આરોગ્ય મંત્રાલય

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19)

31 ડિસેમ્બર, 2019 ના રોજ, ચીનના વુહાનમાં આરોગ્ય અધિકારીઓ દ્વારા નિદાન થયા વગરના વાયરલ ન્યુમોનિયાના કેસ નોંધાયા હતા. તેના કારણ બાબતે એક નવો કોરોનાવાયરસ હોવાની પુષ્ટિ કરવામાં આવી હતી, જેને 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ અથવા COVID-19 તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જે અગાઉ માનવોમાં ઓળખાયા ન હતા.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19) શું છે?

કોરોનાવાયરસ એ વાયરસનો એક મોટો પરિવાર છે જે સામાન્ય શરદીથી લઈને શ્વાસનળીનો સોજો, ન્યુમોનિયા અથવા ગંભીર તીવ્ર શ્વસન સિન્ડ્રોમ (SARS) જેવા શ્વસન ચેપથી માંદગી સુધીની બીમારીઓનું કારણ બની શકે છે.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19) એ શ્વસન ચેપનું કારણ બને છે જેનો ઉદ્ભવ ચીનના હુબેઇ પ્રાંત (Wuhan) માં થયો હતો.

ઑન્ટારીયોમાં આ ચેપનો પ્રથમ ગર્ભિત કેસ 25 જાન્યુઆરી, 2020 ના રોજ ઓળખાયો હતો.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ વિશે વધુ જાણવા માટે Ontario.ca/coronavirus **ની મુલાકાત લો.**

લક્ષણો શું છે?

લક્ષણો ફ્લૂ અને અન્ય સામાન્ય શ્વસન ચેપ જેવા હળવાથી લઈને ગંભીર સુધી હોય છે અને તેમાં આ શામેલ હોઈ શકે છે:

- તાવ
- ઉધરસ
- શ્વાસ લેવામાં તકલીફ

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસથી થતી જટિલતાઓમાં ન્યુમોનિયા અથવા કિડનીની નિષ્ફળતા જેવી ગંભીર પરિસ્થિતિઓ અને કેટલાક કિસ્સાઓમાં મૃત્યુનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

જો તમારા લક્ષણો સામાન્ય શરદી કરતા વધુ ખરાબ લાગે છે (ઉદાહરણ તરીકે, તાવ, ઉધરસ, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ) **અને** તમે અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાં[1] લક્ષણ શરૂ થયાના 14 દિવસની અંદર મુસાફરી કરી છે, તો 1-866-797-0000 પર ટેલિહેલ્થ ઑન્ટારિયોને કોલ કરો અથવા તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) નો સંપર્ક કરો. તમે મુલાકાત લીધેલા દેશો સહિત, તમારા લક્ષણો અને તમારા પ્રવાસ ઇતિહાસનો ઉલ્લેખ કરવાની ખાતરી કરો.

જો તમે અસરગ્રસ્ત વિસ્તારથી પાછા ફરો, તો તમારે 14 દિવસ માટે પોતાને અલગ રાખવાની જરૂર પડી શકે છે. તમારી મુસાફરી દરમ્યાન તમે 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસથી સંપર્કમાં રહ્યા હોઈ શકો છો અને ઘરે રહીને અને અન્ય લોકો સાથે સંપર્ક મર્યાદિત રાખવાથી વધુ પ્રસરતો અટકાવવામાં મદદ મળી શકે છે. સલાહ માટે કૃપા કરી તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) નો સંપર્ક કરો.

જો તમને તાત્કાલિક તબીબી સહાયની જરૂર હોય તો તમારે 911 પર કોલ કરવો જોઈએ અને તમારા મુસાફરીના ઇતિહાસ અને લક્ષણોનો ઉલ્લેખ કરવો જોઈએ.

વાયરસ કેવી રીતે ફેલાય છે?

કોરોનાવાયરસ મુખ્યત્વે એક વ્યક્તિથી બીજા વ્યક્તિમાં નજીકના સંપર્ક દ્વારા ફેલાય છે, ઉદાહરણ તરીકે, ઘરમાં, કાર્યસ્થળ પર અથવા આરોગ્ય સંભાળ કેન્દ્રમાં.

[1] કૃપા કરીને વર્તમાન અસરગ્રસ્ત વિસ્તારો માટે Ontario.ca/coronavirus નો સંદર્ભ લો.

હું 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ સામે મારી જાતને કેવી રીતે સુરક્ષિત કરી શકું?

2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ સામે રક્ષણ આપવા માટે કોઈ રસી ઉપલબ્ધ નથી.

