



وزارة الصحة  
Ministry of Health

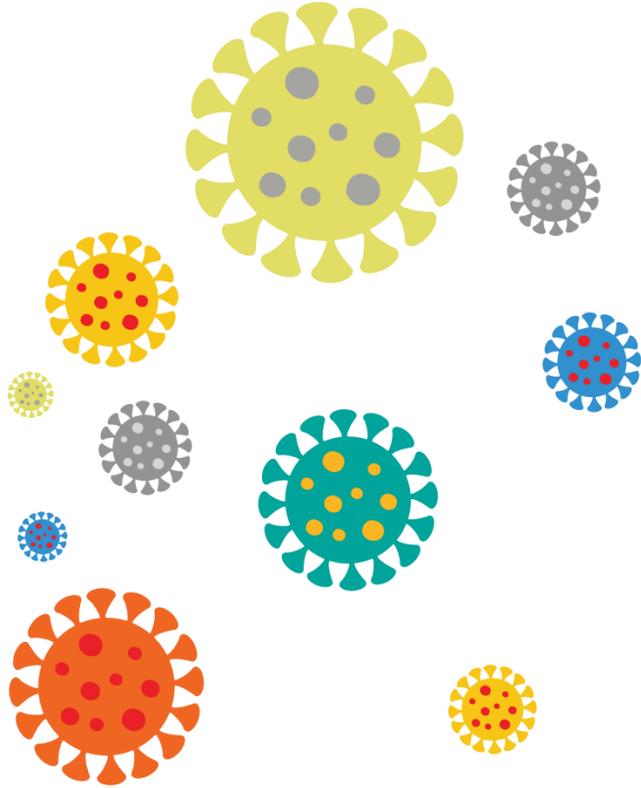
# كورونا

وائرس کی روک تھام

نیا وائرس

(COVID-19)

وائرس پر آپ کی  
معلوماتی گائیڈ



MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health



COVID-19 کیا ہے؟



# کیا کورونا وائرس (COVID-19) کے انفیکشن کے طریقے



1 مریض کے کھانسنے اور چھینکنے پر  
منتشر ہونے والے قطرات  
کے ساتھ براہ راست رابطہ۔

2 بالواسطہ ترسیل (آلودہ سطحوں اور آلات کو چھونا، پھر  
منہ، ناک، یا آنکھ کو چھونا)۔



3 متاثرہ افراد کے ساتھ براہ راست رابطہ۔

MOH initiative

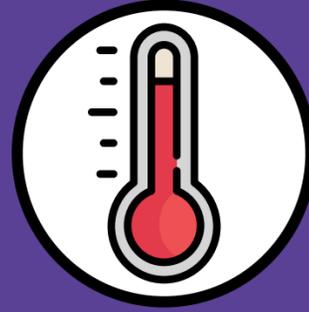
عش  
بصحة  
Live Well



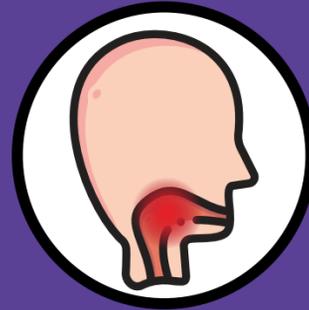
وزارة الصحة  
Ministry of Health

# كورونا وائرس (COVID-19) كى علامات

تيز بخار



كهانسى



سانس پهولنا



MOH initiative

عيش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health

كورونا وائرس (COVID-19)

# میں اپنی حفاظت کیسے کروں اور بیماری کے پھیلاؤ کو کیسے روکوں؟

اپنے ہاتھ دھوئیں  
40 سیکنڈ کے لئے پانی اور صابن کے ساتھ  
یا 20 سیکنڈ کے لئے الکحل جراثیم کش کے ساتھ



اپنے منہ اور ناک کو ڈھانپیں  
کھانسی یا چھینک آنے پر ٹشو کے ساتھ یا اپنی کہنی کے ساتھ  
اور باہر جاتے وقت چہرے کے ماسک کے ساتھ



سانس کی بیماری، جیسے کھانسی  
یا چھینک کی علامات ظاہر کرنے  
والے کسی بھی شخص کے براہ راست  
رابطے سے گریز کریں۔



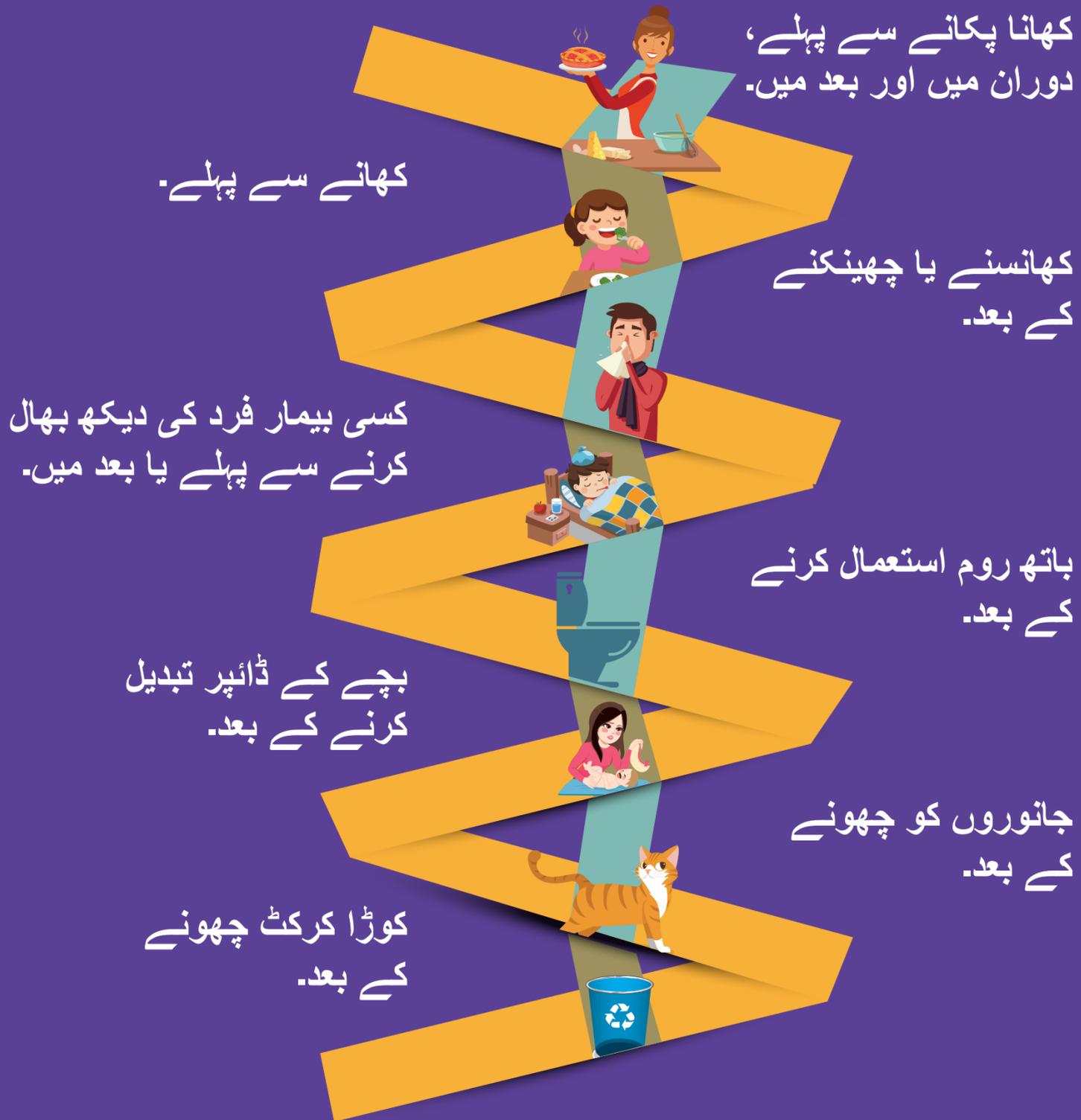
MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health

# آپ کو اپنے ہاتھوں کو کب دھونا چاہیے؟



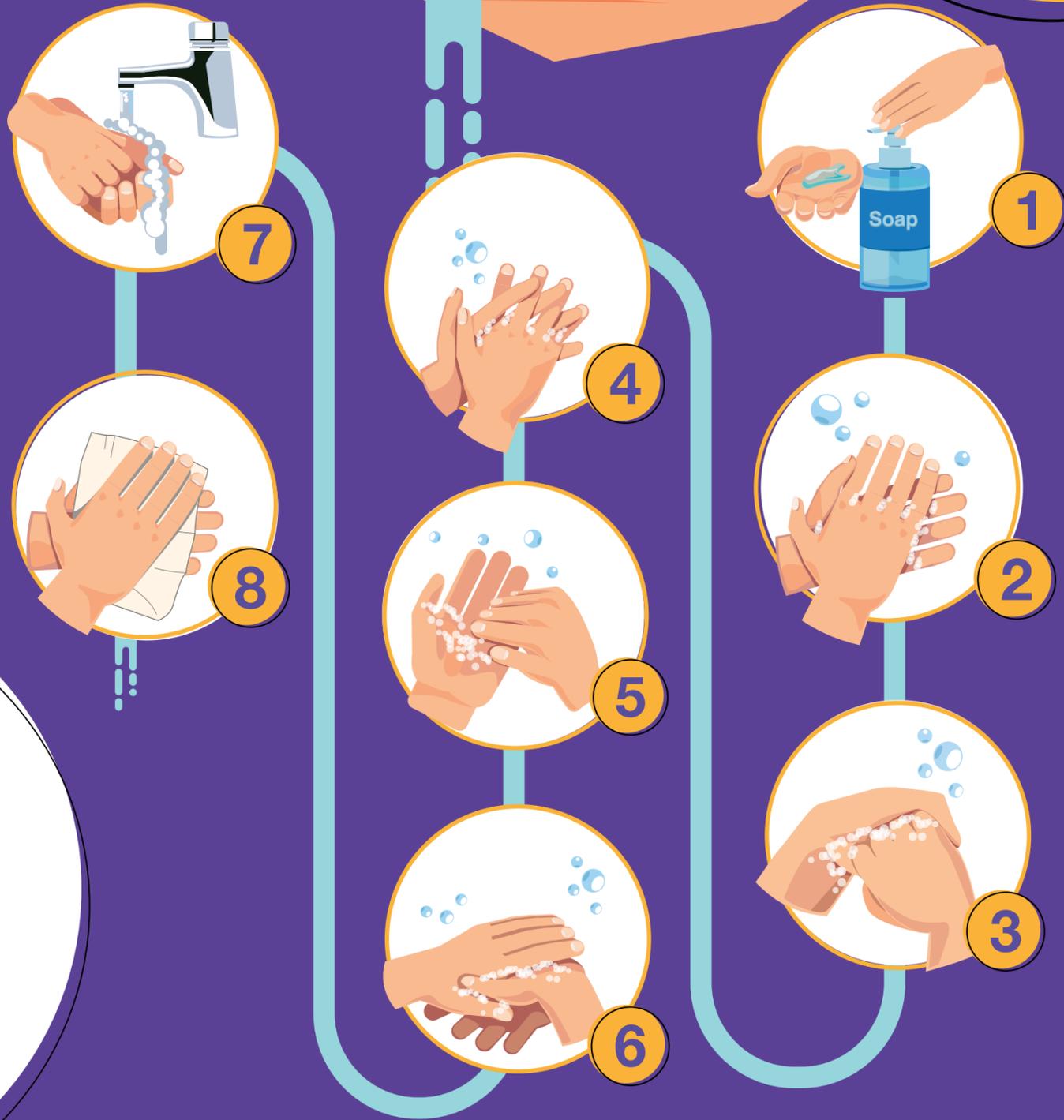
MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health

كورونا وائرس كى روك  
تھام كے ليے  
اپنے ہاتھوں كو دھونے  
كا مناسب طريقہ



كب؟

كھانے سے پہلے  
اور بعد ميں۔



كھانسى اور چھينكى  
آنے كے بعد۔



باتھ روم استعمال  
كرنے كے بعد۔



اپنے ہاتھوں كو صابن، پانى يا جراثيم كش  
الكحل سے 40 سيكنڈ تک دھوئیں

MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health



R0 کیا ہے؟





وزارة الصحة  
Ministry of Health

# انفیکشن کو کم کرنے کے لیے چھینکنے کے آداب



چھینکنے یا کھانسنے  
کے لیے ٹشو پیپر کا  
استعمال کریں۔



یا اپنے بازو کو موڑ کر  
کھنی کا استعمال کریں۔



جتنی جلد ممکن ہو اس  
سے نجات حاصل کریں۔



اپنے ہاتھوں کو گرم  
صابن والے پانی سے 40  
سیکنڈ تک دھوئیں۔

MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health



اپنے ہاتھوں کو  
کیوں دھونا ہے؟





وزارة الصحة  
Ministry of Health



اپنا خود کا کپڑے  
کا ماسک کیسے بنائیں؟





وزارة الصحة  
Ministry of Health



من خلال  
منصة موعد

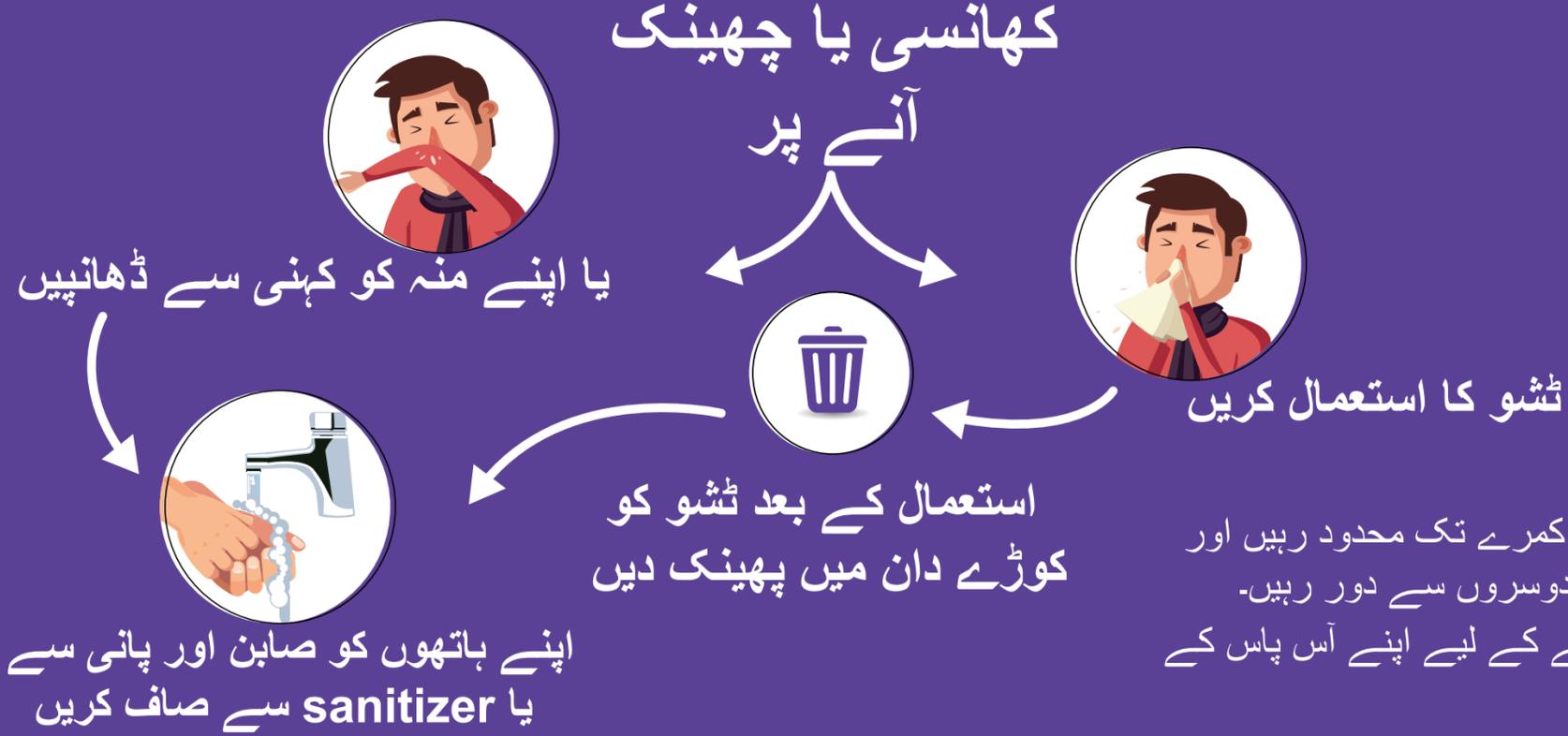
موعد اپليکیشن  
کے ذریعہ جانچ کریں





وزارة الصحة  
Ministry of Health

# خود ساختہ تنہائی (سیلف آئیسولیشن)



سفر کرنے اور عوامی مقامات (اسکول یا کام کی جگہ) سے گریز کریں۔  
گھر پر مہمانوں کا استقبال کرنے سے بچیں۔

## ضرورت پیش آنے پر



اگر کوئی علامت پیش آئے تو 937 سے رابطہ کریں

ان ہدایات پر 14 دن کیلئے عمل کریں، یا اس مدت کیلئے جو ڈاکٹر نے واضح کی ہو، تاکہ مرض کو پھیلنے سے روکا جائے



وزارة الصحة  
Ministry of Health

# الوقاية من كورونا الفيروس الجديد (COVID-19)

دليلك التوعوي  
عن الفيروس  
#الوقاية\_من\_كورونا



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عش  
بصحة  
Live Well

أخر تحديث ٢٠٢٠/٣/١٢م



وزارة الصحة  
Ministry of Health

MOH initiative

عيش  
بصحة  
Live Well

Do you like this file?  
Click here for more

