**Directorate of Health & Family Welfare**
**Government of Punjab**
**Integrated Disease Surveillance Programme (IDSP)**
**Parivar Kalyan Bhawan, Sector-34A, Chandigarh.**
**Phone No: 0172-2621506, punjab.idsp@gmail.com**

ਨੰ. IDSP/NHM/Pb/20/5709-16. ਮਿਤੀ 19.05.2020, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ

ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ

1. ਸਮੂਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ/ਵਧੀਕ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ/ਵਿੱਤੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰਜ਼/ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ/ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ।
2. ਸਮੂਹ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖੀ, ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ।
3. ਸਮੂਹ ਡਿਵੀਜ਼ਨਾਂ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨਰਜ਼।
4. ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਆਫ ਪੁਲਿਸ।
5. ਸਮੂਹ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ।
6. ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਜਨਰਲ, ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈ ਕੋਰਟ।
7. ਸਮੂਹ ਸੀਨੀਅਰ ਸੁਪਰੀਟੈਂਡੈਂਟ ਆਫ ਪੁਲਿਸ।
8. ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ।

ਵਿਸ਼ਾ- **ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ।**

ਨੋਵਲ ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਸਿਸਟਮਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜੋ ਨੋਵਲ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ (SARS-CoV-2) ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ ਛਿੱਕਾਂ ਤੇ ਖੰਘ ਦੇ ਛਿੱਟਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸਾਹ ਜ਼ਰੀਏ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਨਾਲ, ਪੀੜ੍ਹਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਅਤੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਚੀਜ਼ਾਂ/ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਨਾਲ ਫ਼ੈਲਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਤਿਹਾਂ ਉਪਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜੀਵਿਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੈਮੀਕਲ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟੈਂਟ ਨਾਲ ਇਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਸਹੀ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਕਾਉਂਟਰ, ਟੇਬਲ ਟੋਪ, ਡੋਰ ਨੋਬ, ਬਾਥਰੂਮ ਫਿਕਸਚਰ, ਟਾਇਲਟ, ਕੀ-ਬੋਰਡ, ਮਾਊਸ, ਟੈਬਲੈਟਸ ਅਤੇ ਬੈਡ ਸਾਈਡ ਟੇਬਲਸ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਛੂਹੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਤਿਹਾਵਾਂ (Surfaces) ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ, ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਸਾਜੋ-ਸਮਾਨ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਚਿਹਰਾ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਨਹੀਂ ਛੂਹਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਆਦਿ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਸਾਜੋ-ਸਮਾਨ ਦੀ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਿੱਜੀ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਵੀ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਹੁਣ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨਾਂ ਦੀ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਇੱਕ ਹਾਈ ਰਿਸਕ ਸਤਿਹ ਹੈ, ਜੋ

ਸਿੱਧੇ ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵਿਤ ਸ਼ਰੋਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਧੋਤੇ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੋਣ।

**ੳ. ਆਮ ਸਲਾਹਾਂ**

1. ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਢੰਗ ਨਾਲ ਧੋਤਾ/ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

2. ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਜੇਕਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਬਣ ਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਜਾਂ 70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਇਸੋਪ੍ਰੋਪਾਈਲ ਅਲਕੋਹਲ ਯੁਕਤ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ।

3. ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਤਿਹ ਤੇ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

4. ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ/ਮੂੰਹ ਵਿਚਕਾਰ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹੈਡ ਫੋਨ/ਹੈਡ ਸੈੱਟ (ਤਾਰ ਵਾਲੇ/ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਤਾਰ ਵਾਲੇ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

5. ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਨੂੰ ਸਪੀਕਰ ਫੋਨ ਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਹੈਡ ਫੋਨ/ਹੈਡ ਸੈੱਟ ਉਪਲਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲੜੀ ਨੰਬਰ 4 ਦੇ ਬਦਲੇ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

6. ਆਪਣਾ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ/ਹੈਡ ਫੋਨ/ਹੈਡ ਸੈੱਟ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰੋ।

7. ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੰਟਰਕਾਮ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇੰਟਰਕਾਮ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

