

# NOVEL CORONA VIRUS (2019-nCoV)

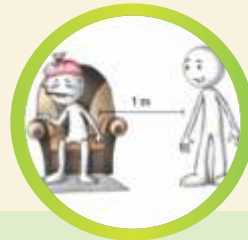
How to protect yourself and others



Cover nose & mouth when coughing or sneezing with tissue or flexed elbow



Regularly wash hands with soap and water or Alcohol based hand rub/sanitizer



If you have symptoms, keep a distance of at least 1 m from other people



Avoid hugging/shaking hands if you have symptoms of flu



Dispose of used tissues properly immediately after use



Watch out for fever cough, difficult breathing



If you have symptoms, stay home from work, school or crowded places until you get better



Avoid touching eyes, nose or mouth with unwashed hands



World Health Organization

## For feedback & further information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

Dr. Michael Lukwiya  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int

For UN Staff

# نوول کورونا وائرس (2019-nCoV)



## خود اور دوسروں کو کیسے بچائیں



کھانسی یا چھینک آنے پر منہ اور ناک کو ٹشو یا آستین کے کپڑے سے ڈھانپیں (ہاتھوں سے نہیں)



اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے صابن اور صاف پانی سے دھوئیں یا ہاتھ صاف کرنے والا لوشن استعمال کریں



اگر آپ کو کھانسی بخار ہے تو دوسرے لوگوں سے کم از کم 1 میٹر کا فاصلہ رکھیں



بیماری کی صورت میں لوگوں کو گلے ملنے یا ہاتھ ملانے سے پرہیز کریں



استعمال کے بعد ٹشو کو مناسب طریقے سے ضائع کریں



بخار، کھانسی اور سانس لینے میں دشواری کی صورت میں ڈاکٹر سے رجوع کریں



علامات کی صورت میں اپنے آفس، سکول یا ہجوم میں جانے کی بجائے گھر پر رہیں



آلودہ، گندے ہاتھوں آنکھ، ناک یا منہ کو مت چھوئیں



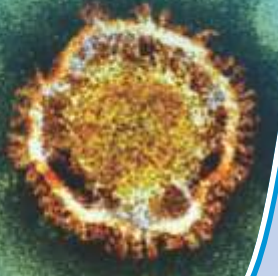
World Health Organization

### For feedback & further information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

Dr. Michael Lukwiyam  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int

# نوول کورونا وائرس (2019-nCoV)



باہر جانے والے مسافروں کے لئے بچاؤ کے اقدامات

احتیاطی تدابیر سے کوڈونا وائرس کا خطرہ کم کریں

اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے صابن اور صاف پانی سے دھوئیں  
یا ہاتھ صاف کرنے والا لوشن استعمال کریں



کھانسی یا چھینک آنے پر ناک اور منہ کو ٹشو یا کہنی سے ڈھانپیں  
اور استعمال کے بعد ٹشو کو مناسب طریقے سے ضائع کریں



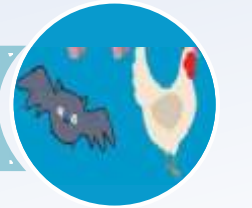
سردی یا فلو سے متاثرہ شخص سے قریبی تعلق رکھنے سے پرہیز کریں



گوشت اور انڈوں کو صحیح طریقے سے پکائیں



جنگلی یا پالتو جانوروں سے غیر محفوظ رابطہ نہ رکھیں



## For feedback & further information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

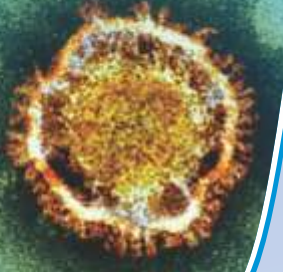
Dr. Michael Lukwiyam  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int



World Health  
Organization



# نورول كورونا وائرس (2019-nCoV)



بيرون ملك سے آنے والے مسافروں كے لئے هدايات

گذشته 14 دنوں كے اندر چين سے آنے والے كسى بهى شخص ميں درج ذيل علامات پائى جائىں تو انھيں چاہيے كہ متعلقہ اداروں ميں فوراً اطلاع كريں

• سانس لينے ميں دشواري



• كھانسى



• بخار



## احتياطي تدابير

- گھر پر رہیں اور دوسرے لوگوں سے ملنے سے پرہیز کریں
- علامت ظاہر ہونے کی صورت میں فوراً کسی مستند ڈاکٹر سے رجوع فرمائیں
- کھانسی یا چھینک آنے پر منہ اور ناک کو ٹشو یا آستین کے کپڑے سے ڈھانپیں (ہاتھوں سے نہیں)
- اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک دھوئیں یا پھر ہاتھ صاف کرنے والا لوشن استعمال کریں
- ہوائی جہاز میں سفر کرنے والے مسافر مشتبہ متعدی بیماریوں کے لیے انٹرنیشنل ایئر ٹرانسپورٹ ایسوسی ایشن (IATA) کی سفارشات پر عمل کریں



World Health  
Organization

### For feedback & further information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

Dr. Michael Lukwiyam  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int

# NOVEL CORONA VIRUS (2019-nCoV)

Prevention Measures for outgoing Travellers

## Reduce your risk of Corona Virus Infections



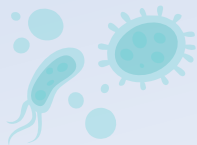
Clean your hands regularly with **soap** and water or **hand sanitizer**



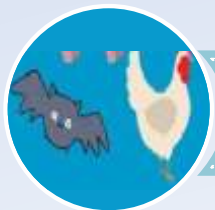
Cover nose & mouth when coughing or sneezing with tissue or flexed elbow and properly dispose off tissue after use



Avoid close contact with anyone with cold or flu like symptoms



Thoroughly cook meat & eggs



No unprotected contact with live wild or farm animals



World Health Organization

### For feedback & further information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

Dr. Michael Lukwiyam  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int

# NOVEL CORONA VIRUS (2019-nCoV)

## Prevention Measures for incoming Travellers

Travelers are encouraged to self-report if followings sign/symptoms appear with in 14 days travel from China

Fever



Cough



Difficult breathing



## PRECAUTIONS

- Stay at home and avoid contact with others.
- Seek medical care right away.
- Cover your mouth and nose with a tissue or your sleeve (not your hands) when coughing or sneezing.
- Wash hands often with soap and water for at least 20 seconds or use hand sanitizer
- Follow recommendations by International Air Transport Association (IATA) with regard to managing suspected communicable disease on board an aircraft.



World Health  
Organization

### For feedback & further Information :

Dr. Palitha Mahipala  
WHO Representative/Head of Mission  
WHO Country Office, Pakistan, Islamabad  
Tel: +92 51 9255183  
Email: mahipalap@who.int

Dr. Michael Lukwiyam  
Health Emergency Coordinator WHO  
Country office Islamabad - Pakistan  
Tel: +92 51 9255184  
Email: lukwiyam@who.int