

कोरोनावायरस और दीर्घकालिक रोग

सुरक्षा की अतिरिक्त खुराक

उच्च रक्तचाप, डायबिटीज़ और अन्य दीर्घकालिक रोगों से ग्रस्त वयस्कों को कोरोनावायरस से विशेषकर ज़्यादा खतरा है। इसे फैलने से रोकने के लिये और अपने समुदाय के लोगों की सुरक्षा के लिए हम सभी को अपनी-अपनी भूमिका निभानी होगी।

उच्च रक्तचाप, डायबिटीज़ और अन्य दीर्घकालिक असंक्रामक रोगों (NCDs) से ग्रस्त रोगियों के लिए सुझाव

- ✓ अपनी दवाइयाँ लेना जारी रखें और अपने डॉक्टर द्वारा निर्देशित भोजन करें।
- ✓ अपने दीर्घकालिक रोगों की दवाइयों का कम से कम 90 दिन का सप्लाई रख लें।



- ✓ खाँसी जुकाम या किसी अन्य साँस की समस्या के लक्षण वाले लोगों से एक सुरक्षित दूरी बना कर रखें।
- ✓ खाँसते या छींकते समय अपने मुँह और नाक को टिशु या कोहनी से ढक लें।

- ✓ अपने हाथों को साबुन और पानी से बार बार धोएँ।
- ✓ जुकाम के लक्षणों वाले व्यक्तियों से नज़दीकी संपर्क ना रखें।



रिसोल्व टु सेव लाइव्स संथा हृदय के रोगों एवं महामारी से लोगों की जानें बचाने के लिए काम करती है। अधिक जानकारी के लिए www.resolvetosavelives.org और www.preventepidemics.org पर जाएँ।

RESOLVE
TO SAVE LIVES
AN INITIATIVE OF VITAL STRATEGIES