MINISTRY OF HEALTH AND MEDICAL SERVICES

कोविड-19 दैनिक सलाह शुक्रवार सत्ताईस मार्च, दो हज़ार बीस

फीजी में कोविड-19 के फिलहाल पाँच मामलों की पुष्टी हुई है। अगर इसमें कोई बदलाव हुआ, तो सरकार जल्द से जल्द इसकी जानकारी जनता को देगी। अलग रहना और क्वारंटीन प्रोसेसस के बीच फर्क समझना बहुत ज़रूरी है।

• बीमार लोगों को उन लोगों से अलग रखा जाता है जो बीमार नहीं हैं। लोगों को घर पर, कोमिउनिटी आयसोलईशन फेसिटी में या किसी आयसोलईशन सेन्टा में अलग रखा जा सकता है।

किसे अलग रखा जाता है?
जो व्यक्ति बीमार है और जो वायरस का शिकार हो चुका है
- जबकि वह पिछले चौदह दिनों में एक ऐसे देश से आया है जहाँ यह बीमारी फैली हुई है।
- जबकि वह ऐसे लोगों के सीधा सम्पर्क में आ चुका है जिन्हें यह बीमारी होने की पुष्टी हो चुकी है।

• क्वारंटीन ऐसे लोगों को अलग करता है जो ठीक हैं लेकिन शायद वायरस के शिकार हो चुके होंगे। यह देखने के लिए उन्हें अलग किया जाता है कि क्या वे बीमार पड़ते हैं। लोगों को घर पर चौदह दिनों के लिए क्वारंटीन किया जायेगा और उनसे अन्य लोगों से दूर रहने की आशा की जा रही है। इस बीमारी के लक्षण नज़र आने पर इन्हें नीचे दिए गए किसी एक नम्बर पर कोल करना चाहिए।

इस बीमारी को फैलने से रोकने में मदद करने के लिए, यह ज़रूरी है कि नीचे बताए जा रहे नियमों का सख्त रूप से पालन किया जाए।

कोविड-19 से अपने आपको बचाने के लिए मैं क्या कर सकता हूँ?
• समय समय से अपने हाथ साबुन पानी से धोएं या एल्कोहोल से हाथ रगड़ें।
• आँख, नाक और मुँह छूने से बचें।
• अपने और जो लोग खास या छींक रहे हैं उनके बीच कम से कम एक मिटर की दूरी बनाए रखें।
• खास्ते या छींकते वक्त अपने मुँह नाक टिशु या कोहिनी से ढाकें।
• कोविड-19 को लेकर अफवाह या गलत जानकारी न शेया करें। स्वास्थ्य मंत्रालय के वेबसाईट ***http://www.health.gov.fj*** या मंत्रालय के ओफिशियल फईसबुक पईज या डब्लू हइच औ के वेबसाईट ***www.who.int*** से जानकारी हासिल करें।

अगर आप पिछले चौदह दिनों में इस बीमारी के शिकार किसी व्यक्ति के सम्पर्क में आए हैं या ऐसे देश से लौटे हैं जहाँ यह बीमारी है, और आपको बुखार लग रहा है, खासी आ रही है, गले में दर्द है या साँस लेने में दिक्कत हो रही है, नीचे दिए जा रहे किसी एक नम्बर पर तत्काल कोल कीजिए।

डाक्टर के पास जाने से पहले, कृप्या कोल कर दीजिए ताकि अन्य मरीज़ों को दूर कर दिया जाए जिससे उन तक यह बीमारी फैलने का खतरा कम हो जाए।

केन्द्रिए विभाग का नम्बर है 2219905
पूर्वी विभाग का नम्बर है 2219906
पश्चिमी विभाग का नम्बर है 2219907
उत्तरी विभाग का नम्बर है 2219908