

कोविड-19 के लिए I-MASK+ प्रोफिलैक्सिस और प्रारंभिक आउटपेशेंट उपचार प्रोटोकॉल

संस्करण 18 • 12 अक्टूबर, 2021

पेज 1/3

निवारण प्रोटोकॉल (डेल्टा वैरिएंट के लिए)

एंटी-वायरलस और एंटीसेप्टिक्स

आईवरमेक्टिन ²	लगातार रोकथाम 0.2 मिलीग्राम/किलोग्राम प्रति खुराक (खाने के साथ या उसके बाद लें) — हफ्ते में दो बार जब तक आपके समुदाय में बीमारी का जोखिम बना रहता है। पोस्ट कोविड-19 एक्सपोजर प्रिवेंशन³ 0.4 मिलीग्राम/किग्रा प्रति खुराक (खाने के साथ या उसके बाद लें) — एक खुराक आज, 48 घंटे में दूसरी खुराक
आईवरमेक्टिन के लिए वैकल्पिक	निगेल्ला सैटाइवा (काला जीरा)⁴ — 40 मिलीग्राम/किलोग्राम रोज़ यदि इवरमेक्टिन उपलब्ध नहीं है या इष्टतम रोकथाम के लिए आईवरमेक्टिन में मिलाया जाता है तो इसका उपयोग किया जाना है।
गरारे करने के लिए माउथवॉश	2 बार रोज़ — गरारे करने के लिए (निगलना नहीं है) एंटीसेप्टिक माउथवॉश जिसमें सेटिलपाइरिडिनियम क्लोराइड (उदाहरण के लिए स्कोपTM, एक्टTM, क्रेस्टTM), 1% पोविडोन/आयोडीन सॉल्युशन या लिस्टरिनTM आवश्यक तेलों के साथ।

प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूती / सहायक चिकित्सा

विटामिन D3	1,000-3,000 IU/दिन
विटामिन C	500-1,000 मिलीग्राम दिन में दो बार
क्रिसटिन	250 मिलीग्राम/दिन
जिंक	30-40 मिलीग्राम/दिन
मेलाटोनिन	सोने से पहले 6 मिलीग्राम (सुस्ती आती है)

प्रारंभिक चिकित्सा प्रोटोकॉल⁵ (डेल्टा वैरिएंट के लिए)

1. प्रारंभिक एजेंट्स (कोई भी या सभी दवाओं का उपयोग करें; प्राथमिकता/महत्व के क्रम में सूचीबद्ध)

एंटी-वायरलस	
आईवरमेक्टिन ²	0.4-0.6 मिलीग्राम/किलोग्राम प्रति खुराक (खाने के साथ या बाद) — एक खुराक रोज़, कुल 5 दिन तक या ठीक होने तक बढ़ी हुई खुराक लें यदि: 1) उन क्षेत्रों में जहाँ आक्रामक वैरिएंट्स (जैसे डेल्टा) सक्रिय हैं; 2) लक्षणों के 5 दिन या बाद में या पल्मोनरी फेज़ में उपचार शुरू हुआ; या 3) एक से अधिक बीमारियाँ/ जोखिम कारक।
और/या नाइट्राजोक्सानाइड	500 मिलीग्राम 2 x रोज़ 5 दिन तक खाना खाने के बाद। आईवरमेक्टिन के साथ लें (प्राथमिकता) या उसका कोई पूरक अगर आईवरमेक्टिन उपलब्ध न हो। (नाइट्राजोक्सानाइड अक्सर अनुपलब्ध रहता है या महंगा मिलता है)

