GOVERNMENT OF NATIONAL CAPITAL TERRITORY OF DELHI
DIRECTORATE OF EDUCATION: SCHOOL BRANCH
OLD SECRETARIAT: DELHI-110054

No. F. DE.23(386)/Sch.Br./2019/ 1903 Dated: 30/01/2019

CIRCULAR

Sub: Advisory on Seasonal Influenza A H1N1.

Please find enclosed herewith the Advisory on Seasonal Influenza A H1N1 received from Directorate General of Health Services, Public Health Wing, GNCT of Delhi on the subject cited above.

All Heads of Govt., Govt. Aided & Unaided Recognized Schools under Directorate of Education, Govt. of NCT of Delhi are hereby directed to comply with the above mentioned advisory.

This issues with approval of the Competent Authority.

Encl: as above

30/1/19
DDE (SCHOOL)

All Heads of Govt., Govt. Aided & Unaided Recognized Schools under Directorate of Education through DEL-E

No. F. DE.23 (386)/Sch.Br./2019/ 1903 Dated: 30/01/2019
Copy to :-

1. PPS to Secretary (Education).
2. PS to Director (Education).
3. All RDEs/DDEs (District/Zone)/DEOs to ensure compliance.
4. System Analyst (MIS) for uploading on website.
5. Guard file.

30/1/19
OSD (SCHOOL)

ADVISORY ON SEASONAL INFLUENZA A H1N1

INTRODUCTION AND MODE OF SPREAD

Seasonal Influenza (H1N1) is a self- limiting viral, air borne disease spread from person-to-person, through large droplets generated by the act of coughing and sneezing, indirect contact by touching a contaminated object or surface (fomite transmission like telephone, cell phones, computers, door handles, door bells, pens, toys etc) and close contact (including hand shaking, hugging, kissing)

SYMPTOMS

Fever & Cough, Sore throat, Runny or Stuffy Nose, Difficulty in Breathing. Other symptoms may include Body Aches, Headache, Fatigue, Chills, Diarrhea and Vomiting and Blood Stained Sputum

CATEGORIZATION OF PATIENTS

- Category A (patients with flu symptoms) neither require Oseltamivir nor testing
- Category B (patients with high risk) require only Oseltamivir. Testing is not required
- Category C (patients with danger signs) require Oseltamivir, testing and hospitalization

DANGER SIGNALS (RED FLAG SIGNS) IN INFLUENZA PATIENTS -

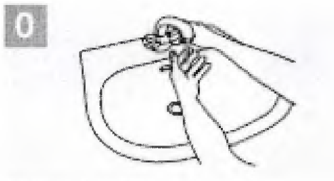
- Fever remains high
- Difficulty in breathing
- Coughing of blood stained sputum
- Altered behavior, incoherent speech
- Bluish discoloration of the skin & lips.

The impact of seasonal influenza activity can be mitigated by simple public health measures such as frequent washing of hands, respiratory etiquette, avoiding crowded places and maintaining distance of an arm length from those affected from flu like symptoms. Informing the public to adopt these measures would be of help. Some of the important points are

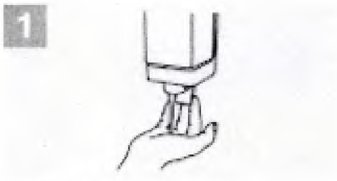
- Seasonal influenza A H1N1can present as fever, cough, sore throat, head ache, body ache and in some cases as diarrhea and vomiting.
- Not every patient with Seasonal influenza A H1N1 needs testing or specific antiviral treatment. Patients should consult doctor and follow advice.
- In case of mild Seasonal influenza A H1N1, it is recommended that contact with others may be limited as much as possible, to prevent transmitting infection to others.
- Take paracetamol in case of mild fever, drink plenty of fluid, eat nutritious food and take rest.
- Stay at home for atleast 24 hrs after fever is completely gone.
- Proper hand washing with soap and water and covering of nose and mouth while sneezing and coughing.
- Immediately consult a doctor in case of high grade fever and severe cough. Get yourself regularly checked by a doctor.

Dos	DON'Ts
• Cover your nose and mouth with disposable tissue or handkerchief while coughing or sneezing • Frequently wash your hands with soap and water • Avoid crowded places • Person suffering from Seasonal Influenza must be confined at home • Stay more than one arm's length distance from persons sick with flu • Take adequate sleep and rest • Drink plenty of water/liquids and eat nutritious food • Person suspected with Influenza like illness must consult doctor	• Touching eyes, nose or mouth with unwashed hands • Hugging, kissing and shaking hands while greeting • Spitting in public places • Taking medicines without consulting doctor • Disposal of used napkin or tissue paper in open areas • Touching surfaces usually used by public (Railing, door gates, etc) • Smoking in public places • Unnecessary testing for H1N1

<u>Steps for Hand washing</u>

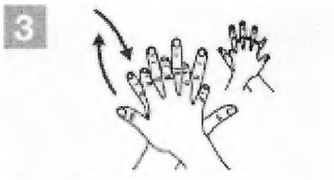


Wet hands with water;



Apply enough soap to cover all hand surfaces;

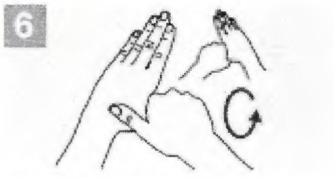
Rub hands palm to palm;



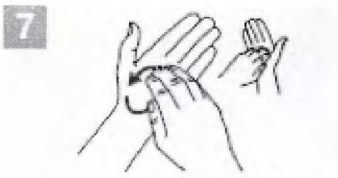
Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa;

Palm to palm with fingers interlaced;

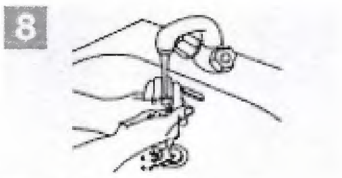
Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked;



Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa;



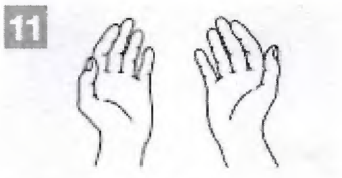
Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa;



Rinse hands with water;

Dry hands thoroughly with a single use towel;

Use towel to turn off faucet;



Your hands are now safe.

