COVID-19 का बिरामीलाई घरमा कसरी स्याहार गर्ने (How to care for a COVID-19 patient at home)

सम्भव भएसम्म, बिरामी व्यक्तिलाई छुट्टै शयनकक्ष तथा शौचालयको व्यवस्था गर्नुहोस्।

घरमा अतिथिहरू आउनु हुँदैन।

सम्भव भएसम्म सङ्क्रमित व्यक्तिसँग सामाजिक दूरी कायम गर्नुहोस्।

बिरामी व्यक्तिलाई अरुको खाना बनाउन नदिनुहोस् र बिरामी व्यक्तिलाई खाना बनाउन अर्कै ठाउँ छुट्याउनुहोस् वा कम्तीमा पनि छुट्टै समयमा खाना बनाउन लगाउनुहोस्। खानपिनको काम सकेपछि सबै सतहहरू सफा गर्न लगाउनुहोस्।

बिरामी व्यक्तिले प्रयोग गरेका भाडाकुँडा, पानी पिउने गिलाँस, कप, खाने भाडा, रुमाल र सिरानी जस्ता घरका सामानहरू प्रयोग नगर्नुहोस्।

साबुन र मनतातो पानीले बारम्बार हात धुनुहोस्।

सबै सतहहरू र विशेष गरी ह्याण्ड रेल, ढोकाको चुकुल, धारा, शौचालय र अन्य धेरै छोइने वस्तुहरूलाई बारम्बार स्यानिटाइज गर्नुहोस्।

आफ्ना प्रियजनहरूलाई खोक्दा वा हाच्छिउँ गर्दा हातले नभएर पाखुराले छोप्न लगाउनुहोस् र जतिबेला पनि स्वाश-प्रश्वाससम्बन्धी असल आचरणहरू पालना गर्ने सल्लाह दिनुहोस्।

आफूमा लक्षणहरू देखिन्छन् कि भनी निगरानी राख्नुहोस् र ahs.ca/covid मा गई तपाईंले COVID-19 को परीक्षण गराउनु पर्छ कि पर्दैन भनेर स्व-मूल्याङ्कन गर्नुहोस्।