



# NOVEL CORONAVIRUS (COVID-19)



## Advisory on Home Quarantine for Asymptomatic Travellers.



Stay in a well ventilated room preferably with attached toilet. In case of other family members staying along, he/she should maintain a distance of 1 meter.



Should stay away from elderly, pregnant women and children within household and restrict his/her movements within the house.



Should not attend any religious/social gathering like weddings, condolences, etc.



Should wash hands often, thoroughly with soap and water or with alcohol based sanitizer.



Avoid sharing household items such as dishes, glasses, cups, towels, bedding, or other items with other people at home.



If symptoms such as cough, fever, difficulty in breathing appear, immediately wear mask & inform nearest health centre or call Helpline 104.



In case of contact with family or friends when symptomatic, all close contacts to be home quarantined for 14days.

Clean and disinfect toilet surfaces with regular household bleach solution/phenolic disinfectants.



Clean the clothes and other linen used by the person separately using detergent and dry.



Issued by:-

**Integrated Disease Surveillance Programme**, Directorate of Health Services,  
Campal-Panaji-Goa

[www.nhm.goa.gov.in](http://www.nhm.goa.gov.in)





# नोव्हेल कोरोनाव्हायरस (COVID-19)



## लक्षणविरहित प्रवाश्यांकरिता घरी विलगीकरणासाठी सल्ला



**चांगल्या** हवेशीर खोलीत राहा; त्यात संलग्न शौचालय असल्यास उत्तम. कुटुंबातील इतर सदस्यही सोबत राहात असल्यास, त्याने/तिने किमान १ मीटरचे अंतर राखले पाहिजे.



**घरातील** वयस्कर व्यक्ती, गर्भवती स्त्रिया आणि मुलांपासून दूर राहावे आणि घरातील आपल्या हालचाली मर्यादित ठेवाव्या.



**विवाह**, शोकसभा, यांच्यासारख्या कोणत्याही धार्मिक / सामाजिक समारंभांना उपस्थित राहू नये.



**साबण** आणि पाण्याने किंवा अल्कोहोल आधारित सॅनिटायझरने वारंवार व्यवस्थितपणे हात धुवावेत.



**ताट**, पेला, कप, टॉवेल, अंथरूण-पांघरूण किंवा इतर वस्तूंचा घरातील इतर व्यक्तींसोबत सामायिक वापर करणे टाळावे.



**खोकला**, ताप, श्वासोच्छ्वास करण्यात त्रास, यांच्यासारखी लक्षणे दिसून आल्यास, त्वरित मास्क घालावा आणि जवळच्या आरोग्य केंद्राला कळवावे किंवा हेल्पलाईन 104 ला कॉल करावा.



**लक्षणसूचक** असताना कुटुंबातील अन्य व्यक्ती किंवा मित्रांच्या संपर्कात आल्यास, अशा सर्व जवळच्या संपर्कात आलेल्या व्यक्तींना 14 दिवसांसाठी घरी विलगीकरणात ठेवले जाईल.



**शौचालयाचे** पृष्ठभाग नियमित वापरातल्या घरगुती ब्लीच सोल्युशनने / फिनॉलिक जंतुनाशकाने स्वच्छ व निर्जंतुक करा.

**विलगीकरणातील** व्यक्तीने वापरलेले कपडे आणि इतर चादरी डिटर्जंट वापरून वेगळे धुवा आणि सुकवा.



पुरस्कर्ते-

[www.nhm.goa.gov.in](http://www.nhm.goa.gov.in)

एकत्रीकृत रोग नियंत्रण कार्यक्रम, आरोग्य सैवा संचालनालय, कांपाल-पणजी-गोवा

