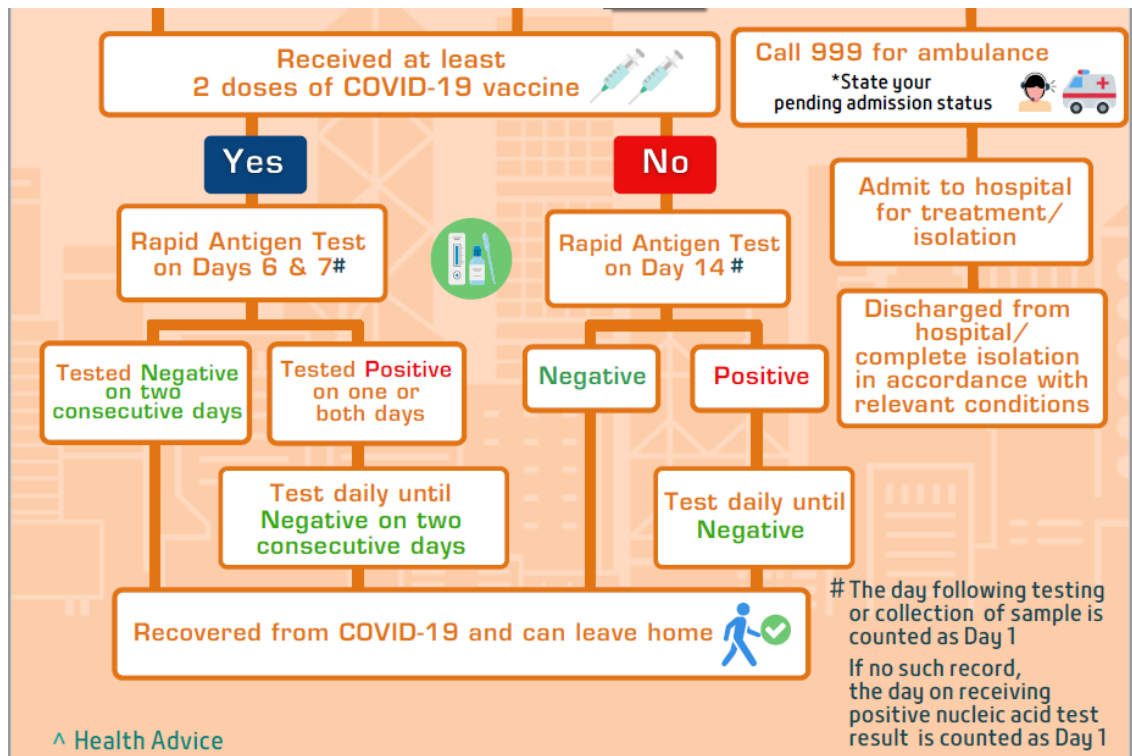
पृष्ठ २९

के अनुहारमा मास्क लगाएको बेलासम्म प्रभावकारी हुन्छ?

अनुहारको मास्कको प्रकारको जस्तो भए पनि, सुरक्षात्मक प्रभाव सीमित छ र त्यसैले तिनीहरू नियमित रूपमा बदल्नु पर्छ। यो सल्लाह दिइन्छ कि लगाएको मास्कहरू हरेक दुई देखि चार घण्टामा बदल्नु पर्छ।

