# नोवल कोरोनावायरस बीमारी
# COVID-19

## COVID-19 क्या है?

COVID-19 एक नए या "नोवल" कोरोनावायरस से होने वाली एक श्वास संबंधी बीमारी है। कोरोनावायरस से श्वास संबंधी बीमारियाँ होती हैं, जैसे कि सामान्य सर्दी।

## यह कैसे फैलती है?

COVID-19 छींकते और खाँसते समय मुँह से निकलने वाली बूंदों से फैलती है। यह दूसरों के साथ निकट संपर्क के माध्यम से भी फैलती है, जिसमें हाथ मिलाना और भोजन या पीने वाली चीज़ें साझा करना शामिल है।

## इसके लक्षण क्या हैं?

COVID-19 के मुख्य लक्षण बुखार, खांसी और सांस लेने में तकलीफ हैं। कुछ लोगों को शरीर में दर्द और गले में खराश का भी अनुभव होता है।

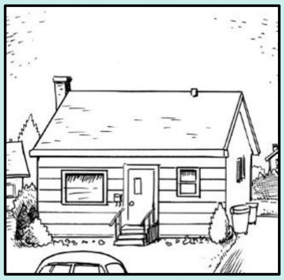
## इससे सबसे ज्यादा खतरा किसे है?

बुज़ुर्ग वयस्क, किसी भी आयु के लोग जिन्हें अन्य बिमारियाँ हैं, और गर्भवती महिलाओं को COVID-19 से गंभीर रूप से बीमार होने का अधिक खतरा हो सकता है।

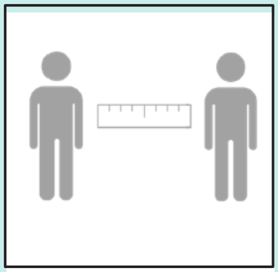
इस दस्तावेज़ का अनुरोध अलग प्रारूप में करने के लिए 1-800-525-0127 पर कॉल करें। बहरे या कम सुनने वाले ग्राहक, कृपया 711 (Washington Relay) पर कॉल करें या civil.rights@doh.wa.gov पर ई-मेल करें।

# अपनी और अपने समुदाय की रक्षा करें।

## जितना हो सके **घर पर रहें। खासकर अगर आप बीमार हैं।**



## **काम** पर या **किराना स्टोर** पर जा रहे हैं?



दूसरों से 6 फीट दूर रहें।

फेसमास्क पहनें।

अपने हाथ धोएं।

हैंड सेनिटाइज़र का उपयोग करें।

खाँसी और छींक आने पर अपना मुंह ढकें।

अपने घर में सतहों को साफ रखें।

डॉक्टर के पास जाने से पहले कॉल करें।

अपने मुंह, नाक या चेहरे को न छुएं।

## यदि आप COVID-19 के आपातकालीन चेतावनी संकेतों का अनुभव करते हैं तो **9-1-1 पर कॉल करें**

- साँस लेने में कठिनाई
- सीने में लगातार दर्द या दबाव
- अचानक व्याकुलता महसूस होना
- दूसरों को जवाब न दे पाना
- होठों या चेहरे पर नीलापन

**DOH.WA.GOV/Coronavirus** या **Coronavirus.wa.gov** पर जाएं, दुभाषिया सेवाओं के लिए **1-800-525-0127** पर कॉल करके **# दबाएं**, या अधिक जानकारी के लिए **211211 पर "Coronavirus" लिख कर भेजें।**