

संक्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा आएको व्यक्तिको स्वास्थ्य अवलोकन अवधिभर र संक्रमितले स्वास्थ्यलाभको लागि घरमा बसेको अवधिभर ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

1



संक्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा आएको व्यक्ति तथा संक्रमित व्यक्ति र परिवारका सदस्यहरुले सकभर एउटै कोठा प्रयोग नगर्ने

2



संक्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा आएको व्यक्ति तथा संक्रमित व्यक्तिको रेखदेख सकभर घरका एक सदस्यले मात्र गर्ने

3



सकभर सबैजनाले मास्क लगाउने

4



पटक पटक घाँटी गलगल गर्ने, हात धुने

5



सकभर दिउँसो कोठामा हावा प्रवाहित हुन दिने

6



सबैले प्रयोग गर्ने हान्डल आदि अल्कोहल वा स्यानिटइजरले पुछ्ने

7



मैलो भएको तन्ना र कपडाहरु धुने

8



फोहोर फाल्दा थैलिको मुख राम्ररी बन्द गरेर मात्र फाल्ने



खाना खाँदा पनि छुट्टा छुट्टै !