করোনাভাইরাস প্রতিরোধে করণীয়

করোনাভাইরাস কীভাবে ছড়ায়
সারাদিন বাড়ির ভিতর, কোথায় সাদা মাথায় বা তাদের সংস্পর্শে আসলে।

করোনাভাইরাসের লক্ষণ

- কুয়াস (২০ ছোট্টের বেশি)
- অত্যাবশ্যক কোষ
- স্বাস্থ্য
- গভীর

করোনাভাইরাস সংক্রমণের বুকি রোধে করণীয়

1. ফুল ফুল হত সাবান ও পানি দিয়ে করপেক্ষা ২০ সেকেন্ড যাচ্ছে পরিহার করেন। হাতের হ্রাস স্যানিটাইজার ব্যবহার করতে পারেন।

2. যেখানে যেখানে কফ ও খুরি কোলিতে না। হাত দিয়ে নাক, মুখ ও পোশাক থেকে নির্দিষ্ট থাকুন।

3. গাইডের-সময় চিহ্ন যথাযথ কাপড় দিয়ে বা যাচ্ছে কোষ নাক-মুখে তেক ফেলুন। ব্যবহার চিহ্ন তৈরি মানানার পারে ফেলুন ও হত পরিহার করুন।

বিদেশের বাংলাদেশীদের জন্য করণীয়

1. বাড়িতে থাকুন
বিদেশ থেকে আসার পর করোনার ফোনে লক্ষ্য না থাকলেও ১৪ দিনের থেকে বাইরে যাওয়া থেকে বিচার থাকুন।

2. নির্জনে আলাদা রাখুন
বাড়িতে অন্যদের কাছ থেকে আলাদা থাকুন। তা সত্যিই হলে মাঝে যাচ্ছে কোষ এবং অন্যদের কাছ থেকে অত্যন্ত ও ফুল দূর থাকুন।

3. জনসংখ্যা এড়িয়ে চলুন
জনসংখ্যা (বাজার, সারাদিন অনুষ্ঠান, ধর্মীয় তোরণের, খেলাধুলা, সভা, গায়নের হল, মেলা ইত্যাদি) এবং গণপরিবহন এড়িয়ে চলুন।

করোনার লক্ষণ দেখা দিলে আইইডিসআর-এর হটলাইনে ফোন করুন

333, 01944333222 ও স্বাস্থ্য বাতায়ন-১৬২৬৩