

CUYAHOGA COUNTY BOARD OF HEALTH

सार्वजनिक स्वास्थ्य जानकारीको लागि तपाईंको विश्वसनीय स्रोत

COVID-19 अस्पतालमा जाँदा वा त्यहाँबाट फर्केदा

COVID-19 भएका अधिकांश मानिसहरूलाई सानोतिनो बिरामी भएको हुन्छ। केही मानिसहरूलाई श्वासप्रश्वासमा कठिनाई हुन सक्छ। गम्भीर स्वास्थ्य समस्याहरू बिरामी महसुस भएको दोस्रो हप्ताको अवधिमा सुरु हुन सक्छन्। लक्षणहरू द्रुत रूपमा खराब हुन सक्छन्।

निम्न मानिसहरू गम्भीर स्वास्थ्य समस्याहरूको जोखिममा छन्:

- सिकल सेल रोग लागेका र रगत पातलो भएका
- मृगौला खराब भएका वा डायलिसिस प्राप्त गरिरहेका
- कलेजो खराब भएका, सिरोसिस वा हेपाटाइटिस भएका
- क्यान्सर उपचार (केमोथेरापी वा विकिरण) गरेका, अङ्ग वा हड्डीको मासीको प्रत्यारोपण गरेका, स्टेरोइड औषधिहरू लिएका वा HIV/AIDS भएका
- गत दुई हप्तामा हालै वा भर्खरै गर्भावस्था भएका
- मधुमेह
- जन्मजात हृदय रोग, जन्मजात हृदयघात वा कोरोनरी धमनी रोग भएका
- दम, दीर्घ वायुनलीशोध, इम्फिसेमा वा सार्कोइडोसिस भएका
- मस्तिष्क पक्षघात, स्ट्रोक वा मेरुदण्डको मासीमा चोक भएका

यदि तपाईंलाई चिकित्सा स्याहार खोज्न आवश्यक पर्छ भने, अस्पतालमा जाँदा वा त्यहाँबाट आउदा यो मार्गनिर्देशनको पालना गर्नुहोस्।

- **अस्पताल जाने**
 - तपाईंलाई श्वासप्रश्वासमा कठिनाई भएमा वा अन्य कुनै पनि चिकित्सा आकस्मिकका लागि 911 मा फोन गर्नुहोस्।
 - तपाईं COVID-19 को प्रभावमा आउनुभएको छ भनी आकस्मिक सेवाहरूलाई सूचित गर्नुहोस्।
 - EMS लाई तिनीहरू आइसकेपछि हरियो 'गृह क्वारेन्टाइन' फारामको प्रतिलिपि उपलब्ध गराउनुहोस्।
 - यो आकस्मिक अवस्था होइन भने:
 - मार्गनिर्देशनका लागि आफ्नो प्रदायक वा 24/7 COVID-19 हटलाइन (216-299-1750) लाई फोन गर्नुहोस्।
 - यदि तपाईंसँग कार छ भने, तपाईं आफैले सुरक्षित तरिकाले ड्राइभ गर्न सक्नुहुन्छ भनी निर्णय गर्नहोस्।
 - पहिला कसैलाई फोन नगरिकन अस्पतालमा नजानुहोस्।
- **अस्पताल छोड्ने**
 - तपाईं अझैपनि अन्य मानिसहरूलाई बिरामी बनाउन सक्षम हुनुहुन्छ।
 - अन्य स्थानहरूमा नरोकिनुहोस्। तपाईं बस्नुभएको स्थानमा यात्रा गर्नुहोस्।
- **यदि कसैले तपाईंलाई ड्राइभ गर्नुहुन्छ भने:**
 - निजी कारबाट मात्र यात्रा गर्नुहोस् (कुनै लिफ्ट, उबर, ट्याक्सी वा सार्वजनिक यातायातबाट होइन)।
 - कारको ड्राइभरबाट सक्दो टाढा बस्नुहोस्।
 - दुवै ड्राइभर र तपाईंले (तपाईंसँग केही भएमा) पञ्जा र मुख र नाक ढाक्ने सर्जिकल मास्कहरू लगाउनुपर्छ।
 - कारमा ड्राइभर र तपाईं मात्र हुनुपर्छ; अन्य कुनै यात्रुहरू हुनुहुँदैन।
- **कार सफा गर्ने**
 - कारको सतह र ह्याण्डलहरू नछुनुहोस्।
 - बाहिर निस्किएपछि सतह र ह्याण्डलहरू सफा गर्नुहोस्।
 - सफा गरिसकेपछि हातहरू धुनुहोस्।

4.2.2020 v1