एंटी-सेप्टिक एंटी-वायरलस

एंटीवायरल माउथवॉश	रोज़ाना 3 बार गरारे करें (निगलें नहीं; इसमें क्लोरहेक्सिडिन, पोविडोन-आयोडीन या सेटिलपाइरिडिनियम क्लोराइड होना चाहिए)।
आयोडीन नेज़ल स्प्रे/ड्रॉप्स	प्रतिदिन 2-3 बार निर्देशानुसार 1% पोविडोन-आयोडीन कमर्शियल प्रोडक्ट का प्रयोग करें। यदि 1% प्रोडक्ट उपलब्ध नहीं है, तो अधिक व्यापक रूप से उपलब्ध 10% - सॉल्युशन⁶ को पहले और पतला कर लें और हर 4 घंटों में नाक के प्रत्येक छिद्र में 4-5 बूंदें डालें (गर्भावस्था में 5 दिन से अधिक नहीं डालें)

एंटी-कोएगुलेंट्स + प्रतिरक्षा शक्ति बढ़ाने वाले

एस्पिरिन	325 मिलीग्राम/दिन (जब तक प्रतिदिष्ट (contraindicated) की स्थिति न आए)
विटामिन डी	विटामिन डी3: 5,000 IU रोज़। यदि उपलब्ध हो तो अधिमानीत फॉर्म; कैल्सीट्रियोल 0.5 माइक्रोग्राम पहले 1 दिन, फिर 0.25 माइक्रोग्राम रोज़ 7 दिन
मेलाटोनिन	सोने से पहले 10 मिलीग्राम (सुस्ती आती है)



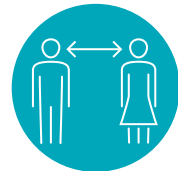
स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से परामर्श करें

सभी प्रोटोकॉल तत्वों के साथ-साथ टीकाकरण की भूमिका पर चर्चा करें।¹



मास्क पहनें

बाहरी व्यक्तियों के साथ होने पर सभी बंद (इनडोर) स्थानों में कपड़े वाले, सर्जिकल, या N95 मास्क (बिना वाल्व) पहनना चाहिए। किसी भी बंद, खराब हवादार क्षेत्र में बाहरी व्यक्तियों के साथ लंबे समय तक संपर्क में रहने पर N95 मास्क (वाल्व के बिना) जरूर पहनना चाहिए।



दूरी बनाए रखें

कोविड-19 संकट के के खत्म होने तक, हम सार्वजनिक रूप से बाहरी व्यक्तियों के साथ लगभग न्यूनतम 2 मीटर/6 फीट दूरी बनाए रखने की सलाह देते हैं।



हाथ धोएं

घर से बाहर रहने के दौरान और बाद में (शॉपिंग, सबवे आदि), अपने हाथ अच्छी तरह से (20-30 सेकंड साबुन से) धोने, या बीच में एक हस्त कीटाणुनाशक (hand disinfectant) का उपयोग भी करने की हम सलाह देते हैं।



कृपया हमारे प्रोटोकॉल के अपडेट पर नियमित रूप से चेक करते रहें!

जैसे-जैसे आगे वैज्ञानिक अध्ययन सामने आते हैं हमारी दवा के सुझावों और खुराकों को अपडेट किया जा सकता है।

