

কোভিড-১৯: চিকিৎসা বিষয়ে জরুরী গণবিজ্ঞপ্তি

আপনার জ্বর, কাশি, গলা ব্যথা, ম্যাজ ম্যাজ ভাব, শরীর ব্যথা, হাঁচি, কাশি, সর্দি এসব উপসর্গ যদি থাকে তবে শ্বাসকষ্ট না থাকে-

তাহলে বাড়িতেই থাকুন এবং নিম্নোক্ত নিয়মসমূহ মেনে চলুনঃ

- কুসুম গরম পানি পান করুন ও গরম পানি দিয়ে গড়গড়া করুন
- বাড়ির অন্যদের থেকে আলাদা থাকুন
- দিনে অন্ততঃ দু'বার শরীরের তাপমাত্রা মাপুন
- মাস্ক পড়ুন
- বাড়িতে অতিথিদের আসা বন্ধ করুন
- ঘনঘন সাবান পানি দিয়ে হাত ধুবেন
- জ্বর কমানোর জন্য প্যারাসিটামল খাবেন
- সর্দি-কাশির জন্য এন্টিহিস্টামিন (যেমন ফেক্সোফেনাডিন, ক্লোরফেনিরামিন ইত্যাদি) খেতে পারেন
- হাত দিয়ে নাক, চোখ, মুখ ছোবেন না।

প্রয়োজনে ১৬২৬৩ বা ৩৩৩ নম্বরে ফোন করে বিনামূল্যে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন

আপনার উপরোক্ত উপসর্গসমূহ থাকলে এবং

বয়স ৬০-এর বেশী হলে বা অন্যান্য অসুস্থতা যেমন উচ্চ রক্তচাপ, হাঁপানী, হৃদরোগ, ডায়াবেটিস, গর্ভাবস্থা থাকলে অবশ্যই চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করুন।

শ্বাসকষ্ট হলে বা অন্যান্য জটিলতা দেখা দিলে দ্রুত চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়