



राज्यपाल, मध्यप्रदेश  
GOVERNOR OF MADHYA PRADESH

भोपाल दिनांक 31 मार्च, 2020

प्रिय नागरिकों,

हम सब कोरोना वायरस से फैल रही महामारी के साथ संघर्ष कर रहे हैं। जहाँ एक ओर कोरोना वायरस इतना घातक है कि इसका कोई इलाज नहीं है, वहीं दूसरी ओर इससे बचाव का तरीका अत्यंत सरल है। कुछ दिन सोशल डिस्टेंसिंग कर के हम कोरोना पर विजय प्राप्त कर सकते हैं। मेरा आप सभी से अनुरोध है कि कोरोना के संबंध में प्रचारित हो रहे भ्रामक संदेशों से प्रभावित नहीं हों। अपने परिजन, मित्रों और आपके परिचित परिवारों को सचेत करें।

कोरोना वायरस को रोकने के लिए जरूरी है कि हम सब उसके बचाव के उपायों का स्वयं गंभीरता से पालन करें। अनावश्यक भयभीत नहीं हो। कोरोना का वायरस कोविड-19 क्या है और उससे कैसे बचना है इसकी जानकारी को समझें, उसका पालन करें। कोरोना वायरस से संक्रमित व्यक्ति जब खाँसता, छींकता या बोलता है तब उसकी साँस के माध्यम से कोरोना वायरस बाहर आता है और कुछ देर हवा में रहने के बाद आसपास ठोस तलों एवं वस्तुओं पर जम जाता है। संक्रमित व्यक्ति के हाथ संक्रमित होने के बाद व्यक्ति जब किसी अन्य वस्तु को छूता है तब वहाँ भी कोरोना वायरस पहुंच जाता है। ऐसे स्थलों पर उसका जीवनकाल 3 घंटे से लेकर 3 दिन तक हो सकता है। कभी-कभी उससे भी अधिक भी हो सकता है। जब हमारा संपर्क ऐसे स्थलों से होता है तब यह वायरस हमारे हाथ में लग जाता है। जब हम अपना हाथ आंख, नाक या मुँह में लगाते हैं तब उससे हम भी संक्रमित हो जाते हैं।

कोरोना संक्रमण के लक्षण तत्काल नहीं दिखते हैं। कुछ लोगों में चार-पाँच दिन और कुछ में यह 14 दिनों में दिखाई देते हैं। इसलिए आवश्यक है कि हम बचाव के तरीकों का कड़ाई से पालन करें।

कोरोना वायरस से बचाव के लिए संसाधनों की नहीं आत्म संयम और संकल्पित होने की जरूरत है। प्रत्येक सामान्य व्यक्ति जब तक बहुत जरूरी नहीं हो तब तक घर से बाहर नहीं निकलें। यदि बाहर जाना पड़ जाए तब भीड़ भरे स्थान जाने से बचें। परिवार के घर पर रहने वाले सदस्यों के अलावा किसी से नहीं मिलें। यदि मिलना आवश्यक हो तब मिलते वक्त व्यक्ति से 1.5 मीटर की दूरी रखी जाए। जब भी घर से बाहर जाएं, बार-बार साबुन से 20 सेकेण्ड तक अथवा सैनिटाइजर से हाथ धोएं।

....2