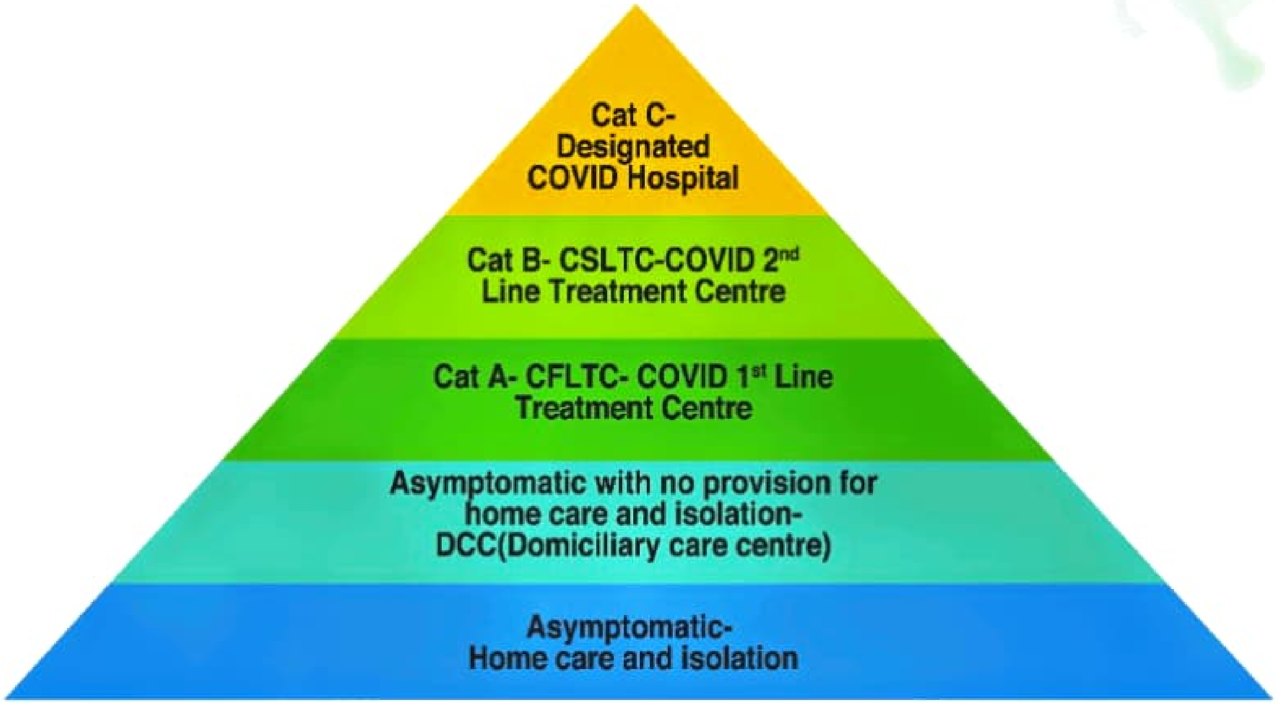
Department of Health Services
Government of Kerala

SUMMARY OF COVID-19 QUARANTINE AND ISOLATION GUIDELINES IN KERALA STATE (21.04.2021)

SL. NO	CATEGORY	QUARANTINE / ISOLATION
1.	Laboratory confirmed COVID-19 case	Hospitalization as per the Doctors instructions based on the treatment protocol. Avoid non-essential travel and social contact for seven days after discharge based on discharge criteria
2.	High risk primary contact	-14 days room quarantine at home or institution. -If any symptoms develop contact DISHA 1056 / Local health authority -RTPCR test on 8th day if asymptomatic; if test negative further 7 days of quarantine is desirable
3.	Low risk primary contact	-14 days- Avoid all non-essential travel and practise strict adherence to wearing mask use, Practice personal hygiene, cough sneeze and hand hygiene. -Avoid community/ social contact like attending marriages functions work family visits etc. -If any symptoms develop contact DISHA 1056 / Local health authority
4.	A. Asymptomatic secondary contacts B. Local contacts of people coming from country/ area with community/ local transmission	Follow COVID appropriate behaviour. -If any symptoms develop contact DISHA 1056 / Local health authority
5.	International travellers coming to Kerala	As per Government of India guidelines. RTPCR test on arrival. Isolation at home. As per the result, avail treatment, if negative observe symptoms for 7 days.
6.	Interstate travellers coming to Kerala including those on short business trips	-Register in e Jagratha portal -RTPCR negative report done in the last 48 hrs - if No test report on arrival perform RTPCR and remain in room quarantine till report - if RTPCR is negative follow universal masking, social distancing and hand hygiene. No need for quarantine. - If not willing for RTPCR test -undergo 14 days room quarantine -If any symptoms develop contact DISHA 1056 / Local health authority. RTPCR Follow COVID appropriate behaviour always

