

# ମିରା ଏବଂ ରାଧା ହାତ ଧୋଇବା ବିଷୟରେ ଶିଖୁଲେ

   IndSciCovid

by Indian Scientists Response to Covid

<https://indscicov.in/>

Illustrations by: Shyam Narayan and team



“ମା! ମା! ମୁଁ ବିରକ୍ତ ହେଇଗଲିଣି! ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ କଣ କରିବା? ” ମିରା ପଚାରିଲା। ସେ ଏବଂ ତା ସାନ ଭଉଣୀ ରାଧାର ସ୍କୁଲ ଶା ସପ୍ତାହରୁ ବନ୍ଦ ଅଛି। ସେମାନଙ୍କ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କୁ ଭେଟିବା, ପାର୍କରେ ଖେଳିବା, ବଜାରକୁ ଯିବା କିମ୍ବା ଥିଏଟରକୁ ଯିବା ପାଇଁ ସୁବିଧା ନଥିବାରୁ, ସେମାନେ ପ୍ରତିଦିନ ନୂଆ ମଜାଦାର ଖେଳ ଖୋଜୁଛନ୍ତି।

“ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଲତୁ ତିଆରି କରୁଛି, ତମେମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିବ!” ମାଳା ପଚାରିଲେ। ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ସାଙ୍ଗମାନେ ଘରେ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ସମ୍ଭାଳିବା ବିଷୟରେ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ମାଳା ମନେ ମନେ କାମଠୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଏବଂ ତାଙ୍କ ଔଷଧମାନଙ୍କ ସହିତ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରି ଖୁସି ହୋଇଥିଲେ।

“ମା, ମୁଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବି!” ରାଧା ଉତ୍ସାହର ସହିତ କହିଲା। “କିନ୍ତୁ, ରୋଷେଇ ଘରେ ମାଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ତୁମେ ପ୍ରଥମେ ହାତ ଧୋଇବା ଉଚିତ୍” ମିରା ମନେ ପକାଇଦେଲା।

“କିନ୍ତୁ ମୋର ହାତ ବହୁତ ପରିଷ୍କାର! ମୁଁ କାଦୁଅରେ ଖେଳୁ ନଥିଲି!” ରାଧା କହିଲା । ମାଳା ଦୂରରୁ ଔଷଧମାନଙ୍କ ଦୁଇ ହାତରେ ରଙ୍ଗ ଏବଂ ଚମକଦାର ଅଠା ଦେଖିପାରିଲେ। “ତୁମେ ରଙ୍ଗୀନ ଏବଂ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଲତୁ ଖାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛ କି? ନା? ତାହାଲେ ଯାଇ ସୁନା ପିଲାଙ୍କ ପରି ଭଲ ଭାବେ ହାତ ଧୋଇ ଦିଅ!” ମାଳା ଜୋର ଦେଇ କହିଲେ।



ଦୁହେଁ ଗାଧୁଆଘରକୁ ଦଉଡ଼ି ଯାଇ ଶୀଘ୍ର ଫେରି ଆସିଲେ। ଏତେ ଶୀଘ୍ର?- ମାଳା ଭାବିଲେ, ଦୁଇ ଜଣଙ୍କ ହାତ ଧୋଇବା ପାଇଁ ୨୦ ସେକେଣ୍ଡ୍ ହୋଇଗଲା? “ମା! ମିରା ସାବୁନ ବ୍ୟବହାର କରିନାହିଁ!” ରାଧା ଅଭିଯୋଗ କଲା। “କିନ୍ତୁ ମୁଁ ମୋର ହାତ ଧୋଇଲି, ମା ମୋ ହାତରେ କୌଣସି ରଙ୍ଗ କିମ୍ବା ଚମକଦାର ଅଠା ଦେଖ ନାହିଁ!”

