

# नोवेल कोरोनाभाइरस संक्रमण निम्न माध्यमहरूबाट फैलिरहेको छ ।

थुकको छिटा

छुनाले

बन्द कोठा  
भिडभाड  
नजिकबाट भेटघाट

थुकको सूक्ष्म छिटा

भेन्टिलेसनको उचित व्यवस्था नभएको बन्द स्थानमा,  $5 \mu m$  भन्दा साना कणहरू केहि समयको लागि हावामा उडेर, केहि पर सम्म संक्रमण फैलाउन सक्ने सम्भावना पनि

तथाकथित यस "वायु संक्रमण" जसका क्षयरोग र दादुरा भाइरसमा हुन्छ भनेर स्वीकार गरिएका कणहरू भन्दा पनि अझ स-साना कणहरूले, जस्तै एयरकन्डिसन इत्यादिको माध्यमद्वारा लामो समयसम्म हावामा उड्ने, पर सम्मको दुरीमा संक्रमण गर्ने सम्भावना हुन्छ। तथापी, यो "सूक्ष्म थुकको छिटा संक्रमण" भन्दा फरक अवधारणा हो भन्ने कुरा बुझ्नु जरुरि छ।

भाइरस औंलाहरूको माध्यमद्वारा नाक वा मुखबाट प्रवेश गर्छ

# ढोकाको हान्डल # टच प्यानल

कुराकानी गर्दा र खोक्दा निक्लने भाइरसयुक्त थुकको छिटा या कणहरू सास लिदा शरीर भित्र प्रवेश गर्छ।

# मनोरन्जन प्रदान गर्ने रेस्टुरा  
# भोज-भतेर/ पार्टी # ठुलो स्वर # गित  
# नाटक घर #कपडा फेर्ने कोठा #बैठक कोठा



यी तीन अवस्थाहरूबाट बचौ ! (१) भेन्टिलेसनको उचित व्यवस्था नभएको बन्द स्थान, (२) धेरै मानिसहरू जम्मा भएर भीडभाड हुने स्थान, (३) नजिकबाट कुराकानी गर्ने अवस्था



हात धुने / कीटाणुनाशकको प्रयोग, मास्कको प्रयोग, २ मीटरको (न्यूनतम १ मीटर) भौतिक दूरी महत्वपूर्ण ! उचित भेन्टिलेसन पनि अत्यन्तै महत्वपूर्ण छ !