

जब आपको कोविड -19 हुआ हो

स्व-पृथक्करण को समाप्त करें यदि:



+



आपने लक्षणों के प्रारंभ होने के 10 दिनों के बाद, अथवा लक्षण न होने की स्थिति में टेस्ट करवाने के 10 दिनों के बाद यदि स्वयं को पृथक कर लिया हो।

आपको कम से कम पिछले 24 घंटों से बुखार नहीं हों और लक्षणों में सुधार हो रहा हो।

कामकाज पुनः शुरू करें यदि :



आपको पुनः टेस्ट करवाने की आवश्यकता न हो। या तो टेस्ट की रिपोर्ट निगेटिव हो या फिर डॉक्टर ने टेस्ट नहीं करवाने के लिए कहा हो।



स्वास्थ्य निर्देशों का पालन करते रहें- दूरी बनाये रखें, मास्क पहने रहें, और अपने हाथों को धोते रहें। जब भी उपलब्ध हो तब टीकाकरण करवा लें।