গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
বাংলাদেশ আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী
সদর দপ্তর, খিলগাঁও, ঢাকা
www.ansarvdp.gov.bd

স্মারক নং-৪৪.০৩.০০০০.০৪১.১৬.০০১.১৭.১৩৯

তারিখঃ ২৬ ফাল্গুন ১৪২৬ বঙ্গাব্দ
১০ মার্চ ২০২০ খ্রিস্টাব্দ

অফিস আদেশ

(করোনা ভাইরাসে (covid-19) আক্রান্ত হওয়া থেকে বাঁচতে অধিক সচেতনতা অবলম্বন সংক্রান্ত)

চীনের হুবেই প্রদেশের উহান শহরে করোনা ভাইরাস আক্রান্তের ঘটনা প্রথম ঘটলেও এরই মধ্যে বিশ্বের বিভিন্ন দেশে ছড়িয়ে পড়েছে। করোনা ভাইরাসে আক্রান্তের ঘটনা বাংলাদেশেও ঘটেছে বিধায় এই ভাইরাস কিভাবে ছড়ায়, লক্ষণ ও প্রতিরোধ সংক্রান্ত নিম্নেবর্ণিত বিষয়ে বাংলাদেশ আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনীতে কর্মরত সকল পদবীর ব্যক্তিবর্গকে অধিক সচেতনতা অবলম্বন করার জন্য অনুরোধ করা হলোঃ

কিভাবে ছড়ায়ঃ
- হাঁচি ও কাশির ফলে air droplet এর মাধ্যমে;
- আক্রান্ত ব্যক্তিকে স্পর্শ করলে;
- ভাইরাস আছে এমন কোন কিছু স্পর্শ করে হাত না ধুয়ে মুখে, নাকে বা চোখে হাত লাগালে;
- পয়ঃনিষ্কাশন ব্যবস্থার মাধ্যমেও ছড়াতে পারে।

লক্ষণঃ
- সর্দি, কাশি, জ্বর, মাথা ব্যাথা, গলা ব্যাথা;
- মারাত্মক পর্যায়ে অজ্ঞান হয়ে যাওয়া
- শিশু, বৃদ্ধ ও কম রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পন্ন ব্যক্তিদের নিউমোনিয়া ও ব্রঙ্কাইটিস।

প্রতিরোধঃ এখনো ভ্যাকসিন আবিষ্কার না হওয়ায় বিস্তার রোধই এর প্রতিরোধের উপায়।
- মাঝে মাঝে সাবান-পানি বা স্যানিটাইজার দিয়ে হাত ধোয়া;
- হাত না ধুয়ে মুখ, চোখ ও নাক স্পর্শ না করা;
- হাঁচি কাশি দেওয়ার সময় মুখ ঢেকে রাখা;
- ঠান্ডা বা ফ্লু আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে না মেশা;
- মাংস ও ডিম খুব ভালোভাবে রান্না করা;
- বন্য জীবজন্তু কিংবা গৃহপালিত পশুকেখালি হাতে স্পর্শ না করা;
- মুখে মাস্ক ব্যবহার করা যেতে পারে।

হাত কখন কখন ধুতে হবেঃ
- জীবানু লেগে থাকতে পারে এমন কিছু স্পর্শ করার পর;
- হাঁচি কাশি দেওয়ার পর, যেকোনো কাজ করার পর, ঘরে ফেরার পর।

বিশেষ নির্দেশনা-১:

