COVID-19 का लक्षणहरू

अगस्ट 2021

तपाईंमा हल्का खालका नै लक्षणहरू देखिएका छन् र तपाईंले खोप लगाइसक्नुभएको छ वा तपाईंलाई पहिले COVID-19 **सङ्क्रमण भएको थियो भने पनि आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग सम्पर्क गरेर परीक्षण गराउनुहोस् ।** तपाईंको प्रदायकले तपाईंलाई उहाँको कार्यालयमा परीक्षण गर्नुहुनेछ वा तपाईंलाई नजिकै कतै परीक्षण गराउन सिफारिस गर्नुहुनेछ । परीक्षणको नतिजा नआउँदासम्म घरमै बस्नुहोस् र अन्य मान्छेभन्दा टाढा रहनुहोस् ।

COVID-19 सङ्क्रमित व्यक्तिमा निम्नलगायतका लक्षणहरू देखिन्छन्:

- ज्वरो (100.4 °F वा सोभन्दा बढी)
- खोकी लाग्ने
- सास फुल्ने वा सास फेर्न गाह्रो हुने
- काम छुट्ने
- थकाइ लाग्ने
- मांसपेशी वा शरीर दुख्ने
- टाउको दुख्ने
- घाँटी दुख्ने
- हालै स्वाद वा गन्ध थाहा पाउने क्षमतामा कमी आएको
- नाक बन्द हुने वा नाकबाट पानी बग्ने
- वाकवाकी लाग्ने तथा बान्ता हुने
- पखाला लाग्ने

निम्न लक्षण देखिएका खण्डमा तुरुन्तै स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्नुहोस्:

- सास फेर्न कठिन भएमा,
- निरन्तर दुखेमा,
- छातीमा दबाव परेमा,
- अल्मलिने भएमा,
- ब्युँझिन वा जागा रहन नसकेमा, वा
- तपाईंको ओँठ, गिजा, अनुहार, आँखा वरपर, वा नङको रङ परिवर्तन भएमा ।

यदि तपाईंका स्वास्थ्यसेवा प्रदायक छैनन् भने सेवा प्राप्त गर्न 2-1-1 मा कल गर्नुहोस् ।

COVID-19 सम्बन्धी थप जानकारीका लागि यहाँ जानुहोस्: www.healthvermont.gov/COVID-19

VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

Symptoms of COVID-19

August 2021

If you have symptoms, even mild ones, contact your health care provider to get tested, even if you are vaccinated or had COVID-19. Your provider will test you at their office or refer you for testing nearby. Stay home and away from other people while you wait for your results.

Symptoms of COVID-19 include:

- Fever (100.4 °F or higher)
- Cough
- Shortness of breath or difficulty breathing
- Chills
- Fatigue
- Muscle or body aches
- Headache
- Sore throat
- New loss of taste or smell
- Congestion or runny nose
- Nausea or vomiting
- Diarrhea

Seek medical care immediately if you have:

- trouble breathing,
- persistent pain or
- pressure in the chest,
- new confusion,
- inability to wake or stay awake, or
- changes in color on your lips, gums, face, around the eyes, or nails.

If you don't have a health care provider, call 2-1-1 to connect to care.

For more information about COVID-19: www.healthvermont.gov/COVID-19