

ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸੰਦੇਸ਼

Kia ora (ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ), ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ 'ਚ ਤੁਹਾਡਾ
ਸੁਆਗਤ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਇੱਕ **ਮਹੀਨੇ** ਦੇ ਅੰਦਰ
ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰ ਕੇ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋ
ਸਕੇ **ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ** ਲਵੋ।

ਮੁਫਤ ਹੇਲਥਲਾਈਨ ਲਈ **0800 611 116** ਉਤੇ
ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਵੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਿੱਛੇ
ਜਿਹੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾ ਕੇ ਆਏ ਹੋ ਆਏ ਹੋ।

ਸਿਹਤ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ **38° ਸੈਲਸੀਅਸ** ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ:

- ਲਗਾਤਾਰ ਖੰਘ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖ
- ਲਗਾਤਾਰ ਦਸਤ
- ਲਗਾਤਾਰ ਉਲਟੀਆਂ
- ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ
- ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸੱਟ ਦੇ ਨੀਲ ਪੈਣਾ ਜਾਂ ਖੂਨ ਨਿੱਕਲਣਾ
- ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਠੀਕਠਾਕ ਨਾ ਜਾਪਣਾ
- ਭੰਬਲਭੂਸਾ

Free health advice
when you need it



Healthline
0800 611 116