**ਅ. ਮੋਬਾਈਲ ਸਤਿਹਾਂ (Surface) ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ**

1. ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ "ਯੂਜ਼ਰ ਸੁਪਰੋਟ ਗਾਈਡਲਾਈਨ" ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮੋਬਾਈਲ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਇਸਦਾ ਅਪਡੇਟਡ ਵਰਜ਼ਨ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ।

2. ਐਪਲ ਅਤੇ ਸੈਮਸੰਗ ਦੋਵਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਯੂਜ਼ਰ ਸਪੋਰਟ ਗਾਈਡਲਾਈਨ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ 70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਇਸੋਪ੍ਰੋਪਾਈਲ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ "ਕਲੋਰੋਕਸ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟਿੰਗ ਵਾਈਪਸ" ਨਾਲ ਸਵਿੱਚ ਆਫ ਮੋਡ ਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀਆਂ ਸਤਿਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

3. ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਬਲੀਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਮੀਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਖ਼ਤ ਕੈਮੀਕਲ (Harsh Chemical) ਓਲੀਓਫੋਬਿਕ ਸਕਰੀਨ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਅੱਗੇ ਫੋਨ ਦੀ ਟੱਚ ਸਕਰੀਨ ਦੀ ਸੈਂਸਟੀਵਿੱਟੀ ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4. ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੀਆਂ ਸਤਿਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਲੜੀਵਾਰ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ। (ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੈਪਟੌਪ ਆਦਿ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ :-

- ਸਫ਼ਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਕਵਰ, ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਤਾਰਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
- ਡਿਵਾਇਸ ਦੀ ਸਤਿਹ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਰਮ, ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਬੁਰ ਤੋਂ, ਵਾਟਰ ਪਰੂਫ ਤੇ ਡਸਟ ਪਰੂਫ ਵਾਈਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੈਮਰਾ ਲੈਂਸ ਵਾਈਪ ਆਦਿ)।

- ਸਫ਼ਾਈ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਕੋਨੇ ਨੂੰ ਬਾਇਓਸਾਈਡ ਬਾਇਓਸਾਈਡ (70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਇਸੋਪ੍ਰੋਪਾਈਲ ਅਲਕੋਹਲ ਜਾਂ ਕੋਲੋਰੋਕਸ ਡਿਸਇਨਫੈਕਟ) ਨਾਲ ਗਿੱਲਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਦੇ ਅੱਗਲੇ ਤੇ ਪਿੱਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁਲ੍ਹੀ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਮੀ ਅੰਦਰ ਨਾ ਜਾਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਤੇ ਸਿੱਧੇ ਨਾ ਵਰਤੋਂ।
- ਫੋਨ ਦੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਤਿਹ ਉਪਰ ਕੰਪਰੈਸਰ ਜਾਂ ਬਲੀਚ ਦੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਬਲੀਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।

**ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ, ਪੰਜਾਬ**

ਨੰ. DHS/NHM/Pb/20/5117-18 ਮਿਤੀ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 19/5/2020

ਉਤਾਰਾ :-

1. ਓਐਸਡੀ ਟੂ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਮਾਣਯੋਗ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਜੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
2. ਪੀਐਸ ਟੂ ਵਧੀਕ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ (ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਭਾਗ), ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਵਧੀਕ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ (ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਭਾਗ) ਜੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।

**ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ, ਪੰਜਾਬ**

ਨੰ. DHS/NHM/Pb/20/5119-27 ਮਿਤੀ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 19/5/2020

ਉਤਾਰਾ :-

1. ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ
2. ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਐਫ਼ਡੀਏ, ਪੰਜਾਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
3. ਮਿਸ਼ਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ, ਪੰਜਾਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
4. ਮੈਨੇਜਿੰਗ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਪੀਐਚਐਸਸੀ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
5. ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਆਯੂਸ਼ ਕਮ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਏਡਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
6. ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ), ਪੰਜਾਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
7. ਡਾਇਰੈਕਟਰ (ਈਐਸਆਈ), ਪੰਜਾਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
8. ਐਗਜ਼ੀਕਿਉਟਿਵ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਐਸਐਚਐਸਆਰਸੀ, ਪੰਜਾਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ।
9. ਸਮੂਹ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ, ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਯੋਗ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ।

**ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ,ਪੰਜਾਬ**