Ontario

स्वास्थ्य मंत्रालय

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19)

31 दिसंबर 2019 को वुहान,चीन में स्वास्थ्य अधिकारियों ने तशख़ीस ना किए गए वाइरल निमोनिया के मामलों की सूचना दी। कारण की पुष्टि, 2019 नॉवल कोरोनावाइरस या COVID-19 के नाम से जाने वाले एक नए कोरोनावाइरस के रूप में हुई जो पहले मनुष्यों में कभी नहीं पाया गया था।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19) क्या है?

कोरोनावाइरस वायरसों का एक बड़ा परिवार है जो आम जुखाम से लेकर सांस संबंधी और गंभीर बीमारियों जैसे कि ब्रौंकाइटिस, निमोनिया या सीवियर अक्यूट रेस्पिरेटरी सिंड्रोम (severe acute respiratory syndrome, SARS) का कारण बन सकता है।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19) के कारण श्वास प्रश्वास संबंधी संकम्रण होता है जो हुबे प्रांत (वुहान) चीन से उत्पन्न हुआ ।

इस संक्रमण के पहले संभावित मामले की पहचान ओंटैरियो में 25 जनवरी 2020 को हुई।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस के बारे में ज़्यादा जानने के लिए ontario.ca/coronavirus पर जाएँ।

लक्षण क्या हैं?

लक्षण हल्के – जैसे कि फ्लू और श्वास प्रश्वास संबंधी अन्य साधारण संक्रमणों - से गंभीर तक होते हैं और इसमें शामिल हो सकते हैं:

- बुखार
- खाँसी
- सांस लेने में मुश्किल

2019 नॉवल कोरोनावाइरस से होने वाली समस्याओं में गंभीर अवस्थाएँ जैसे कि निमोनिया या गुर्दों का खराब होना, और कुछ मामलों में, मौत, शामिल हो सकती है।

अगर आपके लक्षण आम जुखाम (उदाहरण के लिए बुखार, खाँसी, सांस लेने में परेशानी) से बदतर महसूस होते हैं और आप ने लक्षणों की शुरुआत से 14 दिनों के अंदर किसी प्रभावित क्षेत्र1 तक यात्रा की है तो टेलीहेल्थ ओंटैरियो को 1-866-797-0000 पर पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से सम्पर्क करें। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations. aspx) । अपने लक्षणों तथा अपने द्वारा यात्रा किए गए देशों सहित, अपने यात्रा के इतिहास का ज़िक्र ज़रूर करें।

यदि आप किसी प्रभावित क्षेत्र से वापस लौटते हैं, तो आपको 14 दिनों तक स्वयं को अलग रखने की आवश्यकता हो सकती है। आप अपनी यात्राओं के दौरान 2019 नोवेल कोरोनावाइरस से सम्पर्क में आ गए हो सकते हैं, और घर पर रहना तथा अन्य लोगों के साथ सम्पर्क को सीमित करना इसके और फैलने को रोकने मे सहायक हो सकता है। सलाह के लिए कृपया अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) से संपर्क करें।

अगर आपको तुरंत मेडिकल तवज्जो की ज़रूरत है तो 911 को कॉल करें और अपनी यात्रा के इतिहास और लक्षणों के बारे में बताएं।

वाइरस कैसे फैलता है?

कोरोनावाइरस मुख्य रूप से नज़दीक संपर्क के द्वारा एक व्यक्ति से दूसरे तक फैलते हैं, उदाहरण के लिए, एक घर, काम करने की जगह और सेहत संभाल सेटर में।

मैं 2019 नॉवल कोरोना वाइरस के विरुद्ध अपनी रक्षा कैसे कर सकता/ती हूँ?

