

آپ کو کووڈ-19 ہوا تھا تو اس کے بعد

خود کو الگ تھلگ رکھنا بند کریں اگر:

کام پر واپس لوٹیں:



+



آپ نے علامات شروع ہونے کے بعد 10 دن تک خود کو الگ تھلگ رکھ لیا ہے، یا آپ کی جانچ کی تاریخ اگر آپ کے اندر کوئی علامات نہیں تھیں۔

آپ کو بخار نہیں ہے اور کم از کم 24 گھنٹوں سے آپ کی علامات میں بہتری آ رہی ہے۔



آپ کو دوبارہ جانچ کرانے کی ضرورت نہیں ہے۔
نگیٹو جانچ یا ڈاکٹر کے نوٹ کی ضرورت نہیں ہے۔



صحت کے مشوروں پر عمل جاری رکھیں – فاصلہ بنائے رکھیں، ماسک پہنیں، اور اپنے ہاتھوں کو دھوئیں۔ دستیاب ہونے پر اپنی ویکسین حاصل کریں۔