

Government of West Bengal  
Directorate of Health Services

**P.H. & C.D.**

Swasthya Bhawan (Wing -B, 1<sup>st</sup> Floor)  
Block - GN, No. - 29, Sector - V, Salt Lake, Kolkata - 700 091  
(033) 2333 0293/ 0294/ 0599/ 0180 Fax: (033) 2357 7391

HPH/10C-01-07/ ~~12~~ /

Dated: / / 2014

To  
**The Chief Medical Officer of Health,**  
Bankura, Birbhum, Burdwan Hooghly, Howrah, Malda, Murshidabad, Nadia, North 24 Parganas,  
Paschim Medinipur, Purba Medinipur, Purulia, South 24 Parganas, Bishnupur Health District,  
Rampurhat Health District, Asansol Health District, Bashirhat Health District, Nandigram Health  
District, Diamond Harbour Health District.

**Sub: Prevention and Combating 'Heat Stress'.**

Sudden increase in temperature is being experienced in some districts of our state and as per prediction of Meteorological Department the Heat stress is going to continue. It is ~~expected~~ <sup>Apprehended</sup> that major parts of our State may experience 'Heat Stress' during the coming summer.

In order to combat the effect of 'Heat Stress', some preventive measures have been suggested and prescribed in the form of guidelines attached herewith which are to be followed strictly. Steps are to be undertaken for creating awareness of people at large regarding the preventive measures.

Encl: As stated above.

*Sdf*  
**Joint Director of Health Services**  
(PH & CD), West Bengal

Dated: *01/04/14* 2014

HPH/10C-01-07/ ~~12~~ / *960(20)/1(21)*

Copy forwarded for information & further necessary action to:

1. The PS to Hon'ble MOS, Govt. of W.B., Dept. of H & FW, Swasthya Bhawan, Kol-91
2. The Principal Secretary, Govt. of W.B., Dept. of H & FW, Swasthya Bhawan, Kol-91
- 3-4. The Director of Health Services/ Director of Medical Education, Govt. of W.B., Swasthya Bhawan, Salt Lake, Kolkata - 700 091.
- 5-17. The District Magistrate, \_\_\_\_\_
18. The Chief Health Officer, KMHUO, 73A, Purnadas Road, Kolkata-29
19. The Chief Municipal Health Officer, 5, S. N. Banerjee Rd., K.M.C., Kolkata-13
20. The Dy. Director of Health Services (E & S), C.M.S., Kolkata-14
- ✓ 21. System Coordinator, IT Cell, Swasthya Bhawan for posting in Deptt. Website.

*[Signature]*  
**Joint Director of Health Services**  
(PH & CD), West Bengal

## নির্দেশিকা

বিষয় : তাপমাত্রা বৃদ্ধিজনিত অসুবিধার প্রতিরোধ এবং প্রতিকার

গ্রীষ্মকালে তাপমাত্রা বৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে মানুষের কর্মক্ষমতাও হ্রাস পায়। বিশেষতঃ, যাদের মাঠে-ময়দানে অনেকক্ষণ পরিশ্রম করতে হয়, উচ্চ তাপমাত্রার পরিবেশে কাজ করতে হয় বা উপযুক্ত ব্যবস্থাসহ/ব্যতীত বিকিরণকারী শিল্পকেন্দ্রে কাজ করতে হয়, তাদের কর্মক্ষমতা উল্লেখযোগ্যভাবে কমে যায়।

পরিবেশের তাপমাত্রা বৃদ্ধির জন্য শরীরের উপর নানারকম ক্ষতিকর প্রভাব পড়ে। যেমন - হিট স্ট্রোক, হিট হাইপারপাইরেক্সিয়া এবং হিট ক্র্যাম্প ইত্যাদি।

