

বিদেশ থেকে  
আসলে কী  
করবেন?



বিদেশ থেকে আসার পর  
অন্তত ১৪ দিন কারও  
সংস্পর্শে যাওয়া যাবে না।  
নির্দিষ্ট জায়গায় থাকুন।

নাক-মুখ ঢাকার জন্য  
মাস্ক ব্যবহার করুন।



প্রয়োজনে স্থানীয় সিভিল সার্জন,  
উপজেলা স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা  
কার্যালয়ে যোগাযোগ করুন।

লক্ষণ দেখা দিলে কোথায়  
যোগাযোগ করবেন?



নিকটস্থ হাসপাতাল



চিকিৎসক



বাংলাদেশে অবস্থানরত ব্যক্তিত্ব  
মায়ানমার নাগরিকগণ দাতা  
সংস্থার সহায়তায় পরিচালিত  
ক্যাম্পের স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে  
যোগাযোগ করতে পারেন।

হটলাইন : ০১৭০১ ২০২ ৫৯৭

প্রয়োজনে আইইডিসিআর এর  
হটলাইনে যোগাযোগ করুন।

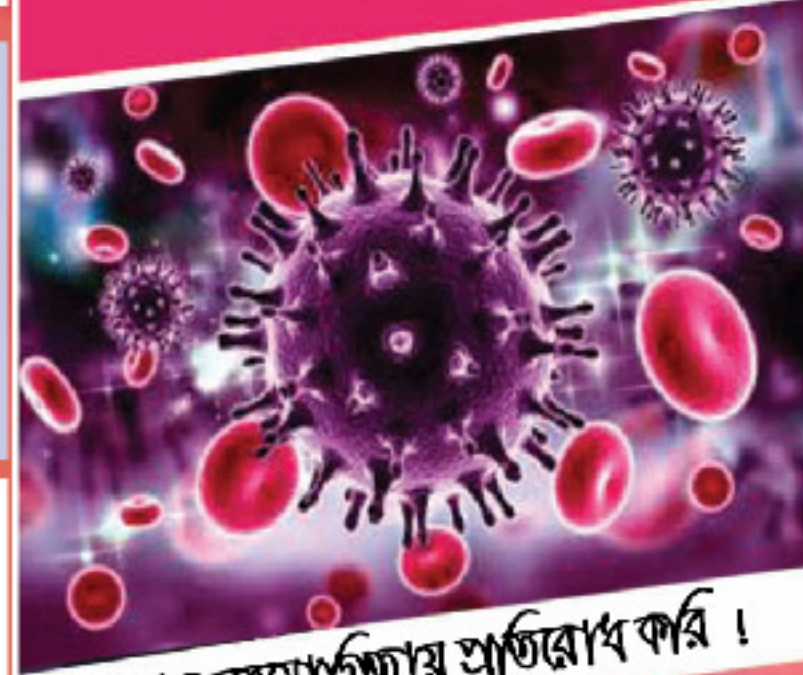
০১৯৪৪৩৩৩২২২, ০১৯৩৭১১০০১১,  
০১৯৩৭০০০০১১, ০১৯২৭৭১১৭৮৪,  
০১৯২৭৭১১৭৮৫ ও স্বাস্থ্য বাতায়ন - ১৬২৬৩

প্রচারে :

Research, Training and Management (RTM) International  
SKI, Shewrapara, Begun Rokeya Sharani  
Mirpur, Dhaka 1216, Bangladesh



করোনা ভাইরাস  
আতঙ্ক নয়,  
সচেতন হউন



স্বাধীন সহযোগিতায় প্রতিরোধ করি !

জনস্বার্থে

Primary Health Care Services (PHCS) for  
Rohingya Refugees at Camp 19 in Thibiya, Cox's Bazar

স্বাধীন সহযোগিতার মাধ্যমে জনস্বার্থে  
সেবা প্রদান করা হচ্ছে।



# করোনা ভাইরাস কী ?



হাঁচি, কাশি, থুথুর মাধ্যমে খুব দ্রুত ছড়িয়ে পড়া এক ধরনের ভাইরাস।

## লক্ষণ কী ?



জ্বর



সর্দি, কাশি



গলা ব্যাথা



শরীর ব্যাথা

## প্রতিরোধের উপায় !



দিনে অন্তত ২০ বার সাবান পানি দিয়ে ২০ সেকেন্ড হাত ধুয়ে ফেলুন।



হাঁচি-কাশি দেওয়ার সময় রুমাল/টিস্যু দিয়ে নাক মুখ ঢাকুন।



রুমাল বা টিস্যু না থাকলে হাতের কনুইয়ের ভাজ দিয়ে নাক, মুখ ঢাকুন।



ব্যবহৃত টিস্যু যেখানে সেখানে ফেলবেন না। সম্ভব হলে পুড়িয়ে ফেলুন।



জামা-কাপড়, রুমাল ভাল করে সাবান পানি দিয়ে ধুয়ে ব্যবহার করুন।



হাঁচি-কাশির পর হাত না ধুয়ে চোখ নাক এবং মুখ স্পর্শ করবেন না।



করমর্দন, কোলাকুলি, আলিঙ্গন, জনসমাগম স্থল পরিহার করুন।



৩ ফিট দূরত্ব বজায় রাখুন।



আক্রান্ত ব্যক্তি, তার পরিবার, সেবিকা এবং চিকিৎসকের মাস্ক ব্যবহার করতে হবে।