

ਜੇ ਕੋਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਾਰਨ ਘਰ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰ ਹੈ



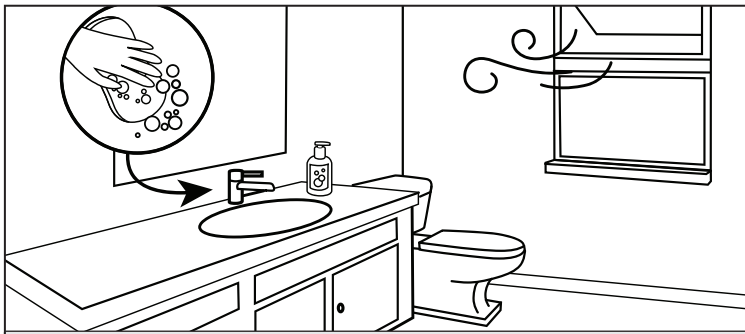
BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority



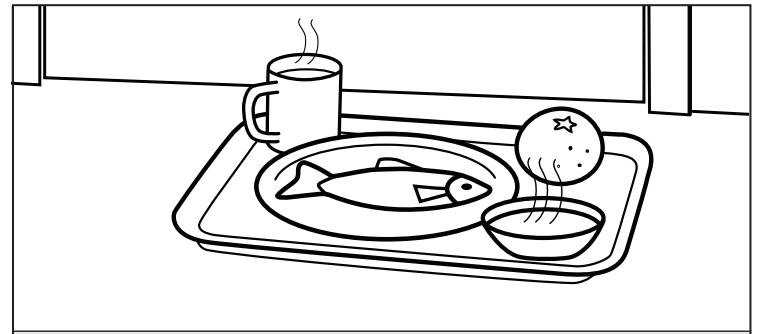
ਸੈਮ ਬਿਮਾਰ ਹੈ। ਸੈਮ ਨੂੰ 10 ਦਿਨ ਘਰ ਹੀ ਠਹਿਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸੈਮ ਆਪਣੇ ਅਲੱਗ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।



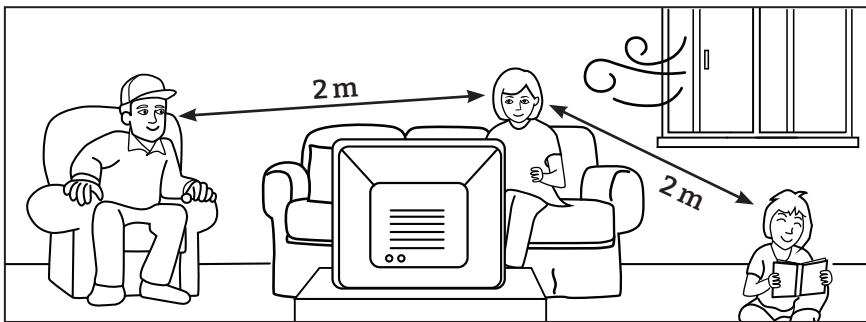
ਸੈਮ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਦੀ ਹੈ।



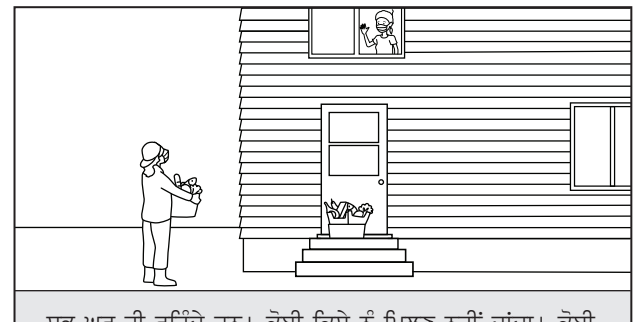
ਬਾਥਰੂਮ ਵਿਚ ਸੈਮ ਖਿੜਕੀ ਖੋਲ੍ਹਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਸੈਮ ਢੱਕਣ ਬੰਦ ਕਰ ਕੇ ਫਲੋਜ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।



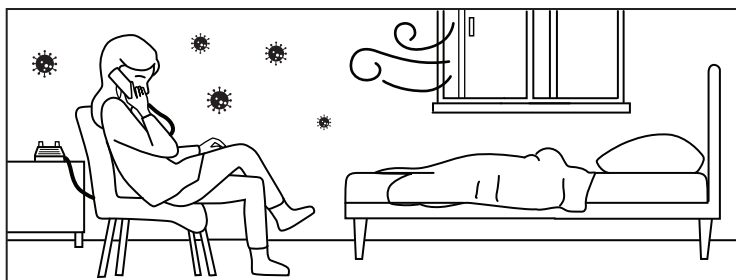
ਘਰ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਖਾਣਾ ਸੈਮ ਦੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਛੱਡ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਕਮਰੇ ਅੰਦਰ ਤਦੋਂ ਹੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਸੈਮ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।



ਘਰ ਵਿਚ ਸਭ 2 ਮੀਟਰ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੈਮ ਬੈੱਡਰੂਮ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।



ਸਭ ਘਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਖਾਣਾ ਬਾਹਰ ਛੱਡ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਸੈਮ 10 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਫੈਲਾਅ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਸੈਮ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਵੱਖਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਪੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਡੋਰੇ ਡੋਰੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

