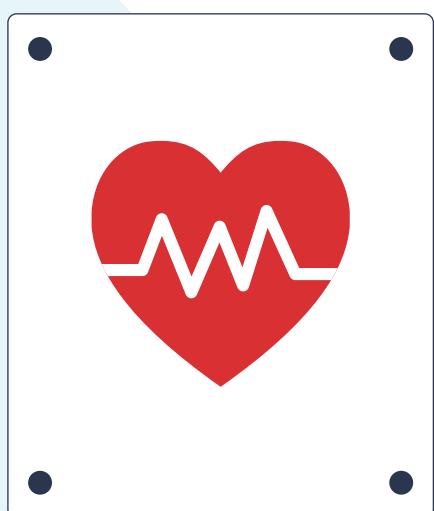


दीर्घ COVID भनेको के हो?

दीर्घ COVID लाई व्यापक रूपमा तीव्र COVID-19 संक्रमण पछि जारी वा विकसित हुने संकेत, लक्षण र अवस्थाहरू भनेर परिभाषित गरिएको छ।



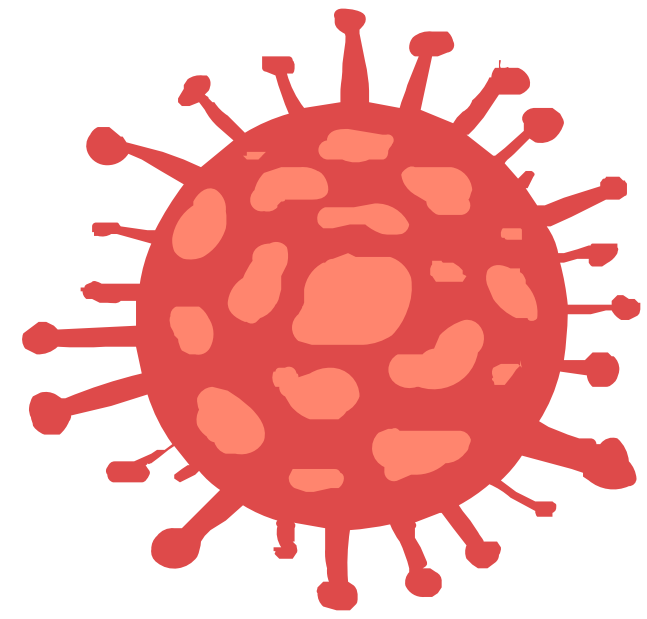
यसलाई यो पनि भन्न सकिन्छ....



COVID पश्चातका अवस्थाहरू
लामो समयको COVID
तीब्र कोभिड-१९ पिछको अवस्था
कोभिडको दीर्घकारालीन प्रभावहरू
पुरानो कोभिड

दीर्घ COVIDको तथ्यहरू





लामो कोविड धेरै पटक गम्भीर COVID-19 रोग
भएका व्यक्तिहरूमा देखा पर्दछ,

तर COVID-19 हुने भाइरसबाट संक्रमित जो
कोहीले यसको अनुभव गर्न सक्छन्।

1

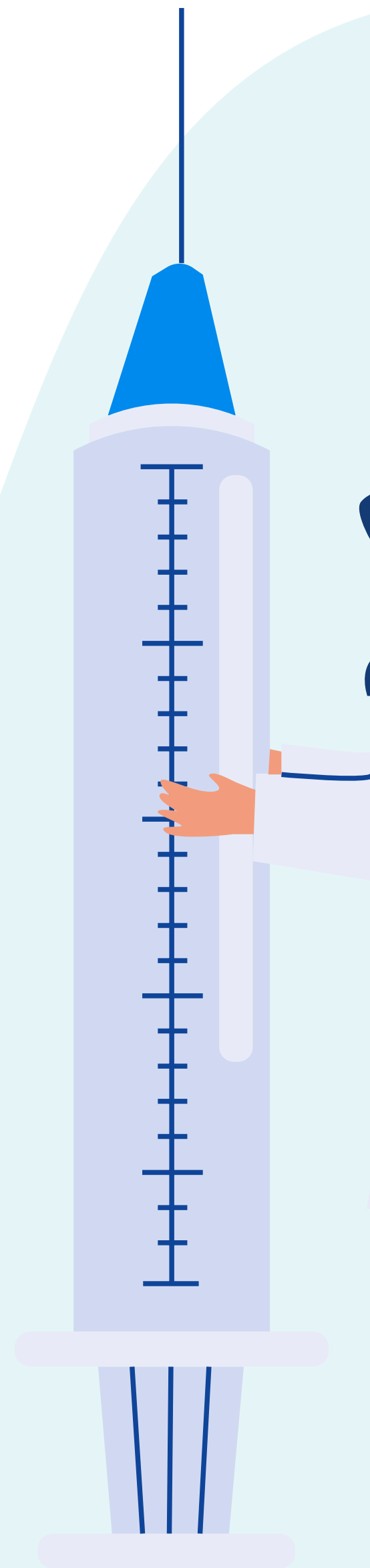
तथ्य

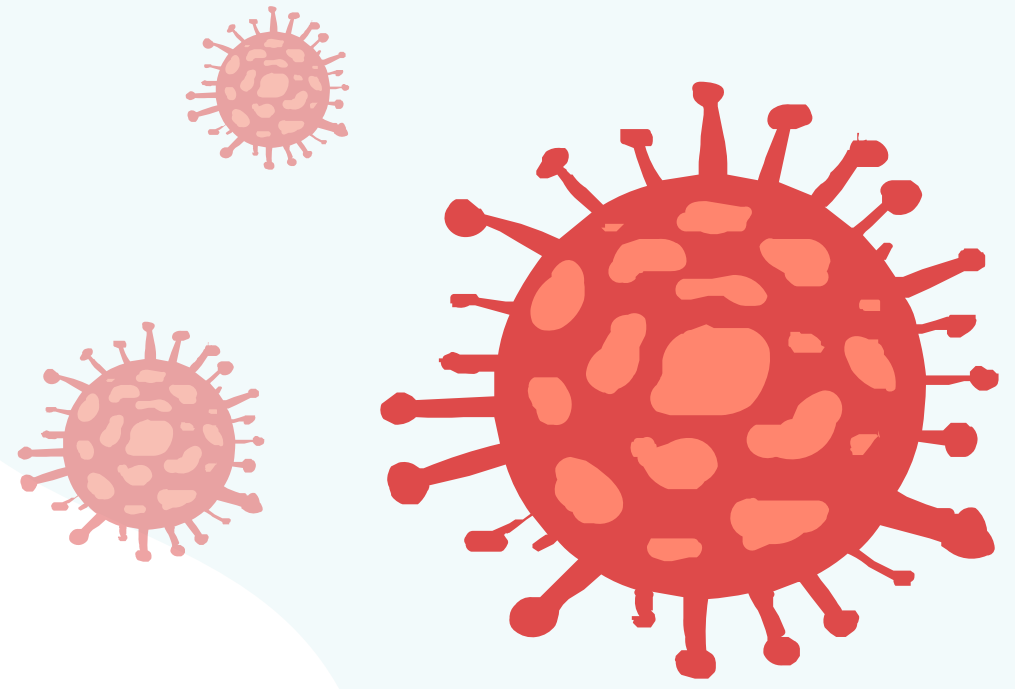
