

आवास और आरोग्यलाभ दिशानिर्देश

आप कुछ समय के लिए होटल में रहेंगे। आपकी सुरक्षा और मन की शांति सुनिश्चित करने के लिए, हम आपसे निम्नलिखित सावधानियों का पालन करने के लिए कहते हैं। यदि आपको अपने दैनिक जीवन में कोई समस्या है या अपने स्वास्थ्य के बारे में चिंता है, तो कृपया बेझिझक हमारे स्टाफ से संपर्क करें।

1 उपलब्ध वस्तुएं/सेवाएं

[सुविधा के बुनियादी उपकरण (निःशुल्क उपयोग किए जा सकते हैं)]

राज्य के होटल के कमरे में निम्नलिखित वस्तुएं/सेवाएं उपलब्ध हैं।

- बिस्तर, तकिए
- शैम्पू, कंडीशनर, बॉडी सोप (साबुन), टिश्यू टॉयलेट पेपर, चप्पल
- टीवी, रेफ्रिजरेटर, वाई-फाई (Wi-Fi), हेयर ड्रायर, गर्म पानी की केतली
- थर्मामीटर, पल्स ऑक्सीमीटर

(दैनिक आवश्यकता का सामान सभी को लाना होगा)

- स्वास्थ्य बीमा, नकद राशि (घर वापस परिवहन के लिए, आदि)
- दवा के पर्चे/ नोटबुक या फार्मसी में दिए गए दवाओं के लिए निर्देश
- मोबाइल फोन और स्मार्टफोन (ऐच्छिक)
- कपड़े (पजामा, अंडरवियर, रूम वियर, सर्दियों के कपड़े आदि)
- तौलिये (प्रत्येक के लिए 2 या 3 स्नान और चेहरे के तौलिये)
- कपड़े धोने का डिटर्जेंट, कपड़े पिन आदि (आवश्यकतानुसार)
- टूथब्रश, टूथपेस्ट, दाढ़ी, कंघी, कप (आवश्यकतानुसार)
- मास्क
- अन्य आवश्यक वस्तुएँ (नियमित दवा, लेखन सामग्री, चश्मा), आदि।
- ऐसे खाद्य और पेय पदार्थ लाए जा सकते हैं जो बोटलबंद या डिब्बाबंद नहीं हैं, लेकिन शराब प्रतिबंधित है।
- यदि आप अपने परिवार के साथ यात्रा कर रहे हैं, तो आपके बच्चे के पसंदीदा खिलौने आदि।

[दवा के बारे में तैयारी]

- यदि आपके पास कोई आई ड्रॉप, पैच, मलहम, या दवाएं हैं जो आप कभी-कभी लेते हैं (सिरदर्द की दवा, कब्ज की दवा आदि), तो आपको 10-दिन की आपूर्ति को जमा करने की आवश्यकता हो सकती है।
- यदि आपके प्रवास के दौरान आपकी दवा समाप्त हो जाती है, तो कृपया अपने पारिवारिक चिकित्सक से परामर्श करें और इसे टेलीफोन द्वारा लिखवाये।

[लागत/ खर्च]

- रोगी के ठीक होने तक रहने और भोजन का कोई अतिरिक्त खर्च नहीं है।
- यदि आपको किसी ऐसी दवा के लिए प्रिस्क्रिप्शन मिलता है जो नए कोरोनावायरस संक्रमण से संबंधित नहीं है, तो आपको इसके लिए भुगतान करना होगा।

2 आवास और आरोग्यलाभ की योजना

[चिकित्सा आरोग्यलाभ/ बिमारी के दौरान]

- **स्वस्थ होने तक बाहर न जाएं और ठहरने की सुविधा में रहें।**
- हर दिन अपने स्वास्थ्य की जाँच करें।
- हम आपकी दैनिक स्वास्थ्य जांच करेंगे।
- विभिन्न प्रतिबंधों के बावजूद संक्रमण की रोकथाम के लिए नियमों का पालन करें।
- लक्षण गंभीर होने पर चिकित्सा संस्थान/ अस्पताल में जाकर भर्ती हों।

