सत्यमेव जयते

Guidelines for Homoeopathy Practitioners for Prophylaxis and Symptomatic Management of COVID-19 Patients in Home Isolation

Ministry of Ayush
Government of India

सत्यमेव जयते

Guidelines for Homoeopathy Practitioners for Prophylaxis and Symptomatic Management of COVID-19 Patients in Home Isolation

Preamble

The second wave of the COVID-19 pandemic has major devastating effect in with increasing number of cases and hospitalizations. Effective management to address this infection is still evolving and attempts are being made to integrate complementary and alternative interventions along with standard care.

Ministry of Health & Family Welfare has advised home isolation of confirmed COVID-19 cases, which are either asymptomatic or have mild symptoms, and quarantine the individuals who had a contact with confirmed COVID-19 individuals.

General Disclaimer

- Patients need to have a general consultation from a qualified physician before starting any intervention.
- In all moderate/severe cases, immediate referral to a higher medical centre as per the Government guidelines is advised.
- Patients with co-morbidities like hypertension, diabetes etc., are advised to continue their respective medications and continue taking consultation from their family physicians.
- Physicians are required to prescribe medicines, potencies and dosage as per Homoeopathic principles.

Recommendation of Prophylactic measures For Healthy Population

Firstly, people must follow the general protective measure advised by health authorities such as social distancing, using appropriate mask properly, hand washing and sanitization, vaccination etc. The Scientific Advisory Board of the Central Council for Research in Homoeopathy (CCRH) reiterates the previous advisory on the use of *Arsenicum album 30C* as an immune booster for prophylaxis against COVID-19 infection. However, keeping in view, high transmission rate in the second wave and possible airborne spread, and results of the prophylactic studies, the repetition of the regimen may be done after 21 days instead of 30 days as advised earlier.

The recommended dose is – *Arsenicum album* in 30C potency, 4 globules of size 30, once daily in the morning, preferably empty stomach for three days and to be repeated in the same manner after 3 weeks.

Management Guidelines for Home-Isolated COVID-19 Patients

The COVID-19 infected cases are asymptomatic or symptomatic. The symptomatic cases are classified Mild, Moderate, Severe or critical according to the presentation. The common clinical features observed in mild COVID-19 cases include sore throat, fever, body-ache, nasal congestion, and dry cough without any shortness of breath. Some patients are also reporting diarrhoea, loss of taste/smell etc.

Some of the asymptomatic cases can be in the pre-symptomatic stage. Considering this possibility, the patient(s) should observe evolving symptoms or signs. This watchfulness should not lead to undue anxiety.

Symptomatic management of home isolated asymptomatic & mild COVID-19 patients

Stage/condition	Clinical Presentation	Medicine	Dosage
Asymptomatic COVID-19 positive individuals	--	*Arsenicum album30C*	4 globules twice daily for seven days.
Mild COVlD-19 Positive	Fever, Headache, Malaise, Dry Cough, Sore throat, Nasal Congestion Myalgias Oxygen saturation levels above 94%	Indicated medicine as per totality of symptoms. Commonly indicated medicines according to results of clinical studies are; *Aconitum napellus, Arsenicum album, Belladonna, Bryonia alba, Eupatorium perfoliatum., Ferrum phosphoricum., Gelsemium, Phosphorus, Rhus toxicodendron,* etc.	The dose and repetition of the medicine to be determined by the treating physician as per homoeopathic principles.

Immediate contact (s) of infected person

Asymptomatic immediate contacts of infected persons	--	*Arsenicum album30C*	4 globules once daily for seven days.

General guidelines

1. Monitor the sick person's symptoms regularly. Monitor for fever and oxygen saturation levels twice a day.
2. Pay special attention if the person is at risk with serious illness and advise investigations and monitoring accordingly.
3. Ensure the sick person takes adequate rest and sleep and stays hydrated.
4. Limit the patient's movement around the house and minimize shared space. Ensure that the house, particularly shared spaces (e.g. kitchen, bathroom) are well ventilated.

5. Household members should avoid entering the room where the patient is isolated or, if that is not possible, maintain a distance of at least one metre from the patient (e.g. sleep on a separate bed).
6. Limit the number of caregivers. Ideally, assign one person who is in good health and has no underlying chronic conditions as the caregiver.
7. Visitors should not be allowed in the home until the person has completely recovered, shows no signs or symptoms of COVID-19 or has been released from isolation.
8. Maintain all rules and regulations for isolation and home quarantine of infected persons as per applicable provisions of the district / state authorities.

