

کووڈ-19

کیا آپ جانتے ہیں؟



آپ سب کو معلوم ہونا چاہیے

کووڈ-19 کی اہم علامات



بخار



کھانس



سانس لیننے میں دشواری



جسم میں درد



ذائقے اور سونکھنے کی
حس میں کمی

ترمی کارویہ اپنائیں

ہر شخص کووڈ-19 کا شکار ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کے خاندان کا کوئی فرد یادوں کووڈ-19 کا شکار ہے تو اس کا خیال رکھنا اور مناسب دیکھ بھال اور اسے ذمہ داری ہے۔



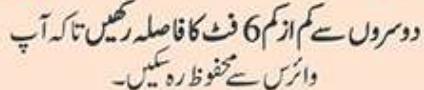
کووڈ-19 ایک سانس کی وبا یا بیماری ہے اور اگر ہم اس سے بچنے کے لئے خانقی اقدامات نہ اٹھائیں تو یہ ایک سے دوسرے ٹھنڈھ تک با آسانی منتقل ہو سکتی ہے۔ مناسب دیکھ بھال اور احتیاط سے بہت سے لوگ اس بیماری سے صحت یاب ہو سکتے ہیں۔

کووڈ-19 سے کیسے بچا جائے؟

عوامی مقامات پر درست طریقہ سے صاف ماںک پہن کر جائیں۔



صابون اور صاف پانی سے اپنے پاتھر با قاعدگی سے دھوئیں یا پھر ہاتھوں کو جراشیم سے پاک کرنے والا محلوں (سینینیا نزد) استعمال کریں۔



دوسروں سے کم از کم 6 فٹ کا فاصلہ رکھیں تاکہ آپ وائرس سے تنفس زرہ سکیں۔

سفر اور ہجوم والی بڑی تقریبات سے پرہیز کریں، کیونکہ اس سے کووڈ-19 کے پھیلاؤ میں اضافہ ہو سکتا ہے۔



علامات ظاہر ہونے کی صورت میں فوری طور پر میسٹ کرائیں اور اپنے معانج سے خود کو دوسروں سے الگ رکھنے اور علامات پر نظر رکھنے کے بارے میں مشورہ لیں۔ کووڈ-19 کا میسٹ آسان، تیری اور حفظ ہے۔



درست اور غلط معلومات میں فرق کرنا اور معلومات کے قابل اعتماد ذرائع کا استعمال بے حد ضروری ہے۔ غلط معلومات پر یقین کرنا اور اسے آگے پھیلانا وائرس کے مزید پھیلاؤ کا باعث بنتا ہے۔



مزید معلومات
کے لئے 1166
پر رابطہ کریں



European Union
Civil Protection and
Humanitarian Aid

یونیسف
برچیلے کے لئے

عالیٰ اور اہم ساحت
برچیلے کے لئے