Department of Health Services
Government of Kerala

THE FIVE TIER COVID 19 CARE PYRAMID - KERALA



Cat A	Mild sore throat / cough / rhinitis / diarrhea
Cat B	Fever and / or severe sore throat / cough / diarrhea OR Category-A with any one of •Lung/ heart / liver / kidney / neurological disease / Hypertension / haematological disorders / uncontrolled diabetes / cancer / HIV-AIDS/ Cardiovascular disease •On long term steroids / immunosuppressive drugs. Pregnant Lady. •Age more than 60 years.
Cat C	•Breathlessness, chest pain, drowsiness, fall in blood pressure, haemoptysis, cyanosis (red flag signs) •Children with ILI(influenza like illness) with red flag signs (Sommolence, high / persistent fever, inability to feed well, convulsions, dyspnoea / respiratory distress, etc.) Worseing of underflying chronic conditions.

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്
കേരള സർക്കാർ

കോവിഡ് 19 ക്വാറന്റൈൻ/ ഐസൊലേഷൻ മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ 21.04.2021

ക്രമ നം.	കാറ്റഗറി	ക്വാറന്റൈൻ/ ഐസൊലേഷൻ
1	ലബോറട്ടറി പരിശോധനയിലൂടെ കോവിഡ് സ്ഥിരീകരിച്ച ആൾ	ചികിത്സാ മാനദണ്ഡം അനുസരിച്ച് ഡോക്ടറുടെ തീരുമാനപ്രകാരം ചികിത്സ നൽകും. മാനദണ്ഡങ്ങൾ അനുസരിച്ച് ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്തതിന് ശേഷം 7 ദിവസം വരെ അനാവശ്യ യാത്രകളും സാമൂഹിക ഇടപെടലുകളും ഒഴിവാക്കുക
2	പ്രാഥമിക സമ്പർക്കം വഴി രോഗസാധ്യത കൂടുതലുള്ളവർ(High Risk Primary Contact)	• വീട്ടിലോ സ്ഥാപനത്തിലോ 14 ദിവസം റൂം ക്വാറന്റൈൻ • ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും കണ്ടാൽ ദിശ 1056 ലോ തൊട്ടടുത്തുള്ള ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെയോ ബന്ധപ്പെടുക • ലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നുമില്ലെങ്കിൽ എട്ടാം ദിവസം ആർ.റ്റി.പി. സി. ആർ പരിശോധന നടത്തുക. ഫലം നെഗറ്റീവ് ആണെങ്കിലും തുടർന്ന് 7 ദിവസം കൂടി ക്വാറന്റൈൻ തുടരുന്നതാണ് അഭികാമ്യം
3	രോഗം വരാൻ സാധ്യത കുറവുള്ള, പ്രാഥമിക സമ്പർക്കത്തിലുള്ള ആൾ(Low Risk Primary Contact)	• 14 ദിവസം അനാവശ്യ യാത്രകൾ ഒഴിവാക്കുകയും മാസ്ക് ധരിക്കുക, കൈകളുടെ ശുചിത്വം, ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുമ്മുമ്പോഴും ശുചിത്വ മര്യാദകൾ പാലിക്കുക തുടങ്ങിയവ കർശനമായി പാലിക്കുകയും ചെയ്യുക • കല്യാണം , മറ്റ് ചടങ്ങുകൾ, ജോലി, സന്ദർശനങ്ങൾ തുടങ്ങിയ സാമൂഹിക ഇടപെടലുകൾ ഒഴിവാക്കുക • ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും കണ്ടാൽ ദിശ 1056 ലോ തൊട്ടടുത്തുള്ള ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെയോ ബന്ധപ്പെടുക
4	എ. ലക്ഷണങ്ങളില്ലാത്ത രണ്ടാം നിര സമ്പർക്കക്കാർ(Asymptomatic Secondary Contacts) ബി. സാമൂഹ്യ വ്യാപനമോ പ്രാദേശിക വ്യാപനമോ ഉണ്ടായിട്ടുള്ള രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നോ പ്രദേശങ്ങളിൽ നിന്നോ എത്തിയവരുമായി സമ്പർക്കം ഉണ്ടായിട്ടുള്ളവർ	• കോവിഡ് പ്രതിരോധ ശീലങ്ങൾ പിന്തുടരുക • ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും കണ്ടാൽ ദിശ 1056 ലോ തൊട്ടടുത്തുള്ള ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെയോ ബന്ധപ്പെടുക
5	കേരളത്തിലേക്ക് വരുന്ന രാജ്യാന്തര യാത്രക്കാർ	കേരളത്തിൽ എത്തുമ്പോൾ കേന്ദ്രസർക്കാർ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശ പ്രകാരം ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധന, വീട്ടിൽ ഐസൊലേഷൻ, പരിശോധനാ ഫലം അനുസരിച്ച് ചികിത്സ തേടുക., നെഗറ്റീവ് ആണെങ്കിൽ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നുണ്ടോയെന്ന് 7 ദിവസം നിരീക്ഷിക്കുക.
6	ബിസിനസ്സ് ആവശ്യങ്ങൾക്കായി കേരളത്തിൽ എത്തുന്നവർ ഉൾപ്പെടെയുള്ള അന്തർ സംസ്ഥാന യാത്രക്കാർ	• ഇ ജാഗ്രത പോർട്ടലിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാം • കഴിഞ്ഞ 48 മണിക്കൂറിനുള്ളിലുള്ള ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ. നെഗറ്റീവ് പരിശോധനാഫലം • ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധന നടത്തിയിട്ടില്ലാത്തവർ കേരളത്തിൽ എത്തിയാലുടൻ ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധന നടത്തുകയും ഫലം ലഭിക്കുന്നതുവരെ റൂം ക്വാറന്റൈനിൽ തുടരുകയും ചെയ്യുക • ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധനാഫലം നെഗറ്റീവ് ആണെങ്കിൽ മാസ്ക് ധരിക്കുക, കൈകൾ വൃത്തിയാക്കുക, സാമൂഹിക അകലം പാലിക്കുക തുടങ്ങിയ കോവിഡ് മാനദണ്ഡങ്ങൾ പിന്തുടരുക • ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധന നടത്തുന്നില്ല എങ്കിൽ 14 ദിവസം റൂം ക്വാറന്റൈനിൽ ഇരിക്കുക • ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും കണ്ടാൽ ദിശ 1056 ലോ തൊട്ടടുത്തുള്ള ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെയോ ബന്ധപ്പെടുക, ആർ.റ്റി.പി.സി.ആർ പരിശോധന നടത്തുക • എല്ലായ്പ്പോഴും കോവിഡ് പ്രതിരോധ ശീലങ്ങൾ പിന്തുടരുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്
കേരള സർക്കാർ