Dietary guidelines

1. Gargle with warm water with an added pinch of turmeric and salt.
2. Food should be freshly prepared, and easily digestible. Avoid processed foods.
3. Avoid excessive intake of fats, oils, sugar and salt.

Note: These suggested guidelines are supported by homoeopathic literature and emerging evidence based on COVID-19 studies undertaken by the CCRH under the directions of Ministry of Ayush. These guidelines can be followed for all age groups including children.

***

References

1. Guidelines for Homoeopathic practitioners for COVID-19; available at https://www.ayush.gov.in/docs/homeopathy-guidelines.pdf
2. Advisory from Ministry of AYUSH for meeting the challenge arising out of spread of corona virus (COVID-19) in India; available at https://wwwayush.govin/docs/25.pdf.
3. Home care for patients with suspected or confirmed COVID-19 and management of their contacts; available at https://www.who.int/publications/i/item/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts
4. Effectiveness of Arsenicum Album 30c in Prevention of Covid-19 in Individuals Residing in Hot Spots of Red Zones– A Multicentric, Randomised, Cluster Level, Controlled Trial - Study Report
5. Effectiveness of Arsenicum album 30c In Prevention of Covid-19 In Individuals Residing in Hotspots of Red Zones in Delhi– A Prospective Cohort Study- Study Report
6. Effectiveness of individualized homoeopathy as an add-on to standard treatment of covid-19 - a multicentric, randomized, parallel arm, single blind, placebo, controlled trial- Study Report
7. Homeopathy as adjuvant to standard treatment protocol in management of corona virus infection- a randomized, placebo controlled, open label study- Study Report
8. Real time effect of Arsenicum Album 30C in prevention of COVID 19: a mass level Pan India observational study- Study Report

होम आइसोलेशन में कोविड-19 के मरीजों के रोगनिरोधन और लाक्षणिक प्रबंधन हेतु होम्योपैथी चिकित्सकों के लिए दिशानिर्देश

आयुष मंत्रालय
भारत सरकार

होम आइसोलेशन में कोविड-19 के मरीजों के रोगनिरोधन और लाक्षणिक प्रबंधन हेतु होम्योपैथी चिकित्सकों के लिए दिशानिर्देश

प्रस्तावना

कोविड-19 महामारी की दूसरी लहर का बड़ा विनाशकारी प्रभाव पड़ा है। कोविड के मामलों और अस्पताल में भर्ती रोगियों की संख्या में भारी वृद्धि देखने को मिली है। इस संक्रमण से निपटने के लिए प्रभावी प्रबंधन अभी विकसित हो रहे हैं और मानक देखभाल के साथ ही पूरक और वैकल्पिक उपायों को शामिल करने के प्रयास किए जा रहे हैं।

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने पुष्टि किए गए कोविड-19 मामलों के होम आइसोलेशन की सलाह दी है, जो या तो बिना लक्षण वाले हैं या जिनमें हल्के लक्षण हैं। इसके अलावा, उन व्यक्तियों को भी क्वरंटीन करने की सलाह दी है जो पुष्टि किए गए कोविड-19 व्यक्तियों के साथ संपर्क में आए थे।

सामान्य अस्वीकरण

- मरीजों को कोई उपचार शुरू करने से पहले एक योग्य चिकित्सक से सामान्य परामर्श की आवश्यकता होती है।
- सभी मध्यम/गंभीर मामलों में, सरकार के दिशा-निर्देशों के अनुसार किसी उच्च चिकित्सा केंद्र के लिए तत्काल रेफरल की सलाह दी जाती है।
- उच्च रक्तचाप, मधुमेह आदि जैसी सह-रुग्णता वाले रोगियों को उनकी संबंधित दवाएं और उनके पारिवारिक चिकित्सकों से परामर्श जारी रखने की सलाह दी जाती है।
- चिकित्सकों को होम्योपैथिक सिद्धांतों के अनुसार दवाएं, शक्ति और खुराक निर्धारित करना अपेक्षित है।

स्वस्थ जनसंख्या के लिए रोगनिरोधी उपायों की अनुशंसा

सबसे पहले, लोगों को स्वास्थ्य अधिकारियों द्वारा बताए गए सामान्य सुरक्षात्मक उपायों का पालन करना चाहिए जैसे सोशल डिस्टेंसिंग बनाए रखना, उचित मास्क का ठीक से उपयोग करना, हाथ धोना और सैनिटाइजेशन करना, टीकाकरण आदि। केंद्रीय होम्योपैथी अनुसंधान परिषद (सीसीआरएच) का वैज्ञानिक सलाहकार बोर्ड कोविड-19 के संक्रमण के खिलाफ रोगनिरोध हेतु एक प्रतिरक्षा बूस्टर के रूप में आर्सेनिकम एल्बम 30सी के उपयोग पर पिछली

