

## COVID-19 के लिए पाज़िटिव / प्रारंभिक रूप से पाज़िटिव परीक्षित किए गए और अस्पताल या आइसोलेशन सुविधा में प्रवेश के लिए प्रतीक्षारत व्यक्तियों के लिए स्वास्थ्य सलाह

यदि आपका न्यूक्लिक एसिड परीक्षण प्रारंभिक रूप से पाज़िटिव है (नोट देखें), तो आपको एक SMS सूचना प्राप्त होगी।

कृपया शांत रहें और धैर्यपूर्वक घर पर प्रतीक्षा करें। सरकार आपको अस्पताल या आइसोलेशन सुविधा में भर्ती करने की व्यवस्था करेगी।

दूसरों (घर के सदस्यों और जनता) को वायरस के संचरण के जोखिम को कम करने के लिए, कृपया घर पर प्रतीक्षा करते समय निम्नलिखित संक्रमण नियंत्रण सलाह पर ध्यान दें।

*नोट:*

"प्रारंभिक पाज़िटिव" गहरे गले की लार (DTS), गले और नाक का संयुक्त स्वाब (CTNS), नासोफेरीजल (नासा-ग्रसनी) स्वाब या मल के नमूनों आदि के न्यूक्लिक एसिड परीक्षण के परिणाम को संदर्भित करता है।

यदि आपने केवल रैपिड एंटीजन टेस्ट (RAT) लिया है और यह पाज़िटिव है, तो संभावना है कि आप COVID-19 से संक्रमित हैं। हालाँकि, पुष्टि के लिए आपको एक COVID-19 न्यूक्लिक एसिड परीक्षण लेना होगा। सावधानी के लिए, आपको घर पर प्रतीक्षा करते समय निम्नलिखित सलाह का भी ध्यान रखना चाहिए।

### 1.1 निवास का स्थान

- न्यूक्लिक एसिड परीक्षण के लिए पाज़िटिव / प्रारंभिक रूप से पाज़िटिव परीक्षित किए गए व्यक्ति को अस्पताल में प्रवेश या आइसोलेशन सुविधा की प्रतीक्षा करते समय निवास स्थान पर रहने की आवश्यकता है। बेहतर होगा कि वह अपने कमरे में रहे। दरवाजा बंद रखें और जहां तक संभव हो घर के अन्य सदस्यों के साथ आमने-सामने संपर्क से बचें।
- कोई अन्य व्यक्ति (व्यक्तियों)(जैसे दोस्त, रिश्तेदार और साथ में नहीं रहने वाले व्यक्ति) को उसके कमरे या निवास स्थान में प्रवेश नहीं करना चाहिए
- जहां तक संभव हो खिड़कियां खुली रखकर जगह को अच्छी तरह हवादार बनाये रखें। कमरे में एयर प्यूरीफायर (हवा को साफ़ करने की मशीन) लगाना अधिक उत्तम है।

### 1.2 व्यक्तिगत स्वच्छता

- जब व्यक्ति को अपने कमरे से बाहर निकलने की आवश्यकता हो तो सही फिट का सर्जिकल मास्क अच्छी तरह से पहनें।
- घर के अन्य सदस्यों के साथ खाना खाने या निजी सामान साझा करने से बचें।
- बार-बार हाथ साफ करें और खांसी के शिष्टाचार का पालन करें।