कोविड-19 के लिए I-MASK+ प्रोफिलैक्सिस और प्रारंभिक आउटपैशेंट उपचार प्रोटोकॉल

संस्करण 18 • 12 अक्टूबर, 2021

पेज 2/3

सहायक / सहक्रियात्मक चिकित्सा	
क्वसिटिन	दिन में दो बार 250 मिलीग्राम
ज़िंक	100 मिलीग्राम/दिन (मौलिक जस्ता)
विटामिन C	500-1,000 मिलीग्राम दिन में दो बार
पोषण चिकित्सा ⁴	
करक्यूमिन (हल्दी)	500 मिलीग्राम रोज़ 2 बार
निगेल्ला सैटाइवा (काला जीरा)	80 मिलीग्राम/किलोग्राम रोज़
शहद	1 ग्राम/किलोग्राम रोज़
पल्स ऑक्सीमीटर	
ऑक्सीजन संतृप्ति की निगरानी की सिफारिश की जाती है (निर्देशों के लिए कृपया इस फ़ाइल का पेज 2 देखें)	
2. द्वितीय-लाइन के एजेंट (प्राथमिकता / महत्व के क्रम में सूचीबद्ध)	
उपरोक्त प्रारंभिक चिकित्साओं में जोड़ें यदि: 1) ≥ 5 दिन तक लक्षण रहते हैं; 2) उपरोक्त चिकित्सा का असर नहीं होता है; 3) महत्वपूर्ण दूसरी बीमारियाँ होती हैं।	
दोहरी एंटी-एंड्रोजन चिकित्सा	
1. स्पाईरोनोलैक्टोन	100 मिलीग्राम रोज़ 2 बार 10 दिन तक।
2. ड्यूटास्टेराइड	2 मिलीग्राम पहले दिन, फिर 1 मिलीग्राम रोज़ 10 दिन तक। यदि ड्यूटास्टेराइड उपलब्ध नहीं है, तो रोज़ 10 दिनों के लिए फिनास्टेराइड 10 मिलीग्राम का उपयोग करें।
फ्लुवाक्समाइन	
फ्लुवाक्समाइन ⁷	10-14 दिनों के लिए दिन में दो बार 50 मिलीग्राम। एक वैकल्पिक दवाई के रूप में 30 मिलीग्राम फ्लुओक्सेटीन रोज़ 10 दिनों के लिए लें (इसे अक्सर बेहतर सहन किया जाता है)।
मोनोक्लोनल एंटीबॉडी चिकित्सा	
कैसिरिविमाब/इम्डेविमाब ⁸	एक अवलंबीय इंजेक्शन में प्रत्येक 600 मिलीग्राम। एंटीबॉडी चिकित्सा मरीजों के लिए लक्षणों के पहले 7 दिनों के भीतर और एक या अधिक निम्न जोखिम कारकों के लिए है: आयु > 65 वर्ष; बीएमआई > 25; गर्भावस्था; पुरानी फेफड़े, हृदय, या गुर्दे की बीमारी; डायबिटीज़; इम्युनोसप्रेस्ड; डेवलपमेंटल डिसेबिलिटी; पुरानी ट्रेकोस्टोमी; या फीडिंग ट्यूब।
3. थर्ड लाइन एजेंट — यदि नीचे दिए गए मानदंडों को पूरा किया जाता है, तो विचार करें	
कोर्टिकोस्टेरोइड	
प्रेडनिसोन या मिथाइलप्रेडनिसोलोन	रोगी की प्रतिक्रिया के अनुसार धीमी गति से टेपर या वृद्धि के बाद 5 दिनों के लिए प्रतिदिन 1 मिलीग्राम / किया। मानदंड: पहले लक्षणों से 7-10 दिन के बाद और रोगी के पास या तो: असामान्य छाती का एक्स-रे, सांस की तकलीफ, या 88-94% की ऑक्सीजन संतृप्ति है। यदि ऑक्सीजन संतृप्ति $< 88\%$ से कम है, तो आपातकालीन कक्ष मूल्यांकन की मांग की जानी चाहिए।

COVID-19 की रोकथाम और उपचार के विकास के अवलोकन के लिए, कृपया <https://flccc.net/covid-19-protocols> पर जाएं।

टिप्पणियाँ

1 I-MASK+ प्रोटोकॉल उन लोगों के लिए टीकों और सुरक्षा जाल हेतु मददगार है, जिनका टीकाकरण नहीं किया जा सकता या नहीं किया गया है; या जिन्हें टीका लगाया गया है लेकिन उभरते हुए वैरिएंट्स के खिलाफ सुरक्षा में गिरावट के बारे में शिकायतें हैं। टीकों ने कोविड-19 के सबसे गंभीर परिणामों को रोकने में प्रभावकारिता दिखाई है और यह एक मल्टी-मॉडल कार्यनीति का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है जिसमें प्रारंभिक चिकित्सा भी शामिल होना चाहिए। वैक्सीन लगवाने का निर्णय आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता द्वारा परस्पर परामर्श से किया जाना चाहिए।