ऐडवाइजरी को दोहराता है। फिर भी, दूसरी लहर में महामारी के तेजी से फैलने और संभवतया हवा से फैलने तथा रोगनिरोधी अध्ययनों के नतीजों को ध्यान में रखते हुए, पथ्यापथ्य को 30 दिनों के बजाय, जैसी कि पहले सलाह दी गई थी, 21 दिनों के बाद दोहराया जा सकता है।

अनुशंसित खुराक है – 30सी शक्ति की आर्सेनिकम एल्बम, 30 आकार के 4 ग्लोब्यूल्स, दिन में एक बार सुबह के समय, खाली पेट तीन दिनों तक। 3 सप्ताह के बाद इसी तरीके से दोहराएं।

होम आइसोलेटेड कोविड-19 के मरीजों के लिए प्रबंधन दिशानिर्देश

कोविड-19 संक्रमित मामले अलक्षण या लक्षण वाले होते हैं। लक्षण वाले मामलों को उनके दिखने के अनुसार हल्के, मध्यम, गंभीर या अति गंभीर की श्रेणी में बांटा गया है। कोविड-19 के हल्के मामलों में देखे गए सामान्य नैदानिक लक्षणों में सांस की तकलीफ के बिना गले में खराश, बुखार, शरीर में दर्द, नाक, सूखी खांसी, शामिल हैं। कुछ मरीजों ने दस्त होने, स्वाद/गंध आदि का पता न लगने के बारे में भी बताया है।

कुछ अलक्षण वाले मामले, लक्षण-पूर्व वाले चरण में हो सकते हैं। इस संभावना को ध्यान में रखते हुए, रोगी को उभरते हुए लक्षणों या संकेतों को देखते रहना चाहिए। इस चौकसी में वेबजह चिंता करने की जरूरत नहीं है।

कोविड-19 के बिना लक्षण और हल्के लक्षण वाले होम आइसोलेटेड रोगियों का रोगसूचक प्रबंधन

स्तर/हालत	**क्लीनिकल प्रस्तुतीकरण**	**दवा**	**खुराक**
बिना लक्षण वाले कोविड-19 के पॉजिटिव पाए गए व्यक्ति	--	*आर्सेनिकम एल्बम 30सी*	4 ग्लोब्यूल्स दिन में दो बार सात दिन तक।
हल्के लक्षण वाले कोविड-19 पॉजिटिव	बुखार,सिरदर्द,अस्वस्थता, सूखी खांसी,गले में खरास, बंद नाक, पेशीशूल, ऑक्सीजन का स्तर 94% से ऊपर	सभी लक्षणों के अनुसार निर्दिष्ट दवा। नैदानिक अध्ययनों के नतीजों के अनुसार आमतौर निर्दिष्ट दवाएं इसप्रकार हैं; एकोनिटम नेपेलस, आर्सेनिकम एल्बम, बेलाडोना, ब्रायोनिया अल्बा, यूपैटोरियम परफोलिएटम, फेरम फॉस्फोरिकम, जेल्सिमियम, फास्फोरस, रस टॉक्सिकोडेंड्रोन, आदि।	खुराक और उसके दोहराव का निर्धारण चिकित्सक द्वारा होम्योपैथिक सिद्धांतों के अनुसार किया जाता है।

संक्रमित व्यक्ति के तत्काल संपर्क में

अलक्षण वाले संक्रमित व्यक्तियों के तत्काल संपर्क में	--	***आर्सेनिकम एल्बम 30सी***	दिन में एक बार 4 ग्लोब्यूल्स सात दिन तक।

सामान्य दिशानिर्देश

1. बीमार व्यक्ति के लक्षणों पर बराबर ध्यान देते रहें। बुखार और ऑक्सीजन के स्तर को देखते रहें, दिन में दो बार स्तर की जांच करें।

