

कोरोना भाइरस रोग (कोभिड-१९) भनेको के हो ?

कोरोना भाइरस रोग (कोभिड-१९) श्वास-प्रश्वाससम्बन्धी बिमारी हो, जुन एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्छ। कोभिड-१९ को कारक भाइरस नयाँ खालको कोरोना भाइरस हो, जुन चीनको युहानमा प्रकोप फैलिएका बेला अनुसन्धान गर्दा पहिलोपटक फेला परेको हो।

के अमेरिकामा भएका मानिसलाई कोभिड-१९ हुनसक्छ ?

हुनसक्छ। कोभिड-१९ अमेरिकाका केही भागमा मानिसबाट मानिसमा फैलिइरहेको छ। कोभिड-१९ को संक्रमणको उच्च जोखिम कोभिड-१९ भएका मानिसको निकट सम्पर्कमा आउने मानिसलाई हुन्छ, जस्तो: स्वास्थ्य-सेवाका कर्मचारीहरू, वा परिवारका सदस्यहरू। संक्रमणको उच्च जोखिममा पर्ने मानिसमा कोभिड-१९ फैलिइरहेको ठाउँमा बस्ने वा त्यहाँबाट फिरेका मानिस पर्छन्। अहिले फैलिइरहेका ठाउँहरूबारे धेरै जान्नका लागि <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html#geographic> मा हेर्नुहोस्।

के अमेरिकामा कोभिड-१९ का बिरामीहरू देखिएका छन् ?

छन्। अमेरिकामा कोभिड-१९ को पहिलो बिरामी जनवरी २१, २०२० मा फेला पारिएको हो। अहिले अमेरिकामा कोभिड-१९ का बिरामीको संख्या <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html> मा उपलब्ध छ।

कोभिड-१९ कसरी फैलिन्छ ?

कोभिड-१९ को कारक मानिएको भाइरस संभवत जनवरको स्रोतबाट उत्पत्ति भएको हो, तर अहिले यो मानिसबाट मानिसमा फैलिइरहेको छ। यो भाइरस मुख्य रूपमा ती मानिसहरूबीच फैलिने ठानिएको छ, संक्रमित व्यक्तिले खोकदा वा हाच्छयु गर्दा आएको मसिना थोपाका निकट रहेका मानिसहरू (करिब ६ फिट भित्र) सम्पर्कमा आउनाले भाइरस एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ। भाइरस भएको सतह वा वस्तु छोपछि आफ्नो मुख, नाक, वा संभवत आफ्नै आँखा छुनाले पनि कुनै व्यक्तिलाई कोभिड-१९ हुनसक्ने संभावना हुन्छ, तर यो माध्यमलाई भाइरस फैलाउने मुख्य माध्यम मानिदैन। हालै देखापरेको कोरोना भाइरसको फैलावटबारे के जानकारी छन्, त्यो <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html> बाट जानौं।

कोभिड-१९ का लक्षणहरू के के हुन् ?

कोभिड-१९ भएका बिरामीमा सामान्यदेखि कडा खालको श्वास-प्रश्वासको बिमाराका साथै निम्न लक्षणहरू हुन्छन्

- ज्वरो
- खोकी
- सास फेर्न गाह्रो

यो भाइरसका गम्भीर जटिलताहरू के के हुन् ?

केही बिरामीहरूका दुवै फोक्सोमा निमोनिया, धेरै अंगले एकैपटक काम गर्न छाड्ने, केहीको मृत्यु हुनसक्छ।

मैले आफ्नो रक्षा निम्ति आफैं के गर्न सक्छु ?

मानिसले श्वास-प्रश्वाससम्बन्धी बिमार हुन नदिन दैनिक निम्न रोकथाममुलक कार्य गरेर आफ्नो रक्षा गर्न सक्छन्।

- जो मानिसहरू बिरामी छन्, उनीहरूको निकट सम्पर्कबाट टाढै बस्नुहोस्।
- नधोएका हातहरूले तपाईंका आँखाहरू, नाक, र मुख नछुनुहोस्।
- साबुन-पानीले कम्तीमा २० सेकेन्ड लगाएर पटक-पटक तपाईंका हात धुनुहोस्। यदि साबुन-पानी छैन भने कम्तीमा ६० प्रतिशत अल्कोहल भएको अल्कोहलमा आधारित हातमा लगाउने स्यानिटाइजर प्रयोग गर्नुहोस्।

यदि तपाईं बिरामी हुनुहुन्छ, अरूमा श्वास-प्रश्वाससम्बन्धी बिमार फैलाउन चाहनुहुन्न भने तपाईंले यसो गर्नुपर्छ।

- तपाईं बिरामी हुनुहुन्छ भने औषधोपचार सेवा लिनबाहेक घरमै बस्नुहोस्।
- तपाईंले खोकदा वा हाच्छयु गर्दा टिस्पूले छोप्नुहोस्, अनि टिस्पूलाई फोहोरको ढ्वाङ्गमा फ्याँक्नुहोस्।
- पटक-पटक छोएका वस्तु तथा सतहहरू सफा गर्नुहोस् र कीटाणु-मुक्त पार्नुहोस्।

यदि मैले हालै कोभिड-१९ फैलिइरहेको ठाउँको भ्रमण गरेको हो भने मैले के गर्नुपर्छ ?

यदि तपाईं प्रभावित क्षेत्रबाट आउनुभएको हो भने तपाईंलाई २ हप्तासम्म यता-उता हिँडुल गर्न बन्देज गर्न सकिन्छ। यदि उक्त अवधिमा तपाईंमा लक्षणहरू (ज्वरो, खोकी, सास फेर्न गाह्रो) विकसित भए भने तपाईंले चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्छ। तपाईं स्वास्थ्य-सेवा प्रदायकको कार्यालयमा जानुअघि फोन गर्नुहोस्, र आफ्नो यात्रा तथा लक्षणहरूबारे भन्नुहोस्। उहाँहरूले तपाईंबाट अरूलाई बिमार नसारी कसरी सेवा पाउनुहुन्छ भनेर निर्देशनहरू दिनुहुनेछ। बिरामी हुँदा अरूलाई बिमार सार्ने संभावना कम गर्न व्यक्ति सम्पर्क नगर्नुहोस्, बाहिर नजानुहोस् र यात्रा गर्नुपर्ने छ भने अलि पछिका लागि सार्नुहोस्।

के कुनै खोप छ ?

अहिले कोभिड-१९ बाट बचाउनका लागि कुनै खोप उपलब्ध छैन। संक्रमणबाट बच्ने उत्तम उपाय दिनहुँ रोकथाममुलक कार्यहरू, जस्तो: बिरामी मानिसको निकट सम्पर्कमा नजाने र पटक-पटक हात धुने, गर्नुपर्छ।

के यसको उपचार छ ?

कोभिड-१९ का लागि कुनै भाइरसविरुद्धको विशेष उपचार छैन। कोभिड-१९ भएका मानिसले लक्षणहरूबाट राहत पाउन स्वास्थ्योपचार खोज्न सक्छन्।



Translation provided by



धेरै जानकारीका लागि: www.cdc.gov/COVID19