অসম সৰকাৰ
GOVERNMENT OF ASSAM

NATIONAL HEALTH MISSION

করোনা ভাইরাস

করোনা ভাইরাস এক নতুন ভাইরাস যাকে চীন দেশের হুয়েই প্রান্তের য়ুহান শহরে প্রথম শানাক্ত করা হয়েছিল। ধীরে ধীরে এই ভাইরাস চীন দেশ থেকে অন্য দেশগুলিতে ছড়িয়ে পড়ছে।

করোনা ভাইরাসের লক্ষণ সমূহ কি?

কাশি | জ্বর | শ্বাস নিতে কষ্ট | নিউমোনিয়া | বমি | ডায়রিয়া

করোনা ভাইরাস কিভাবে ছড়ায় ?

এই রোগে আক্রান্ত হওয়া ব্যক্তির সংস্পর্শে আসলে ছড়িয়ে পড়তে পারে। আক্রান্ত ব্যক্তিদের কাশি এবং হ্যাঁচি দেওয়ার সময় ড্রপলেটের মাধ্যমে এবং ব্যক্তিদের ব্যবহৃত সামগ্রী স্পর্শ করার ফলে এই ভাইরাস ছড়িয়ে পড়তে পারে।

প্রয়োজনীয় সাবধানতা

হাত দুটি সাবান এবং জল দিয়ে বারবার ধুয়ে নিন

অসুস্থ ব্যক্তির সঙ্গে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ পরিহার করুন

অপরিস্কার হাতে চোখ, নাক এবং মুখ স্পর্শ করবেন না

যদি আপনি বেশি অসুস্থ না হন, নিজেকে হাইসোলেট রাখুন এবং ঘরে বিশ্রাম নিন

বর্তমানে করোনা ভাইরাসের সন্ত্রাস চীন সহ হংকং, থাইল্যান্ড, সিঙ্গাপুর, দক্ষিণ কোরিয়া, ভিয়েতনাম, নেপাল, ইন্দোনেশিয়া, মালয়েশিয়া,ইরান, ইতালি এই ১২টি দেশে ছড়িয়ে পড়েছে। সেইজন্য এই দেশসমূহ ভ্রমণ করে ঘুরে আসা লোকের স্বাস্থ্য পরীক্ষণের জন্য স্বাস্থ্য প্রতিষ্ঠানে পূর্বে বিমানবন্দরসমূহে ব্যবস্থা করা চিকিৎসা স্বাস্থ শিবিরে গিয়ে নিজের স্বাস্থ্য পরীক্ষা করা উচিৎ। বর্তমানে অসমের ৬টি বিমানবন্দরে চিকিৎসা স্বাস্থ শিবির উপলব্ধ করা হয়েছে।

সবিশেষ তথ্যের জন্য কেন্দ্রীয় নিয়ন্ত্রণ কক্ষের 6913347770 /1/2/3 এবং 104 নম্বরে যোগাযোগ করুন

অসম চৰকাৰ

GOVERNMENT OF ASSAM

NATIONAL HEALTH MISSION

National Health Mission, Assam

COVID-19ৰ লক্ষণসমূহ

আতংকিত নহ'ব, আপোনাৰ সজাগতা আৰু আপুনি লোৱা স্বাস্থ্যসন্মত পাৰিপাৰ্শ্বিক ব্যৱহাৰে এই ৰোগ প্ৰতিৰোধ কৰাত সহায় হ'ব

কৰিবলগীয়া নিয়মসমূহ

হাত দুখন সঘনাই চাবোন আৰু পানীৰে পৰিষ্কাৰকৈ ধোৱাৰ লগতে ছেনিটাইজাৰ ব্যৱহাৰ কৰক।

কাঁহ বা হাঁচি মাৰোতে ৰুমাল টিছু ব্যৱহাৰ কৰি আপোনাৰ নাক আৰু মুখখন ভালকৈ ঢাকি ল'ব।

যদি আপুনি অসুস্থ যেন অনুভৱ কৰিছে, তেন্তে ত'তালিকে চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শ লওঁক।

