

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 16.06.20

उन सभी के लिए जिन्हें क्वारेंटाइन में या घर पर रहने के लिए कहा गया है

अधिकांश लोग जिनमें कोरोनावायरस रोग (COVID-19) प्रारंभ होता है, वे केवल सामान्य लक्षण से पीड़ित होते हैं, लेकिन कुछ लोग बहुत ही बीमार हो सकते हैं। इसी वजह से हम पूरे देश में संक्रमण के प्रसार को कम करने का प्रयास कर रहे हैं। कुछ लोगों को उनके डॉक्टर द्वारा घर पर रहने के लिए कहा गया 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।
- दूसरे देशों से नॉर्वे लौट रहे लोगों को भी 'क्वारेंटाइन' में रहना चाहिए।

'होम आइसोलेशन' का क्या अर्थ होता है?

यदि 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 116 117 पर 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।

'क्वारेंटाइन' का क्या अर्थ होता है?

यदि 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। यही बात तब भी लागू होती है जब आप दूसरे कई देशों से नॉर्वे लौट रहे हैं। आपको घर पर या किसी उपयुक्त स्थान पर रहना चाहिए, लेकिन होम क्वारेंटाइन होम आइसोलेशन की तरह सख्त नहीं है।

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 कार्यक्रम नहीं करना चाहिए। 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,



Norwegian Institute of Public Health

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 16.06.20

यदि आप खांसना शुरू करते हैं, गले का संक्रमण बढ़ने लगता है या बुखार या सांस लेने में कठिनाई होने लगती है, तो फोन पर 116 117 नंबर पर डॉक्टर से संपर्क करना महत्वपूर्ण है। नॉर्वे में COVID-19 की जाँच निःशुल्क है। क्वारेन्टाइन, नॉर्वे पहुँचने के बाद या सबसे हाल ही में संक्रमित होने के बाद 10 दिनों तक चलता है।

**अपडेट रखें!**

सरकार का कहना है कि नॉर्वे का हर एक व्यक्ति [www.fhi.no](http://www.fhi.no) और [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no) पर कोरोनावायरस के बारे में दी गई महत्वपूर्ण जानकारी और सलाह को पढ़े। इस सलाह में बदलाव हो सकता 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।