### 1.3 पर्यावरण और शौचालय स्वच्छता

- 1 में 49 पतले घरेलू ब्लीच (5.25% सोडियम हाइपोक्लोराइट युक्त 10 मिली ब्लीच को 490 मिली पानी में मिलाकर) से रोजाना घर के वातावरण को साफ और कीटाणुरहित करें, 15-30 मिनट के लिए छोड़ दें और फिर पानी से साफ करें। धातु की सतह के लिए, 70% अल्कोहल के साथ कीटाणुरहित करें।
- यदि श्वसन स्राव, उल्टी या मल से स्थान दूषित होते हैं, तो दिखने वाले पदार्थ को साफ करने के लिए मजबूत शोषक फेंकने वाले (डिस्पोजेबल) तौलिये का उपयोग करें। फिर सतह और आस-पास के क्षेत्र को कीटाणुनाशक से कीटाणुरहित करें। गैर-धातु की सतह के लिए, 1 में 4 पतले घरेलू ब्लीच (5.25% सोडियम हाइपोक्लोराइट युक्त 10 मिली ब्लीच को 40 मिली पानी में मिलाकर) के साथ कीटाणुरहित करें, 10 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर पानी से साफ करें। धातु की सतह के लिए 70% अल्कोहल के साथ कीटाणुरहित करें।
- जहां तक संभव हो निर्धारित शौचालय का प्रयोग करें। यदि यह संभव नहीं है, तो प्रत्येक उपयोग के बाद शौचालय को साफ और कीटाणुरहित करने की आवश्यकता है। शौच के बाद 1 में 4 पतले घरेलू ब्लीच के साथ शौचालय के आंत्र को साफ और कीटाणुरहित करें। वाशिंग बेसिन, यदि थूक या लार से दूषित हो तो 1 में 4 पतले घरेलू ब्लीच से साफ और कीटाणुरहित करें, जैसे कि मुँह धोने या दाँत साफ करने के बाद।
- फ्लश करने से पहले शौचालय का ढक्कन नीचे कर दें।
- शौच के बाद साबुन और पानी से हाथ धोएं।
- सप्ताह में एक बार प्रत्येक फर्श की नाली में लगभग आधा लीटर पानी डालें।

### 1.4 कचरा फेंकना

- कचरे को अच्छी तरह से लपेटा जाना चाहिए और फेंकने में मदद के लिए घर के सदस्य को दिया जाना चाहिए।
- बाद में हाथों को साफ करें।

### 1.5 लक्षणों के लिए ध्यान दें

- स्वास्थ्य की स्थिति की निगरानी करें और शरीर के तापमान को दिन में दो बार मापें।
- यदि आपको निम्नलिखित चेतावनी लक्षण हैं, तो 999 पर कॉल करें या सीधे दुर्घटना और आपातकालीन (A&E) सुविधा पर जाएं:

- सांस लेने में तकलीफ या हाँफना
  - बोलने या चलने-फिरने में परेशानी
  - सीने या पेट में दर्द या दबाव
  - चक्कर आना या भ्रम होना
  - दौरे
  - मांसपेशियों में बहुत अधिक दर्द
  - पेशाब नहीं आना
  - कमजोरी या अस्थिरता
  - भ्रूण की हलचल में कमी या बिलकुल नहीं होना (गर्भवती महिलाओं के लिए)
- इसके अलावा, COVID-19 पुष्टिकृत मामलों के लिए 7 नामित क्लीनिक 16 फरवरी से सक्रिय हैं, जो उन लोगों के लिए निदान और उपचार प्रदान करने में सहायता करते हैं जिन्हें उनके पाज़िटिव परिणामों के बारे में सूचित किया गया है, और संक्रमण के अपेक्षाकृत मंद लक्षण दिख रहे हैं (जैसे, बुखार, खांसी, गले में खराश) और जिन्हें अस्पतालों या आइसोलेशन सुविधाओं में प्रवेश की प्रतीक्षा करते हुए चिकित्सा सलाह की आवश्यकता है।

#### नामित क्लीनिक / A&E में जाना

- सही फिट का सर्जिकल मास्क पहनें।
- सीधे अस्पताल/क्लीनिक जाएं और जहां तक हो सके भीड़-भाड़ वाले सार्वजनिक परिवहन साधनों का उपयोग करने या रास्ते में सार्वजनिक स्थान पर रहने से बचें।

संक्रमण की पुष्टि होने पर आइसोलेशन सुविधाओं में प्रवेश के लिए प्रतीक्षारत लोगों की चिकित्सा संबंधी पूछताछ के लिए, कृपया "आइसोलेशन सुविधाओं में प्रवेश के लिए प्रतीक्षारत पुष्टिकृत मामलों की सहायता के लिए अस्पताल प्राधिकरण की COVID-19 हॉटलाइन पर कॉल करें" (1836 115)।

अधिक जानकारी के लिए, कृपया जाएं:

<https://www.chp.gov.hk/en/r/1363>



स्वास्थ्य संरक्षण केंद्र (स्वास्थ्य विभाग) और अस्पताल प्राधिकरण

(16 फरवरी 2022)

Hindi Version