ସେମାନଙ୍କୁ ସାବୁନ ଏବଂ ହାତ ଧୋଇବାର ମହତ୍ତ୍ୱ ବୁଝାଇବାକୁ ମାଳା ଏହି ସୁଯୋଗକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କଲେ। “ମୁଁ ଦେଖିପାରୁଛି ଯେ ଚମକଦାର ହାତରେ କୌଣସି ରଙ୍ଗ ବା ଅଠା ନାହିଁ କିନ୍ତୁ କରୋନାଭାଇରସ୍ ବହୁତ ଛୋଟ: ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଖିପାରୁ ନାହିଁ! ଯେତେବେଳେ ତମେ ଏକ ପୃଷ୍ଠକୁ ସ୍ପର୍ଶ କର ଯେଉଁଠିରେ ଭୂତାଣୁ ଥାଏ, ତାହା ତମ ହାତକୁ ଆସିଥାଏ। ତାପରେ, ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ପାଟି କିମ୍ବା ନାକକୁ ସ୍ପର୍ଶ କର, ସେମାନେ ତୁମ ଶରୀରକୁ ଯାଇ ତୁମକୁ ଅସୁସ୍ଥ କରିପାରନ୍ତି। ସାବୁନ ଏହି ଭୂତାଣୁମାନଙ୍କର ବାହ୍ୟ ସ୍ତରକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ। ତେଣୁ, ଯେପରି ତମ ବାପା ତମକୁ ଶିଖାଇଛନ୍ତି, ତମେ ସାବୁନ ଲଗାଇବା ଉଚିତ୍ ଏବଂ ଅତିକମରେ ୨୦ ସେକେଣ୍ଡ୍ ପାଇଁ ହାତକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଘଷିବା ଉଚିତ୍।” ମାଳା ବୁଝାଇଲେ।

ରାଧା ରୋଷେଇ ଘରେ ଥିବା ତାଙ୍କ ଛୋଟ ଷ୍ଟୁଲ ଉପରେ ଠିଆ ହୋଇଗଲା ଏବଂ ମାଳାଙ୍କୁ ଲତୁ ଡିଆରି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଲାଗି ଗଲା। ମିରା ଯାଇ ଏଥର ସାବୁନରେ ହାତ ଧୋଇଲା, ଏବଂ ତା’ପରେ ବାପାଙ୍କ ସହିତ ହାତ ଧୁଆ, ସାବୁନ୍ ଏବଂ ଭୂତାଣୁ(ଭାଇରସ୍) ବିଷୟରେ ଏକ ଗମ୍ଭୀର ଚର୍ଚ୍ଚା କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କଲା।



ସେହି ଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ, ମିରା ଖାଇବା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଥିବାବେଳେ ରାଧା ସହିତ ତାର ନୂତନ ଜ୍ଞାନ ବାଣ୍ଟିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଲା । “ରାଧା, ମନଦେଇ ସୁଣେ । ଅତିକମରେ ୨୦ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ହାତ ଘଷିବାବେଳେ ଅନେକ ଫେଣ ତିଆରି କରିବାକୁ ମନେରଖେ, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥରେ ‘ଶୁଭ ଜନ୍ମଦିନ’ କିମ୍ବା ‘ତୁଆଁ ତୁଇଁ’ ଗୀତ ଗାଇଦରୁ । ଏହା ଦ୍ଵାରା ମଇଳା ଧୋଇ ହେଇଯିବ ଏବଂ ତୁତାଶୁ ନଷ୍ଟ ହେଇଯିବେ । ଏକ ଗାମୁଛା ବ୍ୟବହାର କରି ହାତ ପୋଛିଦେରୁ । ”

ରାତ୍ରୀ ଭୋଜନ ସମୟ ବେଳକୁ ଦୁଇ ଭଉଣୀଙ୍କର ଆହୁରି ଅଧିକ ପ୍ରଶ୍ନ ବାକି ରହିଥିଲା ।

“କିନ୍ତୁ ବାପା, ମନେ ଅଛି ଗତ ଖରାଞ୍ଜୁଟିରେ ଯେତେବେଳେ ଆମ ନଳରେ ସପ୍ତାହ ସପ୍ତାହ ଧରି ପାଣି ଆସୁନଥିଲା, ଆଉ ଆମକୁ ବଡ଼ କୁଣ୍ଡ ରେ ପାଣି ଗଢ଼ିତ କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା? ଯଦି ଏହା ପୁନର୍ବାର ଘଟେ ତେବେ ଆମେ କଣ କରିବା? ” ରାଧା ପଚାରିଲା ।



ବାପା ଉତ୍ତର ଦେଲେ “ଯଦି ତମେ ଜଳ ସଞ୍ଚୟ କରିବାକୁ ଚାହୁଁ, ତମେ ଦୁଇଟି ପାତ୍ରରେ ପାଣି ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବ। ପ୍ରଥମେ ଦୁଇ ହାତକୁ ଗୋଟେ ପାତ୍ରର ପାଣିରେ ଓଦା କରିବ, ତା’ପରେ ୨୦ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ହାତ ଘଷିବା ସମୟରେ ସାବୁନ ବ୍ୟବହାର କରିବ, ଦ୍ୱିତୀୟ ପାତ୍ରର ପାଣିରେ ହାତ ଧୋଇବ, ଏବଂ ତା’ପରେ ପୂର୍ବପରି ଏକ ଗାମୁଛାରେ ହାତ ପୋଛି ଦେବ। ”

“ମା, ତୁମେ ଜାଣିଛ, ସ୍କୁଲରେ, ମୁଁ ଟିପିଟାପ୍ ବିଷୟରେ ଜାଣିଲି, ଯାହା ଏକ ପାଣି ଟାପ ପରି ଅଟେ, ଯାହାକୁ ନଳ(ଟାପ୍) ପରି ବ୍ୟବହାର କରିହବ! ଅଜୟ କହୁଥିଲା ଯେ ଯେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ପାଣି ନଥିଲା, ଏକ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଗୋଷ୍ଠୀରୁ(ଏନଜିଓ) ଜଣେ ମାଉସୀ ତାଙ୍କ ମହଲ୍ଲାରେ ଏହାକୁ ସାଧାରଣ ନଳ ନିକଟରେ ସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ଆସିଥିଲେ। ସେ କହିଥିଲେ ଯେ ମହଲ୍ଲାରେ ଥିବା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷିତ ଭାବେ ହାତ ଧୋଇବା ଲାଗି ଏହା ଏକ ଶସ୍ତା ଏବଂ ସୁବିଧାଜନକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଟେ! ଏହା ଆମ ବିଲଡିଂରେ ମଧ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇପାରିବ, ନୁହେଁ କି? ” ମିରା ପରାମର୍ଶ ଦେଲା।

ପରିବାରର ସମସ୍ତେ କେବେ ହାତ ଧୋଇବେ ସେ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କଲେ। ମିରା ସେମାନଙ୍କର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଚିତ୍ର ବିଷୟବସ୍ତୁ ପାଇଁ ଏକ ଧାରଣା ପାଇଯାଇଥିଲା - "ଚାଲ ରାଧା, ଘରର ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ କେବେ ହାତ ଧୋଇବା କଥା, ସେହି ବିଷୟରେ ଏକ ଚାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା!"



ମିରା ଏବଂ ରାଧା ଏକତ୍ର ହୋଇ ଏହି ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କଲେ:  
ଆପଣଙ୍କୁ କେବେ ହାତ ଧୋଇବାକୁ ପଡିବ?

- ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ପରେ
- ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ
- ଗାଧୁଆଘର ବ୍ୟବହାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ପରେ
- ଛିଙ୍କିବା, ନାକ ସଫା କରିବା, କାଶିବା ପରେ
- ଏକ ପଶୁକୁ ଛୁଇଁବା ପରେ, ଏହାର ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁ
- ଅଳିଆ ଛୁଇଁବା ପରେ
- ଯେତେବେଳେ ପୃଷ୍ଠଗୁଡ଼ିକ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା ପରେ ଯାହା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ସ୍ପର୍ଶ ହୋଇଥାଇପାରେ (ଯଥା, ହ୍ୟାଣ୍ଡ୍ରିଲ୍, ଡୋରକୋନ୍ସ୍, କବାଟବେଲ୍, ବିତରଣ ପ୍ୟାକେଜ୍, ନଗଦ)
- ଆପଣଙ୍କର ହାତ ଅପରିଷ୍କାର ଥିଲେ
- ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ବାହାରୁ ଘରକୁ ଫେରିବେ

ଏହା ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଏକ ଉପଯୋଗୀ ଯାଞ୍ଚ ତାଲିକା ହେବ! "ତାଲିକା ଦେଖି ମାଲା କହିଲା। ତାଲି ଏହାର ଏକ ଫଟୋ ଉଠାଇବା ଏବଂ ଆମର ସମସ୍ତ ବନ୍ଧୁ ଏବଂ ପରିବାର ସହିତ ଅଂଶୀଦାର କରିବା!"

ଏହି କାହାଣୀଗୁଡ଼ିକ ସାଧାରଣ ଦୃଶ୍ୟକୁ ଚିତ୍ରଣ କରିବା ଏବଂ ଆମେ ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବା ସୂଚନାକୁ ପ୍ରସଙ୍ଗଭିତ୍ତିକ କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଟେ। ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ବିଷୟବସ୍ତୁକୁ ସରଳ କରିଥାଏ | ବୈଜ୍ଞାନିକ ସଠିକତା ପାଇବା ପାଇଁ ଖେବସାଇଟରେ ଥିବା ଦସ୍ତାବିଜ ଗୁଡ଼ିକୁ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ପଢନ୍ତୁ |

