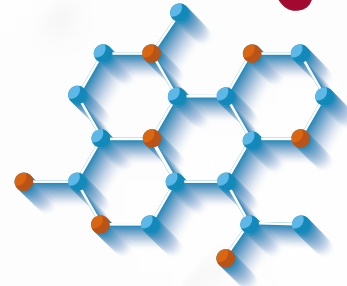


കൊറോണാ വൈറസ് രോഗത്തിൽ (കോവിഡ്-19) നിന്നും സ്വയം സംരക്ഷിക്കാൻ ഞാൻ എന്തു ചെയ്യണം?



ഈ സമയത്ത് പൊതുജനങ്ങൾ സ്വീകരിക്കേണ്ട നിശ്ചിത നടപടികളൊന്നും ഈ സമയത്ത് നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ലെങ്കിലും, മാതൃക അണുബാധ തടയാൻ നിയന്ത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങൾ പാലിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെ കുറിച്ച് ജനങ്ങളെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. ഇതിൽ ക്രമമായ കൈ ശുചിത്വവും, ചുമയ്ക്കുകയും തുമ്മുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ വായും മൂക്കും അടച്ചുപിടിക്കുന്നതും ഉൾപ്പെടുന്നു, വിശേഷിച്ചും ശൈത്യകാലത്ത് മറ്റ് ശ്വസന വൈറസുകൾ സാധാരണമായിരിക്കുന്നതിനാൽ. ചുമയും തുമ്മലും പോലെയുള്ള ശ്വസനസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളുടെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കുന്ന ആരുമായുമുള്ള അടുത്ത സമ്പർക്കം ആളുകൾ ഒഴിവാക്കണം.



നോമ്പൽ കൊറോണാ വൈറസ് (കോവിഡ്-19) സംബന്ധിച്ച കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് www.moph.gov.qa സന്ദർശിക്കുക അല്ലെങ്കിൽ 16000 എന്ന നമ്പരിലേക്ക് വിളിക്കുക