[चिकित्सा आरोग्यलाभ/ बिमारी के अंत में]

- यदि बिमारी शुरुआत की तारीख से 10 दिन बीत चुके हैं (अलक्षणी (Asymptomatic) रोगियों के लिए नमूना संग्रह की तारीख) और लक्षणों में सुधार के बाद 72 घंटे बीत चुके हैं, तो चिकित्सक की सलाह पर चिकित्सा उपचार समाप्त कर दिया जाएगा।
- घर वापसी के समय आपकी या आपके सामान को लाने/ ले जाने में हम आपकी मदद नहीं कर सकेंगे।
- कोई इलाज प्रमाण पत्र जारी नहीं किया जाएगा।

3 आवास के दौरान सावधानियां

[ठहरने की बुनियादी जानकारी]

- मूल रूप से, प्रत्येक व्यक्ति एक निजी कमरे (स्नान और शौचालय के साथ) में रहता है।
- **आपके प्रवास के दौरान, आपको भवन के निर्दिष्ट क्षेत्र के अलावा कहीं और जाने की अनुमति नहीं है।**

[दैनिक स्वास्थ्य प्रबंधन]

- दिन में दो बार सुबह 7:30 और शाम को 04:00 बजे तापमान नापें और "स्वास्थ्य अवलोकन पत्रक (Health Observation Form)" भरें।
- लगभग 10 और 17 बजे, नर्स और कर्मचारी प्रत्येक कमरे में कॉल करेंगे और "स्वास्थ्य अवलोकन पत्रक" पर आइटम के अनुसार आपकी शारीरिक स्थिति के बारे में पूछेंगे।
- यदि आपकी शारीरिक स्थिति में कोई परिवर्तन होता है (खासकर यदि आपको बुखार है), तो कृपया रात में भी तुरंत नर्स को फोन करें। प्रभारी चिकित्सक लक्षणों की जांच करेंगे। (संपर्क जानकारी अलग से प्रदान की जाएगी।)

[भोजन]

- भोजन प्रतिदिन सुबह 8 बजे, दोपहर 12 बजे और शाम 6 बजे परोसा जाता है (कर्मचारी प्रत्येक मंजिल पर सुविधा कक्षों (एमेनिटी रूम) में खाने का डिब्बा रखेंगे और आपको प्रसारण (Broadcast) या फोन

द्वारा सूचित करेंगे।)

- प्रत्येक मंजिल पर एमेनिटी रूम में टी बैग आदि भी रखे गए हैं (प्रत्येक मंजिल पर कमरा 17 (उदाहरण: 5 वीं मंजिल पर कमरा 517)), इसलिए कृपया आवश्यक मात्रा में लें।
- सभी खाने के डिब्बो को पूरा खाना जरूरी नहीं है, इसलिए कृपया अपनी शारीरिक स्थिति के अनुसार भोजन की मात्रा कम करके अपनी स्वास्थ्य देखभाल पर ध्यान दें।
- फूड पॉइजनिंग से बचने के लिए जल्द से जल्द सेवन करें और बचा हुआ खाना (Dispose) फेंक दें।

[स्नान/धोना]

- बाथरूम लिविंग रूम में है। बाथरूम के उपयोग के समय पर कोई प्रतिबंध नहीं है, लेकिन कृपया इसे रात के मध्य में या सुबह जल्दी उपयोग करते समय पास पड़ोस/ परिवेश का ध्यान रखें।
- जब आप खाने के डिब्बो को ले तो आवश्यकतानुसार सुविधाएं (साबुन, टॉयलेट पेपर आदि) भी ले ले।

[सफाई / कचरा]

- कृपया रूम को स्वयं साफ करें।
- जब आप अपना नाश्ता लेने आते हैं, तो कृपया दिन भर का सारा कचरा प्लास्टिक की थैली में डाल दें, बैग को बंद कर दें और प्रत्येक मंजिल पर लिफ्ट के सामने कूड़ेदान में फेंक दें।