കോവിഡ് 19 പരിചരണ പിരമിഡ്

കാറ്റഗറി എ	തീവ്രമല്ലാത്ത തൊണ്ടവേദന/ചുമ/മൂക്കൊലിപ്പ്/വയറിളക്കം
കാറ്റഗറി ബി	പനി/തീവ്രമായ തൊണ്ടവേദന/ചുമ/വയറിളക്കം അല്ലെങ്കിൽ കാറ്റഗറി എയിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ലക്ഷണങ്ങളോടൊപ്പം ശ്വാസകോശ/ഹൃദയ/കരൾ/വൃക്ക/നാഡീരോഗങ്ങൾ/ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം/ രക്തസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ/അനിയന്ത്രിതമായ പ്രമേഹം/അർബുദം/ എച്ച് ഐ വി എയ്ഡ്സ് വളരെ കാലമായി സ്റ്റിറോയിഡുകൾ/ഇമ്മ്യൂണോ സപ്രസ്സീവ് മരുന്നുകൾ എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ഗർഭിണിയായ സ്ത്രീ 60 വയസ്സിനു മുകളിൽ പ്രായമായവർ
കാറ്റഗറി സി	ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്, നെഞ്ചുവേദന, മയക്കം, രക്തസമ്മർദ്ദത്തിലുള്ള കുറവ്, കഫത്തിൽ രക്തം കാണുന്ന അവസ്ഥ, തൊലി നീല നിറമാകൽ (അപകട സൂചനകൾ) ഈ ലക്ഷണങ്ങളോടൊപ്പം ഇൻഫ്ളുവൻസ പോലുള്ള അസുഖങ്ങൾ (ഐ എൽ ഐ) ഉള്ള കുട്ടികൾ (മയക്കം, ഉയർന്ന/നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന പനി, ഭക്ഷണം കഴിപ്പിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട്, അപസ്മാര ലക്ഷണങ്ങൾ, ബുദ്ധിമുട്ടിയുള്ള ശ്വാസോച്ഛ്വാസം മുതലായവ) ദീർഘകാലമായി വിട്ടുമാറാത്ത രോഗങ്ങൾ വഷളാകുന്ന അവസ്ഥ