পাৰ্যমানে ৰাজহুৱা স্থান বৰ্জন কৰক

সবিশেষ জানিবৰ বাবে 6913347770/1/2/3 আৰু 104 নম্বৰত যোগাযোগ কৰক

অসম চৰকাৰৰ দ্বাৰা ৰাইজৰ জ্ঞাতাৰ্থে প্ৰচাৰিত

NEYP/NHM/459

NHM/19-20/D/227

অসম চৰকাৰ

GOVERNMENT OF ASSAM

NATIONAL HEALTH MISSION

National Health Mission, Assam

Sign and Symptoms of COVID-19

- Fever
- Vomiting
- Cough
- Shortness of breath

Do Not panic, Awareness and personal hygiene can prevent COVID-19

How to Prevent

- Practice frequent hand washing with soap and water.
- Cover your nose and mouth with handkerchief/tissues while sneezing and coughing.
- Report to doctors if you feel unwell (fever, cough, difficulty in breathing).
- Maintain distance of atleast 1 meter from person who is suffering from cold, fever or cough

For further information : Dial 6913347770/1/2/3 or104

issued in public interest by Govt. of Assam

NEYP/NHM/459

NHM/19-20/D/227

অসম চৰকাৰ

GOVERNMENT OF ASSAM

National Health Mission, Assam

নভেল কৰ'না ভাইৰাছ

(COVID-19)

নিজৰ লগতে আনকো সুৰক্ষিত ৰাখক

কৰ'ণা ভাইৰাছ (COVID-19) কি ?

কৰ'ণা ভাইৰাছ, বা (2019-Cov) এক নতুন ভাইৰাছ (বীজাণু) যাক চীনৰ হুবেই প্ৰান্তৰ বুহান চহৰত প্ৰথমে চিনাক্ত কৰা হৈছিল। কৰ'ণা হৈছে বৃহৎ গোষ্ঠীৰ ভাইৰাছ, যিয়ে জ্বৰ আৰু ছৰ্দি সম্বন্ধীয় ৰোগসহ মানুহ আৰু জীৱ-জন্তু উভয়কে সংক্ৰমিত কৰিব পাৰে। এই ভাইৰাছ আগতে কোনোদিন চিনাক্ত কৰা হোৱা নাছিল বাবে ইয়াক নভেল বা নতুন বুলি কোৱা হৈছে। এই ভাইৰাছবিধ অতি সোনকালে এজন ব্যক্তিৰ পৰা আনজন ব্যক্তিলৈ সংক্ৰমিত হয়।

COVID-19ৰ লক্ষণসমূহ কি ?

গুৰুতৰভাৱে আক্ৰান্ত ৰোগীক সময়মতে চিকিৎসা প্ৰদান নকৰিলে ৰোগীজনৰ মৃত্যুও হ'ব পাৰে

উল্লেখিত কৰিবলগীয়া আৰু নকৰিবলগীয়া নিয়মসমূহ পালন কৰক

কৰিবলগীয়া ✓

- পাৰ্য্যমানে লোকসমাবেশ বৰ্জন কৰক
- ব্যৱহৃত টিচু তৎক্ষণাৎ ডাষ্টবিনত পেলাব
- যদি কোনো লোকে কৰণা ভাইৰাছ আক্ৰান্ত দেশ ভ্ৰমণ কৰি আহিছে ১৪ দিনৰ বাবে নিজকে ঘৰত আবদ্ধ কৰি ৰাখক লগতে পৰিয়ালৰ সদস্য তথা ওচৰচুবুৰীয়াৰ পৰা দূৰত্ব বজাই ৰাখিবলৈ অনুৰোধ জনোৱা হ'ল।
- পানী লগা, কাঁহ বা জ্বৰ হৈ থকা ব্যক্তিৰ পৰা অতি কমেও ১ মিটাৰ দূৰত্ব বজাই ৰাখক
- সঘনাই হাত ধোৱাৰ অভ্যাস কৰক। হাত দুখন চাবোন আৰু পানীৰে পৰিস্কাৰকৈ ধোৱাৰ লগতে এলক'হলযুক্ত ছেনিটাইজাৰ ব্যৱহাৰ কৰক
- যদি আপুনি অসুস্থ যেন অনুভৱ কৰিছে (জ্বৰ, উশাহ লোৱাত কষ্ট আৰু কফ) তেন্তে চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শ লওক।
- কাঁহ মাৰোতে আৰু হাঁচি মাৰোতে ৰুমাল/টিচু ব্যৱহাৰ কৰি আপোনাৰ নাক আৰু মুখখন ভালকৈ ঢাকি ল'ব
- যদি কোনো লোকে কৰণা ভাইৰাছ আক্ৰান্ত দেশ ভ্ৰমণ কৰি আহিছে তেওঁ নিজেই ওচৰৰ স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ গৈ বা IDSP কোষৰ অথবা সহায়ক নম্বৰৰ সৈতে যোগাযোগ কৰিবলৈ অনুৰোধ জনোৱা হৈছে।
- CALL 108 EMERGENCY — চিকিৎসালয়লৈ যোৱাৰ সময়ত ১০৮ এম্বুলেন্স ব্যৱহাৰ কৰক আৰু আগতিয়াকৈ চিকিৎসালয়ত খবৰ দিয়ক।

আপোনাৰ পৰিয়ালৰ বা ওচৰচুবুৰীয়াৰ কোনো লোকৰ এই ৰোগৰ লক্ষণসমূহ দেখা দিলে স্বাস্থ্য বিভাগৰ কৰ্তৃপক্ষক অৱগত কৰাওক আৰু ১০৪ ডায়েল কৰক

নকৰিবলগীয়া ⊗

- যদি আপুনি জ্বৰ আৰু কফ ৰোগত ভুগি আছে, অন্য লোকৰ সৈতে ঘনিষ্ঠ সংস্পৰ্শ
- অপৰিস্কাৰ হাতেৰে চকু, নাক আৰু মুখখন স্পৰ্শ
- ৰাজহুৱা স্থানত থু-খেকাৰ পেলোৱা
- যিকোনো ঠাইলৈ অপ্ৰয়োজনিয় যাত্ৰা পৰিহাৰ কৰক
- কৰমৰ্দন নকৰিব
- কাকো সাৱতি নধৰিব

অসম চৰকাৰে এই ৰোগ প্ৰতিৰোধ কৰিবৰ বাবে কি কি ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিছে

- অসমৰ সকলো বিমান বন্দৰতে ২৪ ঘণ্টীয়া চিকিৎসা শিবিৰ নিয়োগ কৰিছে। এই ৰোগত আক্ৰান্ত হোৱা দেশৰ পৰা অহা যাত্ৰীসকলক নিৰিক্ষণ কৰিবৰ বাবে।
- ২৪ ঘণ্টীয়া নিৰীক্ষণ কক্ষ অসমৰ সকলো জিলাতো স্থাপন কৰা হৈছে।
- অসমৰ সকলো মেডিকেল কলেজ চিকিৎসালয় আৰু সকলো জিলাতে এই ৰোগত আক্ৰান্ত হোৱা ৰোগীক আছুতীয়াকৈ ৰাখিবৰ বাবে বিশেষ কক্ষৰ ব্যৱস্থা কৰা হৈছে।
- এম্বুলেঞ্চ সেৱা প্ৰৰ্যাপ্ত পৰিমাণে অসমৰ সকলো জিলাৰ চিকিৎসালয়তে ৰখা হৈছে।
- এই ৰোগ পৰীক্ষা কৰিব পৰা ব্যৱস্থা অসমৰ GMCH চিকিৎসালয় আৰু ডিব্ৰুগড়ৰ AMCHত কৰা হৈছে।
- অসমৰ সকলো চিকিৎসালয়তে প্ৰৰ্য্যাপ্ত পৰিমাণে PPE (Personal Pertection Equipment, N95 Mask) ৰখাৰ ব্যৱস্থা কৰা হৈছে।
- এই ৰোগৰ বিষয়ে ৰাইজৰ মাজত সজাগতা আনিবৰ বাবে গাঁৱে গাঁৱে সজাগতা সভা অনুষ্ঠিত কৰা হৈছে।
- এই ৰোগ কেনেকৈ প্ৰতিৰোধ কৰিব পাৰি তাৰ বাবে বিশেষ ধৰণৰ প্ৰশিক্ষণ অসমৰ সকলো চিকিৎসা কৰ্মীক দিয়া হৈছে।

আতংকিত নহব, আপোনাৰ সজাগতা আৰু আপুনি লোৱা স্বাস্থ্যসন্মত পাৰিপাৰ্শিক ব্যৱহাৰে এই ৰোগ প্ৰতিৰোধ কৰাত সহায় হ'ব

একত্ৰিত হৈ আমি কৰ'না ভাইৰাছৰ সৈতে যুঁজ দিও আঁহক

সবিশেষ জানিবৰ বাবে

6913347770/1/2/3 আৰু **104** নম্বৰত যোগাযোগ কৰক

অসম চৰকাৰৰ দ্বাৰা ৰাইজৰ জ্ঞাতাৰ্থে প্ৰচাৰিত

NHM/19-20/D/228

NEYP/NHM/458

অসম চৰকাৰ

GOVERNMENT OF ASSAM

National Health Mission, Assam

NOVEL CORONAVIRUS (COVID-19)

Protect yourself and others!

What is it?

Coronavirus (CoV) are a large family of viruses that cause illness ranging from the common cold to more severe disease

- A novel coronavirus (nCoV) is a new strain that has not been previously identified in humans.
- This virus transmits rapidly from human to human

Sign and Symptoms of COVID-19

In advance cases, the patient can have very serious complications, which can lead to death, such as:

How to Prevent

Do's

- Avoid large gatherings
- Throw used tissues into closed bins immediately after use
- If you are returning from notified country by WHO Keep yourself in home quarantine until 14 days and keep distance from your family members/relative neighbour
- Maintain distance of atleast 1 meter from person who is suffering from symptoms of cold, fever or cough
- Practice frequent hand washing. Wash hands with soap and water or use alcohol based hand rub.
- Report to doctors if you feel unwell (fever, cough, difficult breathing) during your home confinement, for any assistance call the help line number.
- Cover your nose and mouth with handkerchief/tissues while sneezing and coughing
- If one have travel history to affected countries pls do self reporting to the nearest health centre or IDSP cell or call the help line.
- Take help of 108 ambulance to reach district hospital or medical college for OPD services with prior information

Please do inform the health authority if any one of your family or your neighbourhood are having any signs & Symptoms and Dial 104.

Don'ts

- Have a close contact with anyone, if you're experiencing cough and fever
- Touch your eyes, nose and mouth
- Unnecessary travels to any place
- Spit in public
- Shake hands
- Hug anyone

Precautionary Steps taken by State Govt.

Announcement for awareness is being made at the Airports every 15 minutes, requesting to submit Self Declaration form from passengers who are coming from COVID19 affected countries.

- 24X7 Control room established at every districts.
- Special Isolation Wards at all the Medical Collages and District Civil Hospitals being Identified.
- Adequate Ambulances kept ready at each District Civil Hospitals.
- Testing facilities available at GMCH and AMCH, Dibrugarh.
- Sufficient quantity of Personal Protection Equipment (PPE) kept at all Medical Colleges and District Hospitals.
- Continous Awareness Meeting being carried out at Community level at all districts.

Do Not panic , Awareness and maintainance of personal hygiene by all can prevent spread of CORONA Virus in our State.

Together we can fight Coronavirus

For further information :

Dial **6913347770/1/2/3** or **104**

issued in the public interest by Govt. of Assam

NHM/19-20/D/226

NEYP/NHM/458

GOVERNMENT OF ASSAM

NATIONAL HEALTH MISSION

নভেল কৰ'ণা ভাইৰাছ

নভেল কৰ'ণা ভাইৰাছক লৈ বহু সংখ্যক লোক চিন্তাগ্ৰস্ত

নভেল কৰ'ণা ভাইৰাছ কি ?

২০১৯ নভেল কৰ'ণা ভাইৰাছ, বা (2019-Cov) এক নতুন ভাইৰাছ (বীজাণু) যাক চীনৰ হুবেই প্ৰান্তৰ বুহান চহৰত প্ৰথমে চিনাক্ত কৰা হৈছিল। কৰ'ণা হৈছে বৃহৎ গোষ্ঠীৰ ভাইৰাছ, যিয়ে জ্বৰ আৰু ছৰ্দি সম্বন্ধীয় ৰোগসহ মানুহ আৰু জীৱ-জন্তু উভয়কে সংক্ৰমিত কৰিব পাৰে। এই ভাইৰাছ আগতে কোনোদিন চিনাক্ত কৰা হোৱা নাছিল বাবে ইয়াক নভেল বা নতুন বুলি কোৱা হৈছে। বৰ্তমানলৈকে এই ৰোগৰ কোনো চিকিৎসা নাই।

২০১৯ নভেল কৰ'ণা ভাইৰাছৰ লক্ষণসমূহ কি ?

গুৰুতৰভাবে আক্ৰান্ত ৰোগীক সময়মতে চিকিৎসা প্ৰদান নকৰিলে ৰোগীজনৰ মৃত্যুও হ'ব পাৰে

১) যদি আপুনি ১৫ জানুৱাৰীৰ পিছত চীন দেশৰ বুহান চহৰৰ পৰা উভতি আহিছে, তেন্তে নিজকে ২০১৯-কৰোনা ভাইৰাছৰ পৰীক্ষা কৰাওক।

২) যদি আপুনি যোৱা ১৫টা দিনৰ ভিতৰত চীনৰ পৰা উভতিছে বা কৰোনা ভাইৰাছত সংক্ৰমিত যিকোনো ব্যক্তিৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিছে, তেন্তে নিম্নলিখিত পদক্ষেপসমূহ অনুকৰণ কৰক-

1

আগন্তুক ১৪ দিনলৈ প্ৰত্যেকজন লোকৰ সৈতে যোগাযোগ সীমিত ৰাখক আৰু অন্য কোঠালীত শুব।

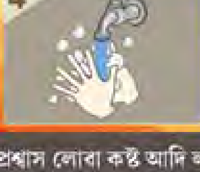
2

কাহোতে আৰু হাঁচিয়াওতে মুখ আৰু নাক ঢাকি ৰাখিব লাগে।

3

কফ, জ্বৰ-পানী লাগি থকা ব্যক্তিৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিব নালাগে।

4



সঘনাই চাবোন আৰু পানীৰে পৰিষ্কাৰকৈ হাত ধুই থাকিব লাগে।

NHM/18-19/D/214

NEYP/NHM/433

চীনৰ পৰা উভতাৰ ২৮ দিনৰ ভিতৰত যদি আপোনাৰ জ্বৰ, কাঁহ, শ্বাস প্ৰশ্বাস লোৱা কষ্ট আদি লক্ষসমূহে দেখা দিয়ে, তেন্তে তৎক্ষণাৎ জিলা নিৰীক্ষণ কেন্দ্ৰ, সংহত ৰোগ নিৰীক্ষণ প্ৰকল্পৰ যুটীয়া জিলা স্বাস্থ্য সঞ্চালক কাৰ্য্যালয়ত যোগাযোগ কৰক।

সবিশেষ জানিবৰ বাবে কেন্দ্ৰীয় নিয়ন্ত্ৰণ কক্ষৰ তলৰ নম্বৰত যোগাযোগ কৰক

6913347770/1/2/3 (6 am-11pm) অথবা ১০৪ ত ডায়েল কৰিব পাৰে

GOVERNMENT OF ASSAM

National Health Mission, Assam

THE NEW CORONA VIRUS

MANY PEPLE WONDER ABOUT THE NEW CORONA VIRUS

What is it?

2019 Novel Corona virus (2019-Cov) is a new virus identified in China's Wuhan province. Corona is a large group of viruses, which can infect both human & animals with cold related diseases. So far no known treatment is available for this virus.

WHAT ARE THE SIGNS AND SYMPTOMS OF THE NEW CORONA VIRUS INFECTION?

In advance cases, the patient can have very serious complications, which can lead to death, such as:

1) If you have returned from Wuhan, China after 15th January' 2020 then get yourself tested for 2019 ncov.

2) If you have returned from China in the last 15 days and have been in contact with any person affected by Corona virus then limit your contact with others and follow these important steps.

1

Avoid close contact with people who are sick

3

If you are concerned about your symptoms make sure to visit your physician

2

Avoid touching eyes, nose or mouth with unwashed hands

4

Wash your hands with soap and water

If you devlop fever, cough and difficulty in breathing within 28 days of return from China immediately visit District Surveillance Unit, IDSP (Office of The Joint Director of Health Services, District)

For detailed information please dial the below given phone numbers: 6913347770/1/2/3 (6 am-11pm) or dial 104

NHM/18-19/D/215

NEYP/NHM/434