

उन सभी के लिए जिन्हें घर पर रहने के लिए कहा गया है

न्यू कोरोनावायरस के लिए कई बातों पर ध्यान देने की आवश्यकता है। अधिकांश लोग जिनमें कोरोनावायरस रोग (COVID-19) प्रारंभ होता है, वे केवल सामान्य लक्षण से पीड़ित होते हैं, लेकिन कुल लोग बहुत ही बीमार हो सकते हैं। इसी वजह से हम समस्त देश में संक्रमण के प्रसार को कम करने का प्रयास कर रहे हैं।

कुछ लोगों के उनके डॉक्टर ने घर में रहने के लिए कहा है। किसी भी व्यक्ति में COVID-19 रोग से पीड़ित किसी भी व्यक्ति को तथाकथित 'होम आइसोलेशन' के माध्यम से अन्य लोगों से पूरी तरह अलग रहना चाहिए। जो व्यक्ति COVID-19 से पीड़ित नहीं हैं, लेकिन उन्हें लगता है कि वे संक्रमित हो सकते हैं, तो उन्हें तथाकथित 'होम क्वारेंटाइन' में रखा जाना चाहिए।

'होम आइसोलेशन' का क्या अर्थ होता है?

यदि आपके डॉक्टर आपको बताते हैं कि आपको COVID-19 है या यदि आप जांच के परिणामों की प्रतीक्षा कर रहे हैं, तो आपको अन्य लोगों के संपर्क से पूरी तरह से बचना चाहिए ताकि अन्य लोग आपसे संक्रमित न हो सकें।

होम आइसोलेशन का अर्थ यह है कि आपको किसी भी व्यक्ति से अलग रहना है, उनमें वे भी व्यक्ति शामिल हैं, जिनके साथ आप रहते हैं। आपको बाहर नहीं रहना चाहिए, आपको स्वयं को एक कमरे में रखना चाहिए, उसी कमरे में खाना चाहिए और अपने तौलिए को किसी भी अन्य व्यक्ति के साथ साझा नहीं करना चाहिए।

यदि आपकी हालत बिगड़ती है, तो फोन द्वारा अपने डॉक्टर से संपर्क करें। डॉक्टर भी इस बात का निर्णय ले सकते हैं कि आपको अस्पताल में अलग रखे जाने की आवश्यकता है या नहीं। आइसोलेशन तब तक जारी रहता है जब तक कि आपके डॉक्टर यह न कहें कि आप संक्रमण से मुक्त हैं या जब तक जांच परिणामों के माध्यम से इस बात की पुष्टि नहीं हो जाती है अब आपके शरीर में COVID-19 नहीं है।

'होम क्वारेंटाइन' का क्या अर्थ होता है?

यदि आपके डॉक्टर आपको कहते हैं कि आप बीमार नहीं हैं, लेकिन यदि आप किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आए हैं, तो आपको क्वारेंटाइन में जाना चाहिए। आपको घर पर रहना चाहिए, लेकिन होम क्वारेंटाइन होम आइसोलेशन की तरह सख्त नहीं है।

होम क्वारेंटाइन का अर्थ है कि आपको अधिक से अधिक जितना हो सके, अपने संपर्क को कम करना चाहिए, लेकिन आपको पूरी तरह से अलग रहने का आवश्यकता नहीं है। आपको स्कूल या कार्य स्थल पर नहीं जाना चाहिए या कोई अन्य कार्यकलाप नहीं करना चाहिए और आपको पब्लिक ट्रांसपोर्ट (बस, ट्राम, अंडरग्राउंड, ट्रेन, एयर या फेरी) से यात्रा नहीं करनी चाहिए, लेकिन आप खुद से पैदल जा सकते हैं।

Informasjon til deg som har fått beskjed om å holde deg hjemme

Språk: Hindi / हिन्दी,

Opprettet: 03/2020 Oppdatert:



Norwegian Institute of Public Health

यदि आप खांसना शुरू करते हैं, गले का संक्रमण बढ़ने लगता है या बुखार या सांस लेने में कठिनाई होने लगती है, तो अपने डॉक्टर को फोन से संपर्क करें। होम क्वारेंटाइन संक्रमण के संपर्क में आ जाने के बाद 14 दिनों का रहता है।

अपडेट रखें!

सरकार नॉर्वे के हरेक लोगों से www.fhi.no और www.helsenorge.no पर कोरोनावायरस के बारे में दी गई महत्वपूर्ण जानकारी और सलाह को पढ़ने के लिए कह रही है। इस सलाह को नियमित रूप अपडेट किया जाता है। यह जानकारी नॉर्वेजियन और अंग्रेजी दोनों ही भाषाओं में उपलब्ध है। यदि आपको किसी भी चीज को समझने में कठिनाई हो रही है, तो कृपया ऐसे व्यक्ति से सहायता मांगें जिसे आप जानते हैं।