2 यह खुराक नए वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार अपडेट किया जा सकता है। गर्भावस्था में आईवरमेक्टिन की सुरक्षा स्थापित नहीं की गई है। विशेष रूप से पहली तिमाही में उपयोग करने से पहले अपने प्रदाता के साथ लाभ बनाम जोखिम की चर्चा आवश्यक है।

3 यदि घर का कोई सदस्य कोविड-19 पॉजिटिव है, या आप बिना मास्क पहने कोविड-19 पॉजिटिव रोगी से लंबे समय तक संपर्क में आए हैं, तो इसका उपयोग करें।

4 पोषण चिकित्सा के बारे में अधिक जानकारी के लिए और वे कैसे कोविड-19 के साथ मदद कर सकते हैं, कृपया देखें: www.flccc.net/covid-19-protocols/nutritional-therapeutics

5 लेट फेज के लिए – अस्पताल में भर्ती रोगी – www.flccc.net पर कोविड-19 के लिए FLCCC का MATH+ अस्पताल उपचार प्रोटोकॉल देखें

6 10% पोविडोन/आयोडीन के सॉल्युशन से 1% पोविडोन/आयोडीन गाढ़ा सॉल्युशन बनाने के लिए, इसे पहले पतला करना होगा।

पतला करने की एक विधि इस प्रकार है:

- पहले 250 मिलीलीटर की नेज़ल इरिगेशन बॉटल में 1½ बड़े चम्मच (25 मि.ली.) 10% पोविडोन/आयोडीन सॉल्युशन डालें।
- फिर ऊपर से डिस्टिल्ड, स्टेराइल या पहले से उबला हुआ पानी भरें।
- सिर को पीछे की ओर झुकाएं, नाक के प्रत्येक छिद्र में 4-5 बूंदें डालें। कुछ मिनट के लिए झुकाकर रखें, पानी निकलने दें।

7 कुछ व्यक्ति जिन्हें "फ्लुवोक्सामाइन (fluvoxamine) निर्धारित किया गया है, वे तीव्र चिंता का अनुभव करते हैं, जिन्हें आत्मघाती या हिंसक व्यवहार में दुर्लभ वृद्धि को रोकने के लिए निर्धारित चिकित्सक द्वारा सावधानीपूर्वक निगरानी और उपचार की आवश्यकता होती है।

8 इस दवा के लिए एक इन्फ्यूजन सेटर की आवश्यकता होती है।



कृपया हमारे प्रोटोकॉल के अपडेट पर नियमित रूप से चेक करते रहें!

जैसे-जैसे आगे वैज्ञानिक अध्ययन सामने आते हैं हमारी दवा के सुझावों और खुराकों को अपडेट किया जा सकता है।

कोविड-19 के लिए I-MASK+ प्रोफिलैक्सिस और प्रारंभिक आउटपेशेंट उपचार प्रोटोकॉल

संस्करण 18 • 12 अक्टूबर, 2021

पेज 3/3

अतिरिक्त जानकारी

सहायक सूचना

डेल्टा वैरिएंट के लिए I-MASK+ प्रोटोकॉल में एक से अधिक जोड़ों के संबंध में प्रश्न हमारे बार-बार पूछे जाने वाले पेज में देखे जा सकते हैं : <https://www.flccc.net/new-i-mask-faqs> । यहाँ आपको सुरक्षा और उच्च खुराक की आवश्यकता के उत्तर मिलेंगे: <https://www.flccc.net/flccc-information-evidence-for-safety-of-ivermectin>, एंटी-एंड्रोजन चिकित्सा की महत्वपूर्ण भूमिका, और एक रोगी के उपचार में इस प्रोटोकॉल के कितने घटकों का उपयोग किया जाना चाहिए, इन पर मार्गदर्शन मिलेगा ।

