

मैंने जांच करवाई है। अब क्या?

द्रांसक्रिए

[[जोश भरा संगीत]

[कथन]

आपने कोविड-19 के लिए जांच करवाई है, यदि आपको आपकी जांच का परिणाम पॉजिटिव मिलता है तो आपको क्या करना चाहिए?

आपके द्वारा उपयोग किए जाने वाली जांच के प्रकार के बावजूद, एक पॉजिटिव जांच एक पॉजिटिव जांच ही होती है।

यदि आप अपनी जांच परिणाम पॉजिटिव प्राप्त करते हैं, तो आपको अलग रहना चाहिए, अर्थात घर पर रहें और दूसरों से दूर रहें। लक्षण न होने पर भी आपको कम से कम पांच दिनों तक अलग रहना होगा।

जब आप अलग रह रहे हों तब आपके साथ रहने वाले लोगों में कोविड-19 के प्रसार को रोकने के लिए, जब आप दूसरों के आसपास हों तब आपको घर पर एक अच्छी तरह से फिट होने वाला मास्क पहनना चाहिए।

यदि आप छठे दिन अच्छा महसूस करते हैं, तो आप अधिकांश गतिविधियां वापस करना शुरू कर सकते हैं। पांच और दिनों के लिए, दिन 10 तक:

- घर पर भी दूसरों के आसपास अच्छी तरह से फिट होने वाला मास्क पहनना जारी रखें।
- उन लोगों के आसपास न रहें जिन्हें कोविड-19 से बहुत बीमार होने का खतरा है।
- उन जगहों पर न जाएं जहां आपको अपना मास्क उतारने की आवश्यकता हो, जैसे रेस्तरां या जिम।
- यात्रा टालें।

अगर दिन 6 पर आप बीमार महसूस करते हैं, तो घर पर रहें जब तक कि ये बातें सच न हों:

- बुखार कम करने वाली दवा का उपयोग किए बिना आपको कम से कम 24 घंटे से बुखार नहीं है।
और
- आप बेहतर महसूस करते हैं।

बेहतर महसूस करने के बाद, 10 दिन पूरे होने तक मास्क पहनने और दूसरों से दूर रहने के सभी निर्देशों का पालन करें।

अगर आप दूसरों के आसपास मास्क नहीं पहन पा रहे हैं तो कम से कम 10 दिन घर पर ही रहें। दिन 11 तक गतिविधियों को फिर से शुरू न करें।

अलग कैसे हों और आपको कितने समय तक घर पर रहना चाहिए, इस बारे में विशिष्ट अनुशंसाओं के लिए, हमारे अगर आप बीमार हैं वेबपेज पर जाएं। (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/sick.html).

[[जोश भरा संगीत]

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

2/2/22 (Hindi)

इस जानकारी को एक अलग प्रारूप में प्राप्त करने के लिए, यहां कॉल करें: 651-201-4989