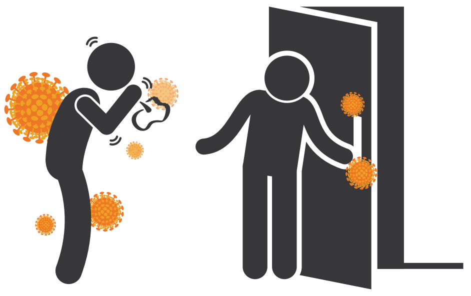
कोरोनावायरस रोग 2019/२०१९ (COVID-19)
आपको क्या जानना चाहिए

यह एक नया कोरोनावायरस है, जिसे पहली बार पहचाना गया है दिसंबर **2019** में वुहान, चीन में।

संचरण
जांच जारी है

- मुख्य **रूप से बीमार लोगों** द्वारा फैलता है उन **बूंदों** के माध्यम से, जो बनती है जब वह बात करते है, खांसते है और छीकते है
- **संदूषित वस्तुओं** को छूने से ये बूंदें आपके हाथों पर लग जाती है। यदि आप अपने चेहरे को छूते हैं तो बूंदेंआपके नाक/आंखों/मुख में प्रवेश कर सकती है।



यात्रिओं से यह वायरस अन्य देशों में चला गया है
प्रवेश बिंदुओं पर स्क्रीनिंग से बीमार यात्रियों का पता लगाने में मदद मिलती है।

लक्षण
संभावित जोखिम के 14/१४ दिनों के भीतर लक्षण दिखाई दे सकते हैं। **अपना स्वास्थ्य ट्रैक करें**

- ज्वर
- गले में खराश
- कफ/खाँसी
- सांस फूलना
- मांस पेशी में दर्द
- दस्त

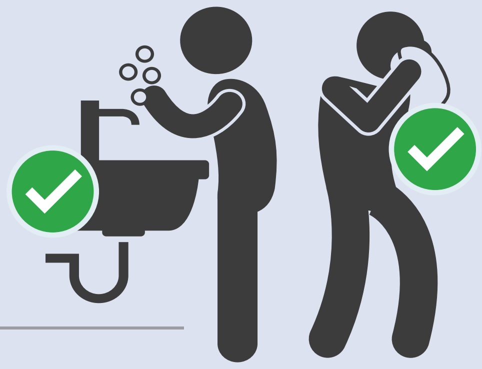
ज्यादातर मामले **सौम्य/माइल्ड होते** हैं, लेकिन **कुछ गंभीर/सीवियर होते** हैं, और घातक हो सकते हैं।

तत्काल चिकित्सा सहायता प्राप्त करें। अगर आपको लगता है कि आप उजागर हो गए है या फिर बीमारी के लक्षण दिखाई दें तो

रोकथाम

बेहतर व्यक्तिगत स्वच्छता कायम रखिये, और पक्का कर लेना चाहिए की भोजन सफाई से बनाया और रखा गया है :

- बार-बार हाथ धोइये जब साबुन और पानी आसानी से उपलब्ध ना हो तो एलकोहॉल आधारित हैण्ड सैनेटाइजर का इस्तेमाल करें।
- खांसते और छींकते समय मुंह को ढक लें - यदि उपलब्ध हो तो टिशू या मास्क का उपयोग करें - और अपने हाथ साबुन और पानी से धोएं।
- बिना धुले हाथों से अपनी (आंखें, नाक व मुँह) को न छुयें।
- सुनिश्चित करें की भोजन, खासकर केअंडे के सहित भोजन भी अच्छी तरह से पकाया गया है ।
- खाना, ड्रिंक, और निजी वस्तुओं को साझा न करें।



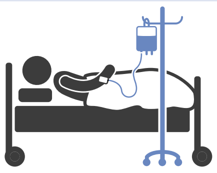
संभावित जोखिम से बचें:

- गीले बाजारों या खेतों में ना जाएं।
- पशुओं (जिन्दा या मुर्दा) और उनके परिवेश के संपर्क में आने से बचें।
- उन सतहों को न छुएं जो बूंदों से दूषित हो सकती हैं।
- बिल्लिओं, कुत्तों, चूहों, पक्षिओं और चमगादड़ों जैसे आवारा पशुओं के संपर्क में आने से बचें।
- बीमार लोगों से दूर रहे — उन्हें आपके ऊपर खांसने और छीकने न दे। बीमार लोगों से दूर रहे — उन्हें आपके ऊपर खांसने और छीकने न दे।
- उन गतिविधियों से बचें जहाँ आपकी बड़ी संख्या में लोगों से मिलने की सम्भावना है।
- अगर आप बीमार हैं तो यात्रा न करें

फ्लू वैक्सिनेशन मौसमी फ्लू के जोखिम से बचने में सहायक होगा और उसे लगाने से COVID-19 के लक्षणों से संभावित भ्रम उत्पन्न नहीं होगा ।

इलाज

कोई विशेष उपचार नहीं है।
सहायक देखभाल लक्षणों को राहत देने में मदद करती है।



COVID-19 से बचने के लिए अभी कोई वैक्सिनेशन उपलब्ध नहीं है ।

International SOS/इंटरनेशनल **SOS** समर्पित वेबसाइट की खबरों और जानकारी को अद्यतन रखें:
https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov

अस्वीकरण: यह प्रस्तुतीकरण केवल शैक्षणिक उद्देश्यों के लिए बनाया गया है। यह पेशेवर चिकित्सा सलाह का विकल्प नहीं है। अगर यहां वर्णित किसी विषय के बारे में आपके कोई सवाल या चिंता हैं, तो कृपया अपने चिकित्सा पेशेवर से परामर्श करें।

© 2020 AEA International Holdings Pte. लि. सर्वाधिकार सुरक्षित।
19/02/2020 - version 3.0

TRANSLATORS WITHOUT BORDERS
H2H Catalysts for Change
INTERNATIONAL SOS