ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19)

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ -19) SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ, ਫਲੂ ਅਤੇ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਸਮੇਤ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ-ਜੁਲਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਯੋਜਨਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਯੋਜਨਾ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਵੰਡ ਬਾਰੇ ਯੋਜਨਾ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇਖੋ।

ਗ਼ੈਰ-ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ, 1-888-COVID-19 (1-888-268-4319) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸੇਵਾ ਸਵੇਰੇ 7:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਲੱਛਣ

ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਿਸ ਨੂੰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਦੇਖੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੈ
- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਲੱਛਣ
- ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ

ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ -19

ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਦਾ ਮਤਲਬ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਹੈ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਉਪਾਅ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੈ , ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵਰਗੀਆਂ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਲਾਗ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਉਪਾਅ ਕਰੋ। ਕਈ ਸਾਰੇ

ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਵੈ-ਅਲਗਾਵ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਸਵੈ-ਇਕੱਲਤਾ (Self-Isolation) ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ (Self-Monitoring)
- ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ: ਕੋਵਿਡ-19 - ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਜੋਖਮ

ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ

ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੰਢ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਵਿਡ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਅਜਿਹੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦੀ ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਜਾਂ ਚਿਰਕਾਲੀ ਤੌਰ ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹਨ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਕਿਸ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਸਵੈ-ਇਕੱਲਤਾ (Self-Isolation) ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਗਰਾਨੀ (Self-Monitoring) ਦੇਖੋ।

ਟੈਸਟਿੰਗ

ਇੱਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੈਸਟ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਉਦੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਪੌਜ਼ਿਟਿਵ ਜਾਂ ਨੈਗੇਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ।

ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ:

- ਜੋ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹਨ
- ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ

ਟੈਸਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਦੇਖੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਕੋਵਿਡ-19 ਟੈਸਟ ਕਦੋਂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ
- ਟੈਸਟਿੰਗ (ਕੋਵਿਡ)

ਇਲਾਜ

ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਇਲਾਜ ਪੰਨਾ ਦੇਖੋ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਇਲਾਜ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਥੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ ਜਾਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਸੀ
- ਜੇ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਖੰਘ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੀ

ਕੈਨਟ੍ਰੀਟਕੋਵਿਡ (CanTreatCOVID) ਸਟੱਡੀ

ਕੈਨਟ੍ਰੀਟਕੋਵਿਡ ਸਟੱਡੀ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਖੁੱਲੀ ਹੈ:

- ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 5 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਹੈ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਅਵਸਥਾ(ਵਾਂ) ਦੇ ਨਾਲ 18 ਤੋਂ 49 ਸਾਲ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ 50 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ

ਸਟੱਡੀ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੈਕਸਲੋਵਿਡ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ CanTreatCOVID 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 1-888-888-3308 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਕੈਨਟ੍ਰੀਟਕੋਵਿਡ ਸਟੱਡੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ ਰਿਸਰਚ, ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਦੁਆਰਾ ਸਮਰਥਿਤ ਹੈ। ਇੱਕ CanTreatCOVID ਭਰਤੀ ਪੋਸਟਰ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਡਾਉਨਲੋਡ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

ਆਪਣੇ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਯਾਤਰਾ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19

ਨਵੀਨਤਮ ਯਾਤਰਾ ਸਲਾਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਦੇਖੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਯਾਤਰਾ
- ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ: ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਸ਼ਵਰਾ

ਲੰਬਾ ਕੋਵਿਡ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੋਸਟ ਕੋਵਿਡ, ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਕੋਵਿਡ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ। ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਅਥਾਰਿਟੀ: ਪੋਸਟ-ਕੋਵਿਡ-19 ਇੰਟਰ-ਡਿਸਿਪਲੇਨਰੀ ਕਲੀਨਿਕਲ ਕੇਅਰ ਨੈੱਟਵਰਕ ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕਲ ਦੇਖਭਾਲ, ਸਿੱਖਿਆ (ਆਨਲਾਈਨ ਸਾਧਨ ਸ਼ੀਟਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ), ਅਤੇ ਖੋਜ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਉਲਝਣ, ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਬੇਚੈਨੀ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਲਿਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਸੁਭਾਵਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਤੀ ਦਇਆਵਾਨ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਮਾਨਸਿਕ ਕੁਸ਼ਲਤਾ
- ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ: ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ (PDF 371KB)

- [ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ -19]

ਬੱਚੇ, ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ -19 ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਉਪਯੋਗੀ ਸਾਧਨ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ **8-1-1** ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਜਿਹੜੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸ੍ਰੋਤ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ, ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਸਾਧਨ ਦੇਖੋ।

ਕੋਵਿਡ -19 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖੋ:

- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ: ਵਾਧੂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ

ਅਮੇਰੀਕਨ ਸਾਇਨ ਲੈਂਗੁਏਜ ਵੀਡਿਓ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਨਾਲ (**8-1-1**) ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਆਖਰੀ ਵਾਰੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ: 27 ਜੁਲਾਈ, 2023

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19) ਹੈਲਥ ਫ਼ੀਚਰ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਟੈਸਟਿੰਗ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਲੱਛਣ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਮਾਸਕ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਯਾਤਰਾ, ਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡੀਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ: ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ: ਯਾਤਰਾ, ਟੈਸਟਿੰਗ, ਅਤੇ ਬਾਰਡਰ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ: ਕੋਵਿਡ-19 ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਰਹੇ ਵੈਕਸੀਨੇਟਿਡ ਯਾਤਰੀ ਪੰਨਿਆਂ ਤੱਕ 27 ਜੁਲਾਈ, 2023 ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਿਆ ਗਿਆ।