

# तपाईंलाई कोविड-१९ को सन्क्रमण भइसकेपछी

सेल्फ - आइसोलेसनको अन्त्य गर्नुहोस यदि:

काममा फर्कने:



+



लक्षणहरू देखापरेको दिनदेखी १० दिन सम्म सेल्फ - आइसोलेसनमा बसेको अवस्थामा, या लक्षणहरू देखापरेको छैन भने परिक्षण गराएको मितिदेखी

ज्वरो आएकोछैन र लक्षणहरूमा २४ घण्टादेखी सुधारहुँदै गैरहेको अवस्थामा



तपाईं लाई पुनः परिक्षण को जरुरत छैन । परिक्षण को नकारात्मक परिणाम या डाक्टरको नोट आवश्यक छैन ।



स्वास्थ्य परामर्श लाई जारी राख्नुहोस - दुरी कायम गर्नुहोस्, मास्क लगाउनुहोस र हात धुनुहोस । उपलब्ध भएपछी भ्याक्सिन लगाउनु होस ।