উপরে উল্লিখিত অসুবিধাগুলি প্রতিরোধের জন্য নিম্নলিখিত ব্যবস্থা নেওয়া যেতে পারে।

### ক) জনসচেতনতা বৃদ্ধি :

- ১। সরাসরি তাপের প্রভাব এড়ানোর জন্য ছাতা ব্যবহার করা উচিত।
- ২। প্রচণ্ড তাপমাত্রা এড়ানোর জন্য সকাল বেলা কাজ শুরু করে দুপুরের আগেই কাজ শেষ করা উচিত।
- ৩। ছাতার অভাবে মাথা ও কাঁধ ভিজে গামছা/তোয়ালে/কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখা যায়।
- ৪। মাথা ও দেহ না ঢেকে ঘন্টার পর ঘন্টা খাড়া দাঁড়িয়ে থাকা উচিত নয়।
- ৫। শীতল জল সঙ্গে রাখতে হবে এবং মধ্যে মধ্যে জল পান করতে হবে।
- ৬। সময়ে সময়ে শরীরের ঘাম মুছে ফেলা দরকার।
- ৭। প্রচণ্ড রোদে ঘোরাফেরার সময় মাঝে মাঝে ছায়াতে বা বাড়ির মধ্যে বিশ্রাম নেওয়া উচিত।
- ৮। প্রচণ্ড গরমের সময় হালকা, ঢিলে এবং হালকা রঙের জামাকাপড় পরা উচিত।
- ৯। নির্ভরযোগ্য স্বেচ্ছাসেবী সংগঠনগুলির সাথে আলোচনা সাপেক্ষে বিভিন্ন জনবহুল এলাকায় শীতল পানীয় জল সরবরাহ করা উচিত।
- ১০। কাজের প্রকৃতি অনুসারে রোদ-চশমা, হেলমেট, দস্তানা ব্যবহার করা যেতে পারে।
- ১১। জেলা-প্রশাসন, জনস্বাস্থ্যকারিগরি বিভাগ, পুরসভা, পঞ্চায়েত এবং স্বেচ্ছাসেবী সংগঠনগুলিকে সঙ্গে নিয়ে জেলাশাসক/মহকুমাশাসক/সমষ্টি উন্নয়ন আধিকারিকের নেতৃত্বে বিভিন্ন অঞ্চল চিহ্নিত করে উপরোক্ত বিষয়গুলি জানানোর জন্য সভার আয়োজন করে যেতে পারে।

### খ) রুক প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্র / প্রাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্র স্তর এবং হাসপাতালগুলিতে নিম্নলিখিত ব্যবস্থা গ্রহণ করা যেতে পারে :

১. বিভিন্ন সরকারী হাসপাতাল ও স্বাস্থ্যকেন্দ্রগুলিতে ও.আর.এস., নরমাল স্যালাইন, রিংগার্স সলিউশন, অ্যান্টিপাইরেটিক ও অ্যান্টিহিস্টামিনিক ওষুধ, বরফের ব্যাগ, ইনফিউশন সেট এবং প্রয়োজনীয় কিছু অ্যান্টিবায়োটিকের ভান্ডার মজুত করা প্রয়োজন। ফ্রিজ (ডোমেস্টিক ডিপ) থেকে বরফের ব্যবস্থা করতে হবে।
২. হিট স্ট্রোক, হিট হাইপারপাইরেক্সিয়া এবং হিট ক্র্যাম্প ইত্যাদিতে আক্রান্ত রোগীর খবর পাওয়া বা হাসপাতালে আসা মাত্র তাকে অবশ্যই ভর্তি নিতে হবে এবং উপযুক্ত চিকিৎসা করতে হবে। রোগী সুস্থ ও স্বাভাবিক হলে তবেই তাকে ছাড়া যাবে।
৩. এই ধরনের ঘটনায় কারও মৃত্যু সংবাদ পেলে অবিলম্বে তার বিশদ বর্ণনা (কারণসহ) জেলা স্বাস্থ্যকর্তৃপক্ষের কাছে পেশ করতে হবে, যা তিনি রাজ্য স্বাস্থ্যদপ্তরে ঐ দিনই জমা করবেন।
৪. হিট স্ট্রোক সংক্রান্ত সাপ্তাহিক প্রতিবেদন (আক্রান্ত / মৃত্যু) অবশ্যই জুলাই মাসের শেষ সপ্তাহ পর্যন্ত পাঠিয়ে যেতে হবে।