कोरोनावायरस (Covid19) मार्गदर्शन - हिंदी / HINDI

कोविड-19 एक नई बीमारी है जो आपके फ़ेफड़ों और वायुमार्गों को प्रभावित कर सकती है। यह कोरोनावायरस कहे जाने वाले वायरस के कारण होती है।

यदि आपको निम्नलिखित हो:

- नई लगातार खांसी या
- तेज़ बुखार (37.8 डिग्री या इससे ज़्यादा)

तो आपको 7 दिनों तक घर पर रहना चाहिए।

घर पर रहने के लिए सलाह

- काम पर, स्कूल, जीपी सर्जरी, फार्मेसी या अस्पताल न जाएं
- अलग सुविधाओं का प्रयोग करें, या फिर प्रयोग के बीच साफ करें
- अन्य लोगों से घनिष्ट संपर्क में आने से बचें
- भोजन और दवाएं अपने पास डिलिवर करवाएं
- मिलने के लिए किसी को न बुलाएं
- पालतू जानवरों से दूर रहें

मुझे एनएचएस 111 से कब संपर्क करना चाहिए?

- यदि आपको लगता है कि आप घर पर अपने लक्षणों से नहीं निपट पा रहे
- आपकी स्थिति बिगड़ती जा रही है
- आपके लक्षण 7 दिन के बाद भी बेहतर नहीं हो रहे हैं

मुझे एनएचएस 111 से कैसे संपर्क करना चाहिए?

आगे क्या करना है यह जानने के लिए आप एनएचएस 111 ऑनलाइन कोरोनावायरस सेवा का प्रयोग कर सकते हैं। यदि आप ऑनलाइन सेवा अक्सेस नहीं कर सकते तो 111 पर कॉल कर सकते हैं (कॉल करने के लिए यह एक मुफ्त नंबर है)।

यदि मैं अपनी आप्रवासन (इमिग्रेशन) स्थिति को लेकर चिंतित हूँ तो क्या होगा?

कोरोनावायरस हेतु यूके में आप्रवासन (इमिग्रेशन) की किसी भी स्थिति वाले व्यक्ति के लिए सभी एनएचएस सेवाएं मुफ्त हैं। इसमें कोरोनावायरस जाँच और उपचार शामिल है, चाहे परिणाम

नकारात्मक ही क्यों न हो। आपको कोरोनावायरस जाँच या उपचार के लिए होम ऑफिस को रिपोर्ट नहीं किया जाएगा।

कोरोनावायरस को फैलने से रोकने में मैं किस प्रकार सहायता कर सकता/सकती हूँ?

- सुनिश्चित करें कि आप, साबुन और पानी का प्रयोग करके कम से कम 20 सेकंड तक के लिए अपने हाथ बारंबार धोते रहें
- यदि आपको इसके लक्षण हों तो घर पर रुकने की सलाह का पालन करें

अधिक जानकारी के लिए एनएचएस मार्गदर्शन देखें

https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/