১. করোনা ভাইরাস প্রতিরোধে মাস্ক পাওয়া যাচ্ছে। মাস্ক ভাইরাসটিকে প্রতিরোধ করতে পারে। তাই মাস্ক ব্যবহার করুন।
২. করোনা ভাইরাস মাটিতে, ফ্লোরে এবং যেকোনো বস্তু বা আসবাবপত্রে অবস্থান করে বিধায় সতর্ক থাকতে হবে।
৩. কোনো ধাতব তলে বা বস্তুতে করোনা পড়লে প্রায় ১২ ঘণ্টা জীবিত থাকতে পারে। তাই সাবান দিয়ে হাত ধুলেই যথেষ্ট হবে।
৪. করোনা ভাইরাস কাপড়ে ৯ ঘণ্টা জীবিত থাকতে পারে। তাই কাপড় ধুয়ে রোদে দুই ঘণ্টা রাখলে ভাইরাসটি মারা যাবে।
৫. করোনা ভাইরাস হাত বা ত্বকে ১০ মিনিটের মতো জীবিত থাকতে পারে। তাই অ্যালকোহল মিশ্রিত জীবাণুনাশক হাতে মেখে নিলে ভাইরাসটি মারা যাবে।
৬. গরম আবহাওয়ায় করোনা ভাইরাস বাঁচে না। ৭০ ডিগ্রি সেলসিয়াসের তাপমাত্রাই ভাইরাসটিকে মারতে পারে। কাজেই ভালো না লাগলেও বেশি বেশি গরম পানি পান করুন। আইসক্রিম এবং হিমায়িত খাবার সরাসরি গ্রহণ থেকে বিরত থাকুন।
৭. লবণ মিশ্রিত গরম পানি দিয়ে গারগল করলে গলা পরিষ্কার হওয়ার সঙ্গে সঙ্গে টনসিলের জীবাণুসহ করোনাভাইরাস দূর হবে। এছাড়া ফুসফুসে সংক্রমিত হবে না।
৮. করোনাভাইরাস প্রতিরোধে নাকে, মুখে আঙ্গুল বা হাত দেয়ার অভ্যাস পরিত্যাগ করতে হবে। কারণ, মানব শরীরে জীবাণু ঢোকার সদর দরজা হলো নাক-মুখ-চোখ।

বিশেষ নির্দেশনা-২: সকল ইউনিটে স্বল্প খরচে স্থানীয়ভাবে সচেতনতামূলক লিফলেট ও পোস্টার তৈরী এবং তার যথাযথ ব্যবহারের মাধ্যমে অধীনস্থ সকলকে সচেতন করতে হবে।

কর্তৃপক্ষের নির্দেশক্রমে এ আদেশ জারি করা হলো।

১০/০৩/২০২০

ড. মোঃ সাইফুর রহমান, বিভিএম, পিএএমএস
পরিচিতি নং-১২০০৫৮
পরিচালক (অপারেশন্‌স)
মোবাইল নং-০১৭৩০০৩৮০২২

১। উপ-মহাপরিচালক/পরিচালক
আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, ... রেঞ্জ, ...
২। পরিচালক, ... আনসার ব্যাটালিয়ন, ...
৩। পরিচালক, আনসার গার্ড ব্যাটালিয়ন, ভাটারা, ঢাকা।
৪। অধিনায়ক, এএসএফ, ভাটারা, ঢাকা।
৫। জেলা কমান্ড্যান্ট, আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, ...
৬। জোন কমান্ডার, ... জোন, ঢাকা/চট্টগ্রাম, মহানগর আনসার।

স্মারক নং-৪৪.০৩.০০০০.০৪১.১৬.০০১.১৭.১৩৯

তারিখঃ ২৬ ফাল্গুন ১৪২৬ বঙ্গাব্দ
১০ মার্চ ২০২০ খ্রিস্টাব্দ

অনুলিপি (জ্যেষ্ঠতার ক্রমানুসারে নয়):

১। সিনিয়র সচিব, জননিরাপত্তা বিভাগ
স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা।
২। অতিরিক্ত সচিব (আনসার ও সীমান্ত)
জননিরাপত্তা বিভাগ, স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা।
৩। অতিরিক্ত মহাপরিচালক
আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, সদর দপ্তর, খিলগাঁও, ঢাকা।
৪। উপ-মহাপরিচালক (প্রশাসন/অপারেশন্‌স/প্রশিক্ষণ)
আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, সদর দপ্তর, খিলগাঁও, ঢাকা।
৫। কমান্ড্যান্ট, আনসার ভিডিপি একাডেমি, সফিপুর, গাজীপুর।

— সদয় অবগতির জন্য।

৬। উপ-পরিচালক [সমন্বয়/পিএস টু ডিজি]
আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, সদর দপ্তর, খিলগাঁও, ঢাকা। — মহাপরিচালক মহোদয়ের সদয় অবগতির জন্য

৭। উপ-পরিচালক (প্রশাসন-উইং)
আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনী, সদর দপ্তর, খিলগাঁও, ঢাকা। — এই পত্রের নির্দেশনা আনসার ও ভিডিপি সদর দপ্তরের সচেতনতা ব্যবস্থা নিশ্চিত করার জন্য।

৮। অফিস/মাস্টার কপি।

১০/০৩/২০২০

পরিচালক (অপারেশন্‌স)