એવી રોજિંદી ક્રિયાઓ છે જે શ્વસન બિમારીઓ પેદા કરતાં જીવાણુઓના ફેલાવાને રોકવામાં મદદ કરી શકે છે. વાયરસના સંસર્ગને ઘટાડવા અને તમારા સ્વાસ્થ્યને સુરક્ષિત રાખવા માટે આ રોજિંદા પગલાં લો:

- તમારા હાથને વારંવાર સાબુ અને પાણી અથવા આલ્કોહોલ આધારિત હેન્ડ સેનિટાઈઝરથી ધોઈ લો
- ઉધરસ અને છીંક તમારી બાંયમાં કરો
- તમારી આંખો, નાક અથવા મોંનો સ્પર્શ કરવાનું ટાળો
- બીમાર લોકો સાથે સંપર્ક ટાળો
- તમે બીમાર હો તો ઘરે જ રહો

જો તમે કોઈ એવા ક્ષેત્રની મુસાફરી કરી રહ્યા છો જે જાણીતા કોરોનાવાયરસના કેસ ધરાવે છે, તો આટલું ટાળવાનું ભૂલશો નહીં:

- ઉચ્ચ જોખમવાળા ક્ષેત્રો જેવા કે ખેતરો, જીવંત પ્રાણી બજારો અને એવા ક્ષેત્ર કે જ્યાં પ્રાણીઓની કતલ થઈ શકે
- ડુક્કર, ચિકન, બતક અને જંગલી પક્ષીઓ સહિતના પ્રાણીઓ (જીવંત અથવા મૃત) સાથે સંપર્ક
- પ્રાણીના મળ અથવા સ્ત્રાવ ધરાવતી સપાટીઓ

Ontario

શું હું 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસની સારવાર મેળવી શકું છું?

કોરોનાવાયરસ માટે કોઈ વિશિષ્ટ સારવાર નથી, અને એવી કોઈ રસી નથી જે કોરોનાવાયરસ સામે રક્ષણ આપે છે. સામાન્ય માનવ કોરોનાવાયરસ બીમારીઓવાળા મોટાભાગના લોકો તેમની જાતે જ સ્વસ્થ થઈ જશે.

તમારે:

- પ્રવાહી પુષ્કળ પીવું જોઈએ
- શક્ય તેટલો વધુ આરામ કરો અને ઊંઘ લો
- ગળાના દુખાવામાં અથવા ખાંસીમાં મદદ માટે હ્યુમિડિફાયર અથવા ગરમ પાણીથી સ્નાન અજમાવો

જો મને મુસાફરી કરતી વખતે અથવા પાછા ફર્યા પછી બીમાર અનુભવાય તો?

જો તમે મુસાફરી કરી રહ્યા હોવ ત્યારે અથવા પાછા ફર્યા પછી બીમાર થાઓ છો, તો બીજાઓ સાથે સંપર્ક ટાળો અને ટેલિહેલ્થ ઑન્ટારિયોને 1-866-797-0000 પર કોલ કરો અથવા (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) પર તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમનો સંપર્ક કરો. તેમને આટલું જણાવો:

- તમારા લક્ષણો
- તમે ક્યાં મુસાફરી કરી છે અથવા રહો છો
- જો તમારો પ્રાણીઓ સાથે સીધો સંપર્ક થયો હોય (ઉદાહરણ તરીકે, જીવંત પ્રાણી બજારની મુલાકાત લીધી હોય) અથવા બીમાર વ્યક્તિ સાથે નજીકનો સંપર્ક થયો હોય

Ontario

જો તમને કેનેડાની ફ્લાઇટ દરમિયાન અથવા આગમન સમયે બીમાર અનુભવાય, તો ફ્લાઇટ એટેન્ડન્ટ અથવા કેનેડિયન બોર્ડર સર્વિસ અધિકારીને જાણ કરો.

2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસથી સંબંધિત મુસાફરી સલાહ વિશે અહીં જાણો: travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

જો મને લાગે છે કે મને વાયરસ છે તો મારે શું કરવું જોઈએ?

જો તમને 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસના લક્ષણો વિકસિત થાય, તો તબીબી સલાહ માટે 1-866-797-0000 પર ટેલિહેલ્થ ઑન્ટારિયોને કોલ કરો અથવા તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમનો સંપર્ક કરો (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

તમે મુલાકાત લીધેલા દેશો સહિત, તમારા લક્ષણો અને તમારા પ્રવાસ ઇતિહાસનો ઉલ્લેખ કરવાની ખાતરી કરો.

જો તમને તાત્કાલિક તબીબી સહાયની જરૂર હોય, તો 911 પર કોલ કરો અને તમારા મુસાફરીના ઇતિહાસ અને લક્ષણોનો ઉલ્લેખ કરો.