कर्मचारी कोभिड-19 अपडेट

कम्पनी/कारखाना [Company/Facility]:
_____

यो कारखानामा मामिलाहरूको संख्या [# cases at this plant]:
_____

यस अपडेटको मिति [Date of this update]:
_____

जाँच गरिरहेको स्थानीय स्वास्थ्य केन्द्रको नाम [Local health center]:
_____

स्वास्थ्य केन्द्रको टेलिफोन नम्बर [Tele# of health center]:
_____

कोभिड-19 ले नर्थ क्यारोलिनमा राष्ट्रिय अनि विश्वव्यापी रूपमा थुप्रै समुदायहरूलाई प्रभावित पारेको छ। यस कारखानामा कामदारहरूमाझ हालैमा यो रोगका मामिलाहरूको पुष्टि भएको छ। तपाईंको स्वास्थ्य हाम्रो लागि अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण छ। तपाईंलाई स्वस्थ र सुरक्षित राख्नमा मद्दत गर्न तपाईंलाई भाइरस लाग्ने जोखिम घटाउनका लागि हामीले हाम्रा कार्यविधि र हाम्रा नीतिहरूमा परिवर्तनहरू गरेका छौँ।

हाम्रो कारखानाले स्थानीय एवम् राज्य स्वास्थ्य अधिकारीहरूसँग मिलेर भाइरसको प्रसार घटाउनका लागि यस्ता मामिलाहरूमा कारबाही गर्न मद्दत गर्दैछ। स्वास्थ्य विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रले जाँचमा पोजेटिभ भेट्टाइएका कामदारहरूको सम्पर्कमा आएका सह-कामदारहरू, परिवारहरू र साथीहरूले यसका लक्षणहरू महसुस गरिरहेका त छैनन् भनेर अनुगमन कार्य गरिरहेका हुन सक्छ। लक्षणहरू भएको कुनैपनि व्यक्तिलाई जाँचका लागि पठाइनु पर्दछ। माथि सूचीबद्ध स्वास्थ्य केन्द्रले **टाउको दुखाइ, घाँटी दुखाइ, थकाइ, खोकी वा ज्वरो** जस्ता कोभिड-19 का लक्षणहरू भएको कुनैपनि कामदारको जाँच गर्न चिकित्सा मूल्याङ्कन र परीक्षण प्रदान गरिरहेको छ। **सास फुल्लिने वा सहाराबिना हिँड्न नसक्ने जस्ता झनै गम्भीर लक्षणहरू भएको** कुनैपनि व्यक्तिलाई चिकित्साकर्मीद्वारा तुरुन्तै मूल्याङ्कन गरिनेछ वा आपतकालीन विभागमा लगिने छ।

यदि तपाईंले आफैलाई कोभिड-19 का हल्का लक्षणहरू पनि भएको महसुस गर्नुहुन्छ भने बिदा लिएर घरमा नै बस्न हामी प्रोत्साहित गर्दछौँ। कसैलाई कोभिड-19 का हल्का लक्षणहरू जस्तै टाउको दुखाइ र घाँटी दुखाइ छ भने पनि उसले जाँचका लागि चिकित्सा मूल्याङ्कन र परीक्षण गराउन माथि उल्लेखित स्वास्थ्य केन्द्रलाई वा आफ्नो डक्टरलाई कल गर्नु अत्यन्तै जरुरी छ। यो काम गर्नाले तपाईंको कार्यस्थलमा भाइरसको प्रसार कति सीमित गर्न सकिन्छ र यसले तपाईंको समुदायमा यसको प्रसारलाई कति सीमित गर्न सकिन्छ भन्ने कुरामा मद्दत गर्दछ। तपाईंलाई लक्षणहरू महसुस हुनेबित्तिकै प्रतिक्रिया जनाएर तपाईंले यो भाइरसलाई आफ्ना परिवारहरू र समुदायमा फैलिनबाट रोक्नमा मद्दत गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंले कुनै यस्तो व्यक्तिको जीवन बचाइरहेको पनि हुन सक्छ जो तपाईंभन्दा बढी जोखिममा छन् जस्तै कुनै मानौं कि सिकाइ वा कामदारको रोगको इतिहास कुनै व्यक्तिलाई कारखानामा अथवा कारखानाको परिवहन स्थलमा प्रवेशको अनुमति दिइनु हुँदैन। लक्षणहरू भएका र खासगरि कोभिड-19 को जाँचमा पोजेटिभ निस्केका कामदारहरूलाई भाइरसबाट स्वास्थ्यलाभ गरिरहेको बेलामा अरूहरूबाट आफैलाई अलग्याउन प्रोत्साहित गरिनेछ जसबाट उनीहरूले आफ्ना परिवारका सदस्यहरू, सहकर्मीहरू वा अन्यहरूमा भाइरस नफैलाउन्।

काममा गयल हुने सम्बन्धमा तपाईंका चिन्ताहरू छन् भने कृपया आफ्ना सुपरभाइजरसँग हाम्रा नीतिहरू वा तपाईं पात्र हुनुभएको (उदाहरणार्थ बिरामी विदा) सम्बन्धी सहायताका लागि कुरा गर्नुहोस्। आफ्नो स्वास्थ्य बिमा कम्पनीसँग

कर्मचारी कोभिड-19 अपडेट

सोधखोज गर्नुहोस् किनभने कतिपयले कोभिड-19 जाँच वा उपचारमा लाग्ने खर्च मिनाहा गरिरहेका छन्। तपाईंसित स्वास्थ्य बिमा छैन भने माथि सूचीबद्ध स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

तपाईंले आफैलाई भाइरसबाट सुरक्षित गर्नसक्ने तरिकाहरूः

- अरूहरूसित कम्तिमा 6 फीटको शारीरिक दूरी राख्नुहोस्।
- हात मिचिमिचि धुनुहोस् (साबुन र पानीले कम्तिमा 20 सेकेन्डसम्म)
- नधोइएका हातहरूले आफ्नो अनुहार नछुनुहोस्।
- खोक्दा वा हाच्छिउँ गर्दा आफैलाई र अरूहरूलाई रोगाणुहरूबाट जोगाउनका लागि आफ्ना हातहरूमा होइन हात मोडेर कुहिनोमा वा टिश्यु पेपरमा गर्नुहोस्। टिश्यु पेपरलाई पुनर्प्रयोग नगर्नुहोस्।
- तपाईं अन्यहरू वरिपरि रहँदा आफ्नो नाक र मुखलाई फेस मास्क वा कुनै लुगाले ढाक्नुहोस्।