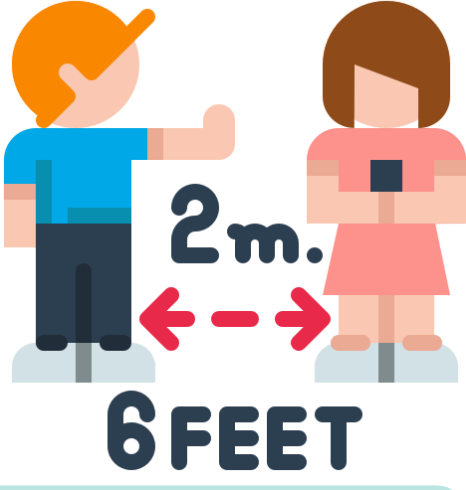


કોવિડ (કોરોના) – ૧૯ અને ગર્ભાવસ્થામાં ધ્યાન રાખવા જેવી બાબતો

ઘરમાં જ રહો અને
ઘરના સભ્યો
સિવાયના
લોકોથી
૬ ફૂટનું અંતર
જાળવો



ભીડવાળી
જગ્યાઓ
જેમકે -
ફરવાની કે
પ્રસંગોમાં
જવાનું ટાળો



જો તમે ગર્ભવતી છો, તો
તમારાં બાળકનું ધ્યાન
રાખો અને કોરોના
વાઈરસથી બિમાર
થવાનું જોખમ ટાળો

હાથને વારંવાર સાબુ અને પાણીથી
કમ સે કમ ૨૦ સેકન્ડ સુધી ધુઓ. જો
સાબુ અને પાણી ઉપલબ્ધ ન હોય તો
૬૦% આલ્કોહોલ વાળું સેનેટાઈઝર
હાથ પર લગાવો



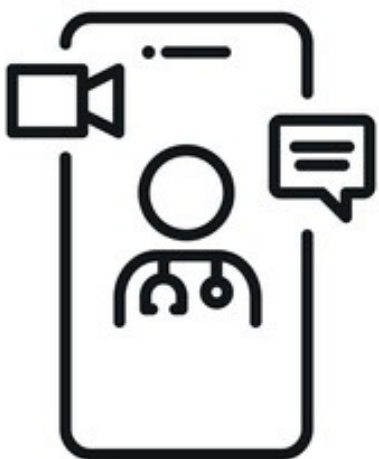
હાથ ધોયા
વગર તમારી
આંખો, નાક
અને મોં ને
અડવાનું ટાળો



ગર્ભાવસ્થા
માં લેવાતી
રસીઓ
નિયમિત
રીતે મૂકાવો



ડૉક્ટરની નિયમિત
મુલાકાત લો.
જો રૂબરૂ જવું
શક્ય ન હોય તો
ફોન કે વિડીઓ
કોલથી
વાત-ચીત કરો



વાઈરસના
જોખમને ટાળવા
ગર્ભસ્થ માતાની
આસપાસના
લોકો (સ્વસ્થ
લોકો સિવાય)
માસ્કમાં રહો



શરદી-ખાંસી કે
વાઈરસની
સંભાવના
હોય તેવી
વ્યક્તિથી દુર
રહો