[दवा की तैयारी]

- यदि आप जो दवा ले रहे हैं, वह समाप्त होने वाली है, तो कृपया दवा का नया पर्चा बनवाने से पहले अपने फ़ैमिली डॉक्टर को फॉलो-अप अपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें।
- कृपया अपने परिवार से आपके लिए दवा लाने को कहें।
* कृपया नीचे "परिवार के सदस्यों के लिए" देखें।

[चिकित्सा उपचार की सावधानियां]

- कृपया अपना भोजन लेने के अलावा अपने कमरे में ही रहें। (आपको भवन के बाहर जाने की अनुमति नहीं है।)
- कृपया अन्य रोगियों के संपर्क में आने से बचें।
- चिकित्सा उपचार के दौरान शराब पीना और धूम्रपान करना सख्त वर्जित है क्योंकि इससे लक्षण बिगड़ सकते हैं और स्वास्थ्य की स्थिति को ठीक से समझना मुश्किल हो जाता है। (धूम्रपान रहित तंबाकू और इलेक्ट्रॉनिक सिगरेट भी प्रतिबंधित हैं।)
- यदि आप अन्य रोगियों को परेशान करते हैं, या यदि आप इस पुस्तिका में वर्णित नियमों का पालन नहीं करते हैं, तो आपको अपना प्रवास जारी रखने की अनुमति नहीं दी जाएगी।

[होटल सुविधाएं और उपकरण]

यदि होटल की सुविधाएं और उपकरण क्षतिग्रस्त हो जाते हैं, तो आपको सुविधा के मानकों के अनुसार मरम्मत की लागत का भुगतान करना पड़ सकता है।

[परिवार के सदस्यों के लिए]

- यदि आप होटल में (यहां तक कि दवा भी) कुछ भी लाना चाहते हैं, तो कृपया आने से पहले होटल को कॉल करें।
एक स्टाफ सदस्य होटल में आपके लिए सामान लेगा (संपर्क जानकारी अलग से प्रदान की जाएगी)।

(संपर्क समय: सामान्य रूप से 10:00 से 15:00 तक, पिकअप समय: सामान्य रूप से 14:00 से 16:00 बजे तक)

(कृपया ध्यान दें कि जब आप चेक इन करेंगे तो हम आपके द्वारा लाए गए सामानों की जांच करेंगे।)

- जब आप अपना भोजन प्राप्त करते हैं तो आप प्रत्येक मंजिल पर सुविधा कक्ष से अपना सामग्री/ सामान ले सकते हैं। हम कच्चे या महंगे सामान, बोटलें या डिब्बे नहीं ले सकते क्योंकि हम उन्हें किसी भी समय सौंप नहीं सकते हैं।

(कृपया ध्यान दें कि हमारे द्वारा प्राप्त की जाने वाली वस्तुओं को रेफ्रिजरेटेड नहीं रखा जा सकता है। कृपया उन वस्तुओं को भेजने से बचें जो कमरे के तापमान पर भंडारण के कारण गुणवत्ता में खराब हो सकती हैं, क्योंकि आपके द्वारा उन्हें प्राप्त करने में कई घंटे लगते हैं।)

(कृपया ध्यान दें कि हम किसी भी चोरी या नुकसान के लिए जिम्मेदार नहीं हैं।)

होटल में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन कर्मचारी कार्यरत हैं। यदि आप बीमार महसूस करते हैं, जैसे कि खांसी या बुखार, या कोई आपात स्थिति है, तो कृपया हमें किसी भी समय कॉल करने में संकोच न करें। (संपर्क जानकारी अलग से प्रदान की जाएगी।) हम सब आपके स्वस्थ होने की प्रार्थना करते हैं!

स्वास्थ्य और कल्याण ब्यूरो, हिरोशिमा राज्य