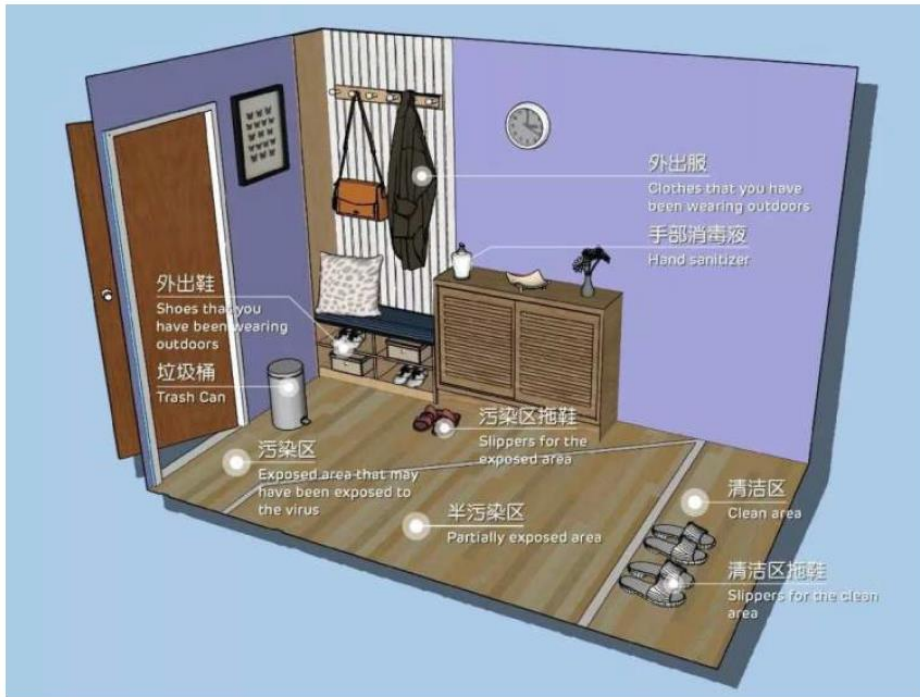
हेरचाह गर्ने व्यक्तिले आपातकालीन एम्बुलेन्स कहिले बोलाउनुपर्छ?

- बिरामी बच्चा / बिरामीलाई सास फेर्न गाह्रो हुने, ओठ नीलो हुने, छाती दुख्ने, मुटुको धड्कन तीव्र हुने, व्यवहार मा अचानक परिवर्तन वा भ्रम, लगातार उच्च ज्वरो, आघात, वा मुखबाट भोजन को सेवन कम भएमा तत्काल अस्पताल लैजान आकस्मिक एम्बुलेन्स बोलाउनुहोस्।





पृष्ठ ३३



पृष्ठ ३४

सामाजिक दुरीका उपायहरु

असरदार छ ?

मनोविज्ञान?

परिवार? केटाकेटी विद्यालय जान्छन् ? घरबाट काम गर्नुहुन्छ?




 Department of Infectious Diseases and Public Health
 香港城市大學
 City University of Hong Kong



Research Article
Efficacy and Safety of Lianhuaqingwen Capsules for the Prevention of Coronavirus Disease 2019: A Prospective Open-Label Controlled Trial

Xiaowei Gong^{1,2}, Boyan Yuan^{1,2}, Yading Yuan^{1,2}, and Fengji Li^{1,2*}

¹Department of Respiratory and Critical Care Medicine, The Second Hospital of Anhui Medical University, Anhui Province, China
²Department of Infectious Disease, Anhui Provincial Hospital of CAMS, Hefei, Anhui Province, China
 Correspondence should be addressed to Yading Yuan; yuan11@ahsu.edu.cn

Received 29 June 2021; Accepted 10 October 2021; Published 25 November 2021

Academic Editor: Kanyi Wang

Copyright © 2021 Xiaowei Gong et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) has become a global pandemic. Community and close contact exposure control is one of the COVID-19 prevention strategies. There is no confirmed effective treatment for suspected cases and close contacts. Lianhuaqingwen (LHQW) capsules are used to prevent COVID-19 in high-risk populations. Community and close contact exposure control is one of the COVID-19 prevention strategies. There is no confirmed effective treatment for suspected cases and close contacts. Lianhuaqingwen (LHQW) capsules are used to prevent COVID-19 in high-risk populations.

1. Introduction

Coronavirus disease 2019 (COVID-19), a novel acute respiratory infectious disease, has been a major global public health event since 2019 [1]. Through more than one year of active prevention, control, and treatment, the epidemic in China has been effectively controlled, with only a few sporadic cases in some areas and a few imported cases. However, as the global epidemic is still spreading, it is difficult to prevent the second wave of COVID-19 from spreading and spreading in China will continue to exist. As of the beginning of 2021, COVID-19 infections are returning to

China. The data show that there have been confirmed cases of COVID-19 and asymptomatic infections in several provinces and cities, including Hubei and Guangdong. At present, strengthening the prevention and control of asymptomatic infections, reducing the occurrence of imported infections as much as possible, and enabling the early identification and isolation of asymptomatic cases and confirmed cases are the top priorities for controlling the source of infection and reducing the incidence of cases [2].

In recent epidemiological observations, such as air pollution, respiratory history, and contact history of COVID-19 cases, and to conduct effective screening, evaluation, and