

नोवल कोरोना वायरस (COVID-19)

आओ मिलकर समाज की भागीदारी से इसे हरायें

दो जनों के मध्य थोड़ी सी दूरी, अब है बहुत जरूरी



दूरी बनायें

यदि आपमें कोरोना वायरस के लक्षण दिखें तो 14 दिनों तक लोगों के सम्पर्क में नहीं आयें तथा भीड़-भाड़ वाली जगह से दूर रहें तथा लोगों से कम-से-कम 1 मीटर की दूरी बनाकर रखें।



हाथ ना मिलायें

एक-दूसरे से हाथ मिलाने के बजाय दूर से अभिवादन करें।



हाथ को साफ करते रहें

अच्छी तरीके से नियमित अंतराल पर अल्कोहल युक्त सेनेटाईजर अथवा साबुन से बहते पानी से हाथों को रगड़कर साफ करें।



मुंह और नाक ढकें

यदि आपमें कोरोना वायरस के लक्षण (बुखार, खांसी या सांस लेने में तकलीफ) है, तो सर्जिकल मास्क का उपयोग करें।

मास्क या रुमाल स्वस्थ व्यक्ति के लिए जरूरी नहीं है



भीड़ भाड़ वाली जगहों से बचें

हर भीड़-भाड़ वाली जगह जैसे- शॉपिंग मॉल, सिनेमा हॉल, जिम इत्यादि जाने से बचें।



चिकित्सक से संपर्क करें

यदि आपमें कोरोना वायरस के लक्षण (बुखार, खांसी या सांस लेने में तकलीफ) दिखें, तो अविलम्ब चिकित्सक से संपर्क करें।

अधिक जानकारी हेतु राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार के टॉल फ्री नं० 104 अथवा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय,

भारत सरकार के टॉल फ्री नं० +91-11-23978046 पर चौबीसों घंटे सम्पर्क कर सकते हैं।