2. यदि व्यक्ति को गंभीर बीमारी का खतरा है तो विशेष ध्यान दें और जांच की सलाह दें और तदनुसार निगरानी रखें।
3. सुनिश्चित करें कि बीमार व्यक्ति पर्याप्त आराम करता है और सोता है और बराबर पानी पीता है।
4. घर के आसपास मरीज की आवाजाही को सीमित करें और साझी जगह का कम से कम इस्तेमाल करें। सुनिश्चित करें कि घर, विशेष रूप से साझी जगह (जैसे कि रसोई, बाथरूम) अच्छी तरह हवादार है।
5. परिवार के सदस्यों को उस कमरे में जाने से बचना चाहिए जहां रोगी को अलग रखा गया है या, यदि यह संभव नहीं है, तो रोगी से कम से कम एक मीटर की दूरी बनाए रखें (यानी अलग बिस्तर पर सोएं)।
6. देखभाल करने वालों की संख्या सीमित करें। अच्छा तो यह है कि ऐसे व्यक्ति देखभाल के लिए रखें जो स्वस्थ है और पुरानी बीमारी से ग्रस्त नहीं है।
7. जब तक व्यक्ति पूरी तरह से ठीक नहीं हो जाता, कोविड-19 के कोई लक्षण या संकेत उसमें नहीं दिखाई देते या आइसोलेशन से मुक्त नहीं हो जाता, तब तक बाहर से घर में किसी को न आने दें।
8. जिला/राज्य प्राधिकारियों के लागू प्रावधानों के अनुसार संक्रमित व्यक्तियों के आइसोलेशन और होम क्वारंटाइन के सभी नियम-कायदों का पालन करें।

आहार के दिशानिर्देश

1. गर्म पानी में चुटकी भर हल्दी और नमक मिलाकर गरारे करें।
2. भोजन ताजा बना होना चाहिए, और आसानी से पचने योग्य होना चाहिए। प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के सेवन से बचें।
3. वसा, तेल, चीनी और नमक के अत्यधिक सेवन से बचें।

नोट: ये सुझाए गए उपाय आयुर्वेदिक साहित्य, वैज्ञानिक प्रकाशनों और आयुष मंत्रालय के निर्देशन में सीसीआरएच द्वारा किए गए कोविड-19 के अध्ययनों पर आधारित साक्ष्य द्वारा समर्थित हैं। इन दिशानिर्देशों का बच्चों सहित सभी आयु वर्ग के लोगों के लिए पालन किया जा सकता है।

<u>संदर्भ</u>

1. कोविड-19 के लिए होम्योपैथिक चिकित्सकों हेतु दिशानिर्देश, https://www.ayush.gov.in/docs/homeopathy-guidelines.pdf पर उपलब्ध हैं।
2. भारत में कोरोना वायरस (कोविड-19) के फैलने से उत्पन्न चुनौती का सामना करने के लिए आयुष मंत्रालय की ऐडवाइजरी https://wwwayush.govin/docs/25.pdf पर उपलब्ध है।
3. संदिग्ध या पुष्टि किए गए कोविड-19 के रोगियों के लिए घर पर देखभाल और उनके संपर्क में आए व्यक्तियों का प्रबंधन https://www.who.int/publications/i/item/home-care-forpatients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mildsymptoms-and-management-of-contacts पर उपलब्ध है।
4. रेड जोन के हॉट स्पॉट में रहने वाले व्यक्तियों में कोविड-19 की रोकथाम में आर्सेनिकम एल्बम 30सी की प्रभावशीलता – ए मल्टीसेंट्रिक, रेंडोमाइज्ड, क्लस्टर लेवल, कंट्रोल्ड ट्रायल - स्टडी रिपोर्ट
5. दिल्ली के रेड जोन के हॉट स्पॉट में रहने वाले व्यक्तियों में कोविड-19 की रोकथाम में आर्सेनिकम एल्बम 30सी की प्रभावशीलता – ए प्रोस्पैक्टिव कोहार्ट स्टडी - स्टडी रिपोर्ट
6. कोविड -19 के मानक उपचार में एक सहायक उपचार के रूप में विशिष्टगत होम्योपैथी की प्रभावशीलता - ए मल्टीसेंट्रिक, रेंडोमाइज्ड, पैरालल आर्म, सिंगल ब्लाइंड, प्लेसीबो, कंट्रोल्ड ट्रायल - स्टडी रिपोर्ट
7. कोरोना वायरस संक्रमण के प्रबंधन में मानक उपचार प्रोटोकॉल के सहायक उपचार के रूप में होम्योपैथी - ए रेंडोमाइज्ड, प्लेसीबो कंट्रोल्ड, ओपन लेबल स्टडी - स्टडी रिपोर्ट
8. कोविड-19 की रोकथाम में आर्सेनिकम एल्बम 30सी का वास्तविक समय में प्रभाव: ए मास लेवल पैन इंडिया ऑब्जर्वेशनल स्टडी- स्टडी रिपोर्ट