DIRECTORATE GENERAL OF HEALTH SERVICES
PUBLIC HEALTH WING, GNCT OF DELHI,
email:idspdelhi2@gmail.com, Ph: 011-22482016

मौसमी इन्फ्लुएंजा ए एच 1 एन 1

मौसमी इन्फ्लुएंजा ए एच 1 एन 1 एक प्रकार का स्वंय-सीमित वायरल रोग है ।। यह श्वसन तंत्र से जुड़ी बीमारी है, जो ए टाइप के इनफ्लुएंजा वायरस से होती है ।। यह वायरस हवा के द्वारा या किसी के छूने से दूसरे व्यक्ति के शरीर में मुंह या नाक के जरिए प्रवेश कर जाते हैं । जैसे कि दरवाजे, फोन, कीबोर्ड या रिमोट कंट्रोल के जरिए भी यह वायरस फैल सकते हैं, अगर इन चीजों का इस्तेमाल पहले किसी संक्रमित व्यक्ति द्वारा किया गया हो।

लक्षण :

बुख़ार एंव खाँसी, गला ख़राब, नाक बहना या बंद होना, सांस लेने में तकलीफ़ एवं अन्य लक्षण जैसे बदन दर्द, सिर दर्द, थकान, ठिठुरन, दस्त, उल्टी, बलगम में खून आना इत्यादि भी हो सकते हैं ।

केटेगरी-A

- बुखार, खांसी, सर्दी, शरीर में दर्द होना व थकान महसूस होना
- इस केटेगरी के मरीजों का इलाज लक्षणों पर आधारित होता है i ऐसे लक्षणों में टेमीफ्लू दवा लेने की या जांच की जरूरत नही होती । मरीज को घर पर ही आराम करना चाहिए ।

केटेगरी-B

(I i) इन मरीजों में केटेगरी-A के लक्षणों के अतिरिक्त तेज बुखार और गले में तेज दर्द होता है

(II i) इन मरीजों में केटेगरी-A के लक्षणों के साथ,निम्नलिखित हाई रिस्क कंडीशन होती है

- गर्भवती महिलायें
- 65 साल या उससे अधिक उम्र के व्यक्ति
- फेफड़े कि बीमारी,दिल कि बीमारी, गुर्दे कि बीमारी, मधुमेह रोग, कैंसर इत्यादि से ग्रसित व्यक्ति
- छोटे बच्चे

केटेगरी-B (I) और (IIi) के रोगी को **मौसमी इन्फ्लुएंजा ए एच 1 एन 1 की** दवा टैमिफ्लू दी जाती है । इनको भी जांच की जरूरत नही होती। मरीज को घर पर ही आराम करना चाहिए

केटेगरी-C

इन रोगियों में ऊपर लिखे केटेगरी-A और केटेगरी-B के लक्षणों के अतिरिक्त निम्नलिखित गंभीर लक्षण भी पाए जाते हैं :

- साँस लेने में दिक्कत
- छाती में तेज दर्द
- गफलत में जाना
- ब्लड प्रेशर कम होना
- बलगम में खून आना
- नाखून नीले पड़ जाना

इन रोगियों को अस्पताल में भर्ती करना चाहिये व रोगी को अलग से रखा जाना चाहिए (आइसोलेशन),रोगी को टैमिफ्लू दी जाती है और जांच भी आवश्यक है

क्या करें - क्या न करें

क्या करें	क्या न करें
• खाँसने और छींकने के दौरान अपनी नाक व मुंह को कपड़े अथवा रुमाल से अवश्य ढकें • अपने हाथों को साबुन व पानी से नियमित धोयें • भीड़-भाड़ वाले क्षेत्रों में जाने से बचें • फ्लू से संक्रमित हों तो घर पर ही आराम करें • फ्लू से संक्रमित व्यक्ति से एक हाथ तक की दूरी बनाए रखें • पर्याप्त नींद और आराम लें • पर्याप्त मात्रा में पानी / तरल पदार्थ पियें और पोषक आहार खाएं • फ्लू से संक्रमण का संदेह हो तो चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।	• गंदे हाथों से आँख, नाक अथवा मुँह को छूना • किसी को मिलने के दौरान गले लगना, चूमना या हाथ मिलाना • सार्वजनिक स्थानों पर थूकना • बिना चिकित्सक के परामर्श के दवाएं लेना • इस्तेमाल किए हुए नेपकिन, टिशू पेपर इत्यादि खुले में फेंकना • फ्लू वायरस से दूषित सतहों का स्पर्श (रेलिंग,दरवाज़े इत्यादि) • सार्वजनिक स्थलों पर धूम्रपान करना • अनावश्यक एच 1 एन 1 की जांचें करवाना