

<रेड अलर्ट> सर्वसाधारणले अपनाउनु पर्ने नियम

[सर्वसाधारण जनता]

१. साबुन र बगि रहेको पानीले हात राम्ररी धुनुहोस् ।
२. खोकदा वा हाच्छिउँ आउदा बाहुलाले मुख र नाक छोप्नुहोस् ।
३. नधोएको हातले आखाँ, नाक र मुख नछुनुहोस् ।
४. अस्पताल वा क्लिनिक जादा मास्क लगाउनुहोस् ।
५. मान्छे धेरै हुने स्थानमा नजानुहोस् ।
६. ज्वरो आएका वा श्वासप्रश्वासमा समस्याका लक्षण (खोक लाग्ने तथा घाटि दुख्ने, आदि) देखा परेका व्यक्तिको सम्पर्कबाट टाढा बस्नुहोस् ।

[अति जोखिम समूह] : गर्भवती महिला, ६५ वर्ष नाघेका व्यक्ति, गम्भीर रोग लागेका विरामी

*मधुमेह, हार्ट फेलियर, जटिल श्वासप्रश्वासका रोग (दम, दीर्घकालीन अस्ट्रुक्टिभ पलमोनरी रोग), किडनी फेलियर, क्यान्सरका विरामी, आदि

१. मान्छे धेरै भेला हुने ठाउँमा नजानुहोस् ।
२. अस्पताल वा बाहिर जानै परेमा मास्क प्रयोग गर्नुहोस् ।

[लक्षण देखा परेका व्यक्ति] : ज्वरो आएका वा श्वासप्रश्वास समस्याका लक्षण (खोक लाग्ने तथा घाटि दुख्ने, आदि) देखा परेका व्यक्ति

१. विद्यालय वा अफिस नजानुहोस् । आफूलाई बाहिर जानबाट रोक्नुहोस् ।
२. घरमा मजाले आराम गर्नुहोस् र ३~४ दिन पछि लक्षणहरु हेर्नुहोस् ।
३. ३८ डिग्रिभन्दा धेरै ज्वरो आइ रहेमा वा लक्षण खराब हुँदै गएमा ①कल सेन्टर (☎९३३९, ☎एरिया कोड+९२०), स्वास्थ्य चौकिमा सोधपुछ गर्ने वा ② कोरोना भाइरसको लागि अलग्गै छुटाइएको स्वास्थ्य केन्द्रमा गएर उपचार गराउनुहोस् ।
४. अस्पताल जादा आफ्नो सवारी साधन प्रयोग गर्नुका साथै मास्क प्रयोग गर्नुहोस् ।
५. चिकित्सकलाई आफूले गरेको विदेश भ्रमण र श्वासप्रश्वासमा समस्या भएका व्यक्तिसँगको सम्पर्क बारे जानकारी दिनुहोस् ।

[दक्षिण कोरिया भित्र कोरोना भाइरस संक्रमित क्षेत्र]

१. बाहिर निस्कने र अन्य क्षेत्रमा जानबाट आफूलाई रोक्नुहोस् ।
२. आईसोलेशनमा भएका व्यक्तिले चिकित्सक र क्वारेन्टाइन केन्द्रले दिएको निर्देशन राम्ररी पालना गर्नुहोस् ।