

# کورونا وائرس (COVID-19)

## یہ کیا ہے؟

کورونا وائرس (COVID-19) پھیپھڑوں کی (نظام تنفس) کی بیماری ہے۔

## اس کی علامات کیا ہیں؟\*

- بخار یا سردی لگنا
- تھکاوٹ
- گلے کی سوزش
- کھانسی
- سانس اکھڑنا/ سانس لینے میں دشواری
- عضلات یا جسم میں درد
- سر درد
- ناک کا بند ہونا یا بہنا
- متلی یا قے آنا
- پیچش
- ذائقہ یا سونگھنے کی حس ختم ہونے کا مسئلہ

اگر آپ میں COVID-19 کی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو ابھی ڈاکٹر کو کال کریں، اور اگر آپ کی علامات شدید ہوں تو 911 پر کال کریں۔

## کورونا وائرس پھیلتا کیسے ہے؟

کورونا وائرس متعدد طریقوں سے پھیل سکتا ہے۔ مزید معلومات کے لئے [cdc.gov](https://www.cdc.gov) ملاحظہ کریں۔

## میں وائرس کا شکار ہونے یا اسے پھیلانے سے کیسے بچ سکتا ہوں؟

- ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں یا اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈز تک دھوئیں۔
- اپنی آنکھوں، ناک یا منہ کو گندے ہاتھوں سے چھونے سے گریز کریں۔
- بیمار لوگوں سے دور رہیں (اور اگر آپ بیمار ہوں تو طبی نگہداشت حاصل کرنے کے علاوہ گھر پر رہیں)۔
- اپنی کھانسی اور چھینکوں کو ڈھانپنے کے لئے ٹیشو استعمال کریں (اور ٹیشو پھینک دیں)۔
- ایسی چیزوں اور سطحوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کریں جنہیں بہت زیادہ چھوا جاتا ہے۔
- خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لئے ماسک پہنیں۔

## اگر مجھے لگے کہ مجھے کورونا وائرس ہے، تو مجھے کیا کرنا چاہیئے؟

- طبی نگہداشت حاصل کرنے کے لئے نکلنے کے سوا گھر پر ہی رہیں۔ مشورہ لینے کے لئے ابھی اپنے ڈاکٹر کو کال کریں اور دوسروں سے میل جول کم کر دیں۔
- اگر آپ کے پاس ڈاکٹر نہیں ہے، تو 1-877-THR-WELL (1-877-847-9355) پر کال کریں۔

## کورونا وائرس (COVID-19) کے بارے میں سوالات ہیں؟

ٹیکساس ہیلتھ کی کورونا وائرس ہاٹ لائن پر نرس سے بات کرنے کے لئے صبح 7 تا شام 7 بجے کے درمیان کال کریں۔ ہر تا جمعہ۔

COVID-19 کی صارفی ہاٹ لائن: 682-236-7601



\*آپ ٹیٹ کردہ 13 مئی، 2020۔ تازہ ترین اپ ڈیٹ کے لئے [cdc.gov](https://www.cdc.gov) ملاحظہ کریں۔