आइवरमेक्टिन की प्रभावकारिता

आइवरमेक्टिन कोविड-19 के इलाज के लिए एक विशिष्ट रूप से अनुकूल दवा है, क्योंकि ये अब अच्छी तरह से वर्णित है, इसमें -पोटेंट एंटी-वायरल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण हैं ।

आइवरमेक्टिन की प्रभावकारिता 64 नियंत्रित परीक्षणों के परिणामों द्वारा समर्थित है, उनमें से 32 रैंडमाइज्ड थे, और उनमें से 16 डबल-ब्लाइंड, रिसर्च डिजाइन के गोल्ड स्टैंडर्ड थे । इन परीक्षणों के सारांश (मेटा-एनालिसिस) में ट्रांसमिशन, ठीक होने में लगने वाले समय, अस्पताल में भर्ती होने और मृत्यु में सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण कमी पाई गई है ।

कोविड-19 में आइवरमेक्टिन के लिए सहायक साक्ष्य की समग्रता की सबसे अप-टू-डेट जानकारी यहाँ पाई जा सकती है:

<https://www.flccc.net/flccc-summary-of-the-evidence-of-ivermectin-in-covid-19>

अंत में, सार्वजनिक स्वास्थ्य की ऐतिहासिक उपलब्धि में, 16 सितंबर, 2021 तक, उत्तर भारतीय राज्य उत्तर प्रदेश ने अपने कोविड-19 प्रोटोकॉल में आइवरमेक्टिन को शामिल करने के बाद 241 मिलियन लोगों की अपनी आबादी से कोविड को प्रभावी ढंग से समाप्त कर दिया है (<https://www.tinyurl.com/hindustantimes-101631267966925>) । कृपया कोविड-19 के प्रकोप के उपचार में आइवरमेक्टिन की सफलता के नवीनतम परिणाम भी देखें (<https://flccc.net/ivermectin-in-covid-19/epidemiologic-analyses-on-covid19-and-ivermectin/>) ।

आइवरमेक्टिन खुराक की गणना (0.2 मिलीग्राम प्रति किलोग्राम)

शरीर का वजन		खुराक	
रूपांतरण (1 किलो ≈ 2.2 lbs) (वजन सीमा के हर ऊपरी छोर के अनुसार खुराक की गणना की गई)		0.2 मिलीग्राम/किलो ≈ 0.09 मिलीग्राम/lb (प्रत्येक टेबलेट = 3 मिलीग्राम; खुराक ऊपर के आधे टेबलेट तक)	
70-90 lb	32-40 किलो	8 मिलीग्राम	(3 टेबलेट = 9 मिलीग्राम)
91-110 lb	41-50 किलो	10 मिलीग्राम	(3,5 टेबलेट)
111-130 lb	51-59 किलो	12 मिलीग्राम	(4 टेबलेट)
131-150 lb	60-68 किलो	13,5 मिलीग्राम	(4,5 टेबलेट)
151-170 lb	69-77 किलो	15 मिलीग्राम	(5 टेबलेट)
171-190 lb	78-86 किलो	16 मिलीग्राम	(5,5 टेबलेट)
191-210 lb	87-95 किलो	18 मिलीग्राम	(6 टेबलेट)
211-230 lb	96-104 किलो	20 मिलीग्राम	(7 टेबलेट = 21 मिलीग्राम)
231-250 lb	105-113 किलो	22 मिलीग्राम	(7,5 टेबलेट = 22,5 मिलीग्राम)
251-270 lb	114-122 किलो	24 मिलीग्राम	(8 टेबलेट)
271-290 lb	123-131 किलो	26 मिलीग्राम	(9 टेबलेट = 27 मिलीग्राम)
291-310 lb	132-140 किलो	28 मिलीग्राम	(9,5 टेबलेट = 28,5 मिलीग्राम)

हमारे I-MASK+ प्रोटोकॉल में उपयोग की जाने वाली उच्च खुराक के लिए कृपया तालिका में दिए गए मान को 0.2 मिलीग्राम/किलोग्राम से गुणा करें, जैसे:

- 0.4 मिलीग्राम/किलोग्राम: 0.2 मिलीग्राम/किलोग्राम खुराक का दोगुना
- 0.6 मिलीग्राम/किलोग्राम: 0.2 मिलीग्राम/किलोग्राम खुराक का तीन गुना

अधिक सटीक खुराक के लिए गोलियों को आधा किया जा सकता है। फिर ऊपर से निकटतम आधी टेबलेट तक कर सकते हैं।

ध्यान दें कि आइवरमेक्टिन देश के आधार पर अलग-अलग टेबलेट स्ट्रेथ (जैसे 3, 5 या 6 मिलीग्राम) और एडमिनिस्ट्रेशन फॉर्म (टेबलेट, ड्रॉप्स) में उपलब्ध है (कृपया पैकेज पर दी गई जानकारी देखें)। हमारी तालिका में हम 3 मिलीग्राम टेबलेट (अमेरिका में प्रति टेबलेट सबसे आम खुराक) के अनुसार खुराक की गणना करते हैं।

यदि आपकी गोलियों में आइवर-मेक्टिन 3 मिलीग्राम से भिन्न मात्रा में है, तो आपको आवश्यक आइवरमेक्टिन की खुराक के बराबर गोलियों की संख्या की गणना करनी होगी।

पल्स ऑक्सीमीटर (उपयोग निर्देश)

लक्षण वाले रोगियों रोगियों में, होम पल्स ऑक्सीमीटर की सफाई की जाती है (अलक्षणी हाइपोक्सिया के कारण)। घर के पल्स ऑक्सीमीटर की सीमाओं को मान्यता दी जानी चाहिए, और मान्य डिवाइस उपयोग किए जाते हैं। दिन के दौरान कई रीडिंग ली जानी चाहिए, और नीचे की ओर रुझान को खतरा माना जाना चाहिए। बेसलाइन या एम्बुलेटरी विसंतुष्टीकरण <94% को अस्पताल में भर्ती के लिए कहना चाहिए। निम्नलिखित मार्गदर्शन का सुझाव दिया गया है:

- सूचकांक या मध्य उंगली का उपयोग करें; पैर की उंगलियों या कान पालि के उपयोग से बचें
- केवल एक मजबूत पल्स सिग्नल से जुड़े मान को स्वीकार करें
- सबसे सामान्य मान की पहचान करने के लिए 30-60 सेकंड के लिए रीडिंग का निरीक्षण करें
- उंगली से नेल पॉलिश निकालें जिस पर माप किए जाते हैं
- माप से पहले ठंडे हाथ-पैर को गर्म करें

डिस्क्लेमर

I-MASK+ कोविड-19 के लिए प्रोफिलैक्सिस और प्रारंभिक आउट पेशेंट उपचार प्रोटोकॉल प्रोटोकॉल तथा MATH+ कोविड-19 के लिए अस्पताल उपचार प्रोटोकॉल पूरी तरह से शैक्षिक उद्देश्यों के लिए कोविड-19 के लिए संभावित लाभकारी उपचारों के लिए है। क्योंकि आपने हमारी वेबसाइट और रिलीज़ पर कुछ पढ़ा है सिर्फ इसलिए पेशेवर मेडिकल सलाह की अवहेलना कभी न करें। यह किसी भी रोगी के संबंध में पेशेवर मेडिकल सलाह, निदान या उपचार का विकल्प नहीं है। हर एक रोगी के लिए उपचार आपके फिजिशियन या अन्य योग्य स्वास्थ्य प्रदाता के निर्णय पर निर्भर होना चाहिए। हमेशा अपने स्वास्थ्य या मेडिकल स्थिति के संबंध में किसी भी प्रश्न के साथ उनकी सलाह लें।



कृपया हमारे प्रोटोकॉल के अपडेट पर नियमित रूप से चेक करते रहें!

जैसे-जैसे आगे वैज्ञानिक अध्ययन सामने आते हैं हमारी दवा के सुझावों और खुराकों को अपडेट किया जा सकता है।