कोरोना संक्रमण से बचने के लिए क्या करें-

- बार-बार हाथ धोएं। यदि आपके हाथ स्पष्ट रूप से गंदे न भी हो, तब भी अपने हाथों को अल्कोहल आधारित हैंड सैनिटाइजर से या हैंड वाश/साबुन और पानी से साफ करें।
- छींकते और खांसते समय, अपने मुंह व नाक टिशू पेपर या रूमाल से ढकें।
- प्रयोग के तुरंत बाद टिशू पेपर को किसी बंद डस्टबिन/डिब्बे में फेंकें।
- अपने मुंह और नाक को ढंकने के लिए फेस कवर या मास्क का प्रयोग करें।
- भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें तथा कम से कम 2 गज़ की शारीरिक दूरी बनाये रखें।
- जिनमें सर्दी या फ्लू जैसे लक्षण हों उनके करीब न जायें।
- रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए पर्याप्त मात्रा में लिक्विड व पोषक तत्व लें।
- अगर आपको बुखार, खांसी और सांस लेने में कठिनाई है तो डाक्टर से संम्पर्क करें।
- अगर आप में कोरोना वायरस के लक्षण हैं, तो कृपया राज्य हेल्पलाइन नंबर 18001805145 या स्वास्थ्य मंत्रालय, भारत सरकार की 24*7 हेल्पलाइन नंबर 011-23978046 पर कॉल करें।