2019 नॉवल कोरोनावाइरस के विरुद्ध रक्षा करने के लिए कोई वैक्सीन उपलब्ध नहीं है।
सांस संबंधी बीमारियाँ फैलाने वाले किटाणुओं को फैलने से रोकने में सहायता करने के लिए कुछ रोज़मर्रा के काम हैं। वाइरस से संपर्क को घटाने और अपने स्वास्थ्य को सुरक्षित रखने के लिए यह रोज़मर्रा कदम उठाएँ: :

- अपने हाथों को अक्सर साबुन तथा पानी या अल्कोहल आधारित हाथ साफ करने वाले सैनिटाइज़र से धोएँ
- अपने कपड़े की बांह में छींकें तथा खाँसें
- अपनी आँखों, नाक और मुंह को छूने से बचें

[1] वर्तमान प्रभावित क्षेत्रों के लिए कृपया Ontario.ca/coronavirus देखें।

- बीमार लोगों के साथ संपर्क से बचें
- अगर आप बीमार हैं तो घर पर रहें

अगर आप किसी ऐसी जगह की यात्रा कर रहे हैं जो कोरोनावाइरस के मामले पाए जाने के लिए ज्ञात है तो इनसे बचना निश्चित करें :

- ज़्यादा जोखिम वाले क्षेत्र जैसे फार्म्स, जीवित जानवरों वाले बाज़ार, और ऐसे क्षेत्र जहां संभव है जानवरों को मारा जाता है
- सूअरों, बतखों और जंगली पक्षियों सहित जानवरों (ज़िंदा या मरे हुए) से संपर्क
- ऐसे सतह जिन पर जानवरों की लीद या स्राव हो

क्या मुझे 2019 नॉवल कोरोनावाइरस के लिए इलाज मिल सकता है?

कोरोनावाइरसों के लिए कोई विशिष्ट इलाज नहीं है और ऐसी कोई वैक्सीन नहीं है जो कोरोनावाइरसों के विरुद्ध रक्षा करती है। साधारण मानव कोरोनावाइरस बीमारियों वाले अधिकतर लोग अपने आप ठीक हो जाएंगे ।

आपको :

- अधिक मात्रा में तरल पदार्थ पीने चाहिएँ
- जितना हो सके आराम करना और सोना चाहिए
- गले में खराश या खाँसी में मदद के लिए ह्युमीडिफायर या गरम शावर आज़माना चाहिए

अगर मैं यात्रा के दौरान या मेरे लौटने के बाद बीमार महसूस करता/ती हूँ तो क्या?

यदि आप यात्रा करते समय या लौटने के बाद बीमार हो जाते हैं, तो दूसरों के साथ संपर्क से बचें और टेलीहेल्थ ओंटैरियो को 1-866-797-0000 पर पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से संपर्क करें। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations. aspx)। उनको बताएं:

- आपके लक्षण
- आपने कहाँ यात्रा कर रहे थे या रह रहे हैं

- यदि जानवरों के साथ आपका सीधा संपर्क (उदाहरण के लिए, आप किसी जीवित जानवरों वाले बाज़ार में गए हों) या एक बीमार व्यक्ति से करीबी संपर्क हुआ है

अगर आप कनाडा तक अपनी फ्लाइट में या पहुँचने पर बीमार महसूस करते हैं तो फ्लाइट अटेंडेंट या कैनेडियन बॉर्डर सर्विसिज़ के एक अफसर को बताएं।
travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china पर 2019 नॉवल कोरोनावाइरस से संबंधित ट्रैवल एड्वाइज़कियां के बारे में और जानें।

अगर मैं सोचता/ती हूँ की मुझे वाइरस है तो मुझे क्या करना चाहिए?

अगर आप 2019 नॉवल कोरोनावाइरस के लक्षण विकसित कर लेते हैं तो मेडीकल सलाह के लिए टेलीहेल्थ ओंटैरियो को 1-866-797-0000 पर पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से संपर्क करें। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations. aspx) ।

अपने लक्षणों तथा अपने द्वारा यात्रा किए गए देशों सहित, अपने यात्रा के इतिहास का ज़िक्र ज़रूर करें।

अगर आपको तुरंत मेडिकल तवज्जो की ज़रूरत है तो 911 को कॉल करें और अपनी यात्रा के इतिहास और लक्षणों के बारे में बताएं।