

COVID-19 प्रिंस एडवर्ड आइलैंड में: सार्वजनिक स्वास्थ्य उपाय और अन्य महत्वपूर्ण जानकारी

COVID-19 के दौरान सुरक्षित रहना (मूल सार्वजनिक स्वास्थ्य उपाय)

- अपने आप को और अपने आसपास के अन्य लोगों को सुरक्षित रखने के लिए महत्वपूर्ण कदम उठाएं और PEI में COVID-19 के प्रसार को रोकने में मदद करें:
 - बार-बार हाथ धोएं
 - उन लोगों से 6 फीट अलग रहें जो आपके घर का हिस्सा नहीं हैं
 - अपने संपर्कों को जितना संभव हो उतना छोटा रखें
 - अस्वस्थता महसूस होने पर घर पर रहें
 - इनडोर सार्वजनिक स्थानों पर नॉन-मेडिकल मास्क पहनें
 - COVID-19 के किसी भी लक्षण का अनुभव होने पर जांच करवाएं

प्रिंस एडवर्ड द्वीप की यात्रा

- PEI के पास प्रांत में COVID-19 के प्रसार को रोकने और रोकने के लिए यात्रा के उपाय हैं।
- व्यक्तियों को केवल आवश्यक कारणों से PEI से या से यात्रा करनी चाहिए।
- Non-PEI निवासियों को PEI की यात्रा करने के लिए अग्रिम रूप से आवेदन करना चाहिए और जब तक उन्हें पूर्व-यात्रा की मंजूरी नहीं मिलती है, तब तक उन्हें यात्रा की योजना नहीं बनानी चाहिए।
- PEI की यात्रा करने या लौटने वाले सभी को प्रांत में आने के बाद 14 दिनों के लिए आत्म-पृथक करना होगा: www.princeedwardisland.ca/isolationrequirements
- PEI के बाहर यात्रा करने वाले सभी निवासियों को इस प्रांत की ओर लौटने से पूर्व स्वयं-अलग की योजना पंजीकृत करनी चाहिए. इस कदम से लोगों को खुद को अलग-थलग करने की स्वयं योजनाएं विकसित करने में मदद मिलेगी जो लोगों को सामाजिक स्वास्थ्य पर स्वयं को अलग-थलग करने की ज़रूरत है। www.princeedwardisland.ca/residentsselfisolation
- PEI में पहुंचने वाले प्रत्येक व्यक्ति, जो अलगाव में है और पहले से ही PEI परीक्षण अनुसूची के एक प्रांत में नहीं है, लोगों को 0-1, 4-6 और 9-11 दिनों पर परीक्षण करने की आवश्यकता होती है। एक परिवार के आने और अलग होने के लिए, प्रति परिवार दो लोगों तक का परीक्षण किया जाना आवश्यक है। COVID-19 परीक्षण के बारे में जानकारी यहाँ उपलब्ध है: www.princeedwardisland.ca/COVIDTesting
- किसी ऐसे व्यक्ति के साथ मेलजोल या बातचीत न करें जो हाल ही में PEI के बाहर यात्रा से लौटा है और आत्म-पृथक है।
- वर्तमान में प्रभावी सार्वजनिक स्वास्थ्य उपायों के बारे में अधिक जानकारी यात्रा और COVID-19 पोस्ट सर्किट-ब्रेकर उपायों पर उपलब्ध है।

लक्षण, परीक्षण और स्व-अलगाव

- COVID-19 के किसी भी लक्षण का अनुभव करने वाले व्यक्तियों को अपना परीक्षण परिणाम प्राप्त होने तक तुरंत और आत्म-पृथक परीक्षण करना चाहिए।
- लक्षणों में शामिल हो सकते हैं: नई या बिगड़ती खांसी; सांस की तकलीफ या सांस लेने में कठिनाई; बुखार / ठंड लगना; गले में खराश; बहती नाक / छींकने / जमाव; सरदर्द; मांसपेशियों / संयुक्त / शरीर में दर्द; अस्वस्थ / असामान्य थकान महसूस करना; और गंध या स्वाद की भावना का अचानक नुकसान - www.princeedwardisland.ca/COVID19symptoms
- परीक्षण पूरे प्रांत में ड्रॉप-इन क्लिनिकों में उपलब्ध है - www.princeedwardisland.ca/COVIDtesting
- यदि आपको आत्म-पृथक करने की आवश्यकता है क्योंकि आप लक्षणों का सामना कर रहे हैं या सीओवीआईडी -19 के लिए सकारात्मक परीक्षण किया है या प्रांत के बाहर यात्रा की है, इसका मतलब है:
 - घर पर और अपनी संपत्ति पर बने रहना
 - दूसरों (में-व्यक्ति) के साथ संपर्क नहीं है;
 - जब तक आवश्यक न हो, घर से बाहर न निकलें, जैसे कि चिकित्सा देखभाल की तलाश करें
 - स्कूल, काम, सार्वजनिक क्षेत्रों में न जाएं या सार्वजनिक परिवहन (बस या टैक्सी) का उपयोग न करें
 - किराने का सामान और अन्य आवश्यक चीजें आपके दरवाजे पर पहुंचाई जाती हैं
 - घर के अंदर या बाहर लोगों की मेजबानी या यात्रा न करें;
 - यदि आप अन्य लोगों के साथ रहते हैं - घर में अन्य लोगों से अलग कमरे में रहकर, किसी भी साझा स्थान का उपयोग नहीं करके, और आदर्श रूप से एक अलग बाथरूम का उपयोग करके अलग-थलग रहते हैं।
 - यदि आप यात्रा के बाद PEI में लौट रहे हैं, यदि आप ऐसी स्थिति में हैं, जहां आप अपने घर के एकमात्र सदस्य हैं, जिन्हें आत्म-पृथक करने की आवश्यकता है, जहां संभव हो, आत्म-अलगाव के लिए एक पूरी तरह से अलग स्थान की तलाश करें। यदि आपके पास कोई अन्य विकल्प नहीं है, तो आपके घर के अन्य सदस्यों को आत्म-पृथक होना चाहिए जब तक कि आप उनसे पूरी तरह से अलग न रहें
 - यदि आप एक अपार्टमेंट बिल्डिंग या कोंडो में रहते हैं - भवन की संपत्ति पर रहें, के; प्रवेश करते समय और बाहर और बाहर: 6 फीट अलग रहें, नॉन-मेडिकल मास्क पहनें, और हाथ की सफाई करें; आपको भवन में प्रवेश करने और बाहर निकलने के अलावा भवन के किसी भी सामान्य क्षेत्र का उपयोग करने की अनुमति नहीं है।
- और अधिक जानकारी प्राप्त करें: www.princeedwardisland.ca/isolationrequirements

COVID अलर्ट ऐप डाउनलोड करें

- सभी को मुफ्त राष्ट्रीय COVID अलर्ट ऐप डाउनलोड करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है, क्योंकि यह आपको बताएगा कि कब आपने किसी ऐसे व्यक्ति से संपर्क किया है, जिसने COVID-19 के लिए सकारात्मक परीक्षण किया है - www.princeedwardisland.ca/COVIDAlertApp
- हमारे प्रांत में COVID-19 के प्रसार को शामिल करने के हमारे प्रयासों में यह एक और महत्वपूर्ण उपकरण है

कोविड -19 वैक्सीन

- PEI का COVID-19 प्रतिरक्षण कार्यक्रम चल रहा है।
- आने वाले महीनों में, प्रिंस एडवर्ड आइलैंड में रहने वाले हर कोई जो COVID-19 के खिलाफ टीकाकरण करवाना चाहता है, उसे वैक्सीन प्राप्त करने का अवसर मिलेगा।
- COVID-19 वैक्सीन COVID -19 वायरस के खिलाफ लोगों की रक्षा करने में मदद करते हैं, जिससे हमारे शरीर को सुरक्षा, जैसे कि एंटीबॉडी का उत्पादन होता है, इसलिए हमारा शरीर वायरस से लड़ने के लिए तैयार होगा।
- सभी COVID-19 टीकों को पूरी तरह से वैज्ञानिक समीक्षा के बाद हेल्थ कनाडा द्वारा अनुमोदित किया गया है।
- सभी स्वीकृत COVID-19 टीके लोगों को बीमार या इससे भी बदतर, मरने से रोकने में सुरक्षित और प्रभावी हैं।
- COVID-19 वैक्सीन आपके डीएनए को नहीं बदलते हैं।
- आप टीके से COVID-19 संक्रमण प्राप्त नहीं कर सकते।
- COVID-19 वैक्सीन बांझपन का कारण नहीं है।
- COVID-19 वैक्सीन मुफ्त हैं।

PEI पर दी जा रही COVID-19 वैक्सीन के बारे में जानकारी, जिसमें टीकाकरण करने के लिए आपकी नियुक्ति कैसे की जाती है, इस पर उपलब्ध है: www.princeedwardisland.ca/COVIDVaccine