

कोवडि-19 संबंधी बताने योग्य तथ्य

कोरोनावायरस बीमारी 2019 (COVID-19) के बारे में तथ्यों को जाने और अफवाहों को फैलने से रोकने में मदद करें।

तथ्य
1

बीमारियाँ कुल या जातीयता पर ध्यान दायि बना कसिी को भी हो सकती है।

चीनी अमरीकियों सहति हुए एशिया मूल के लोगों में बाकी अमरीकियों की तुलना में कोवडि-19 होने की अधिक संभावना नहीं है। यह बताकर डर को रोकने में मदद करें कि एशिया मूल का होना कोवडि-19 के फैलने की संभावना को नहीं बढ़ाता है।

तथ्य
4

आप इसके संकेत और लक्षणों को जानकार कोवडि-19 को रोकने में मदद कर सकते हैं।

- बुखार
- खांसी
- सांस का उखड़ना

चकित्सक की सलाह लें यदि आप

- में लक्षण दखिते हैं और
- आप ऐसे व्यक्तिके निकट संपर्क में रहे हैं जिसको कोवडि-19 होने का पता हो या आप वहाँ रहते हैं या हाल ही में ऐसी जगह होकर आए हैं जहाँ कोवडि-19 फैल रहा है।

तथ्य
2

कुछ लोगों को कोवडि-19 के होने का खतरा ज़्यादा है।

वे लोग जो ऐसे लोगों के निकट संपर्क में रहे हैं जिनको कोवडि-19 होने का पता है और वे लोग जो ऐसे स्थानों पर रहते हैं या वहाँ से होकर आए हैं जहाँ कोवडि-19 फैल रहा है, तो उन्हें इससे ग्रस्त होने का खतरा अधिक है।

तथ्य
5

यह कुछ साधारण चीजें आप खुद को और औरों को स्वस्थ रखने में मदद करने के लिए कर सकते हैं।

- अपने हाथ बार बार साबुन और पानी से कम से कम 20 सेकंड तक धोएँ, विशेष रूप से नाक साफ करने, खाँसने, या छींकने के बाद; बाथरूम जाने के बाद; और खाने से पहले या खाना बनाने से पहले।
- बना धुले हाथों से अपनी आँख, नाक और मुँह को छूने से बचे।
- बीमार होने पर घर पर रहे।
- अपनी खांसी या छीक को टशियू से ढके और और फिर इस टशियू को कचरेदान में फेंक दें।

तथ्य
3

यदि किसी व्यक्तिके संगरोध काल (quarantine) पूरा कर लिया है या जो अलग रहने (isolation) से मुक्त हो गया है, उससे औरों को संक्रमण का खतरा नहीं है।

अद्यतन जानकारी के लिए, देखें CDC का coronavirus disease 2019 वेब पेज।



अधिक जानकारी के लिए: www.cdc.gov/COVID19