હરિભક્તો માટે મહત્ત્વનું માર્ગદર્શન

વિશ્વમાં સ્વાઇન-ફ્લૂ તરીકે ઓળખાતા ઇન્ફલૂએન્ઝા-એ (એચ ૧ એન ૧) રોગનો વાઇરસ ફાટી નીકળતાં લોકોના આરોગ્ય સામે એક ખૂબ મોટું જોખમ ઊભું થયું છે.

વિશ્વના લગભગ બધા જ દેશોએ આ રોગ સામે કટોકટી જાહેર કરીને તે રોગ સામે ઊભાં થનારાં જોખમોનો મક્કમ પ્રતિકાર કરવાનો નિર્ણય લીધો છે. ચેપને અટકાવવા અને પોતાની સલામતી માટે તમામ હરિભક્તોને પણ આરોગ્યની સુરક્ષા માટે જાહેર સ્વચ્છતા જાળવવા તેમજ સાવચેતીનાં પગલાં ભરવા ખાસ વિનંતી છે.

(૧) ઉધરસ કે છીંક ખાઓ ત્યારે હાથ કે રૂમાલ આડો રાખો અને ત્યારબાદ તેમજ લોકોના જાહેર સંપર્કમાં આવ્યા પછી સાબુ અને પાણીથી વારંવાર હાથ સાફ કરો.

(૨) તમારાં નાક, મોં અને આંખોને અડવાનું ટાળો.

(૩) ઉધરસ કે છીંક ખાતી વખતે તમારાં નાક અને મોં ને આવરી લો અથવા બે કોણી વચ્ચે છીંક-ઉધરસ ખાઓ. જો કે વધુ યોગ્ય એ છે કે આવી સ્થિતિમાં ટિશ્યૂ પેપરનો ઉપયોગ કરો અને તરત જ તેનો કાળજીપૂર્વક નિકાલ કરો.

(૪) માણસનો નજીકથી સંપર્ક કરવાનું ટાળો.

(૫) જો તમે માંદા હો તો બને ત્યાં સુધી ઘરે રહો. ઓફિસે કે શાળા-કૉલેજે જશો નહીં અને તમારા સહકર્મચારી કે મિત્રના આરોગ્યની રક્ષા કરો.

(૬) માંદા હો ત્યારે મુસાફરી ન કરશો.

(૭) ફ્લૂના કારણે તમે માંદા પડ્યા હો તો તત્કાળ તમારા ડૉક્ટરની સારવાર શરૂ કરો.

(૮) જો તમે ફ્લૂથી ચેપગ્રસ્ત હો તો સત્સંગ સભા અને મંદિરમાં વિવિધ કાર્યક્રમોમાં હાજર રહેશો નહીં.

પ્રમુખસ્વામી મહારાજનાં વ્યક્તિગત દર્શન અંગે...

પ્રમુખસ્વામી મહારાજની ઉંમર અને નાજુક તબિયતને કારણે તેમને કોઈપણ પ્રકારના વાઇરસનો ચેપ લાગવાની શક્યતા ખૂબ છે. આથી તબીબોએ સ્વામીશ્રીને આગ્રહભરી સલાહ આપી છે કે સ્વાઇન ફ્લૂના વાઇરસ કે ફ્લૂના સંભવિત દર્દીથી તેમણે દૂર રહેવું અનિવાર્ય છે. તેથી સ્વામીશ્રીના આરોગ્યની સુરક્ષાને ધ્યાનમાં લઈને સાવચેતીનાં પગલાં રૂપે સ્વામીશ્રીની મુલાકાત અને વ્યક્તિગત દર્શન મર્યાદિત કરી દેવામાં આવ્યાં છે તેની હરિભક્તોએ ખાસ નોંધ લેવી. ઉધરસ-શરદી થયાં હોય, છીંક આવતી હોય, ગળાનો સોજો હોય કે તાવથી પીડિત હોય તેવી વ્યક્તિ સ્વામીશ્રીને કોઈ પણ ભોગે મળી શકશે નહીં. સ્વામીશ્રી સાથે જેમની મુલાકાત પૂર્વનિર્ધારિત છે (જેમને મુલાકાતી પાસ આપવામાં આવ્યા છે તે સહિત) તે સૌને ડૉક્ટરો સ્થળ ઉપર તપાસશે. શક્ય છે કે તબીબો દ્વારા મુલાકાતી હરિભક્તોની દાક્તરી તપાસ બાદ તેમની મુલાકાત રદ પણ કરવામાં આવે.

હરિભક્તોને ખાસ નમ્ર વિનંતી છે કે આ બાબતને લક્ષમાં રાખીને જ સ્વામીશ્રી સાથેની દર્શન-મુલાકાતનું આયોજન કરે. આ ચોકસાઈ સ્વામીશ્રીના સ્વાસ્થ્ય માટે અનિવાર્ય છે.

સ્વામીશ્રીના નિરામય દીર્ઘ આયુષ્ય માટે આપણે ભગવાન સ્વામિનારાયણને અંતઃકરણથી પ્રાર્થના કરીએ અને ગુરુભક્તિરૂપે તેમના આરોગ્યની સુરક્ષા માટેનાં સાવચેતીનાં પગલાંને યથાર્થ અનુસરીએ.

સ્વાઈન ફ્લૂ અંગેની વર્તમાન સ્થિતિ જાણવા માટે વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાની વેબસાઈટ http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html પર જઈને તથા કેન્દ્ર સરકારના આરોગ્ય વિભાગનો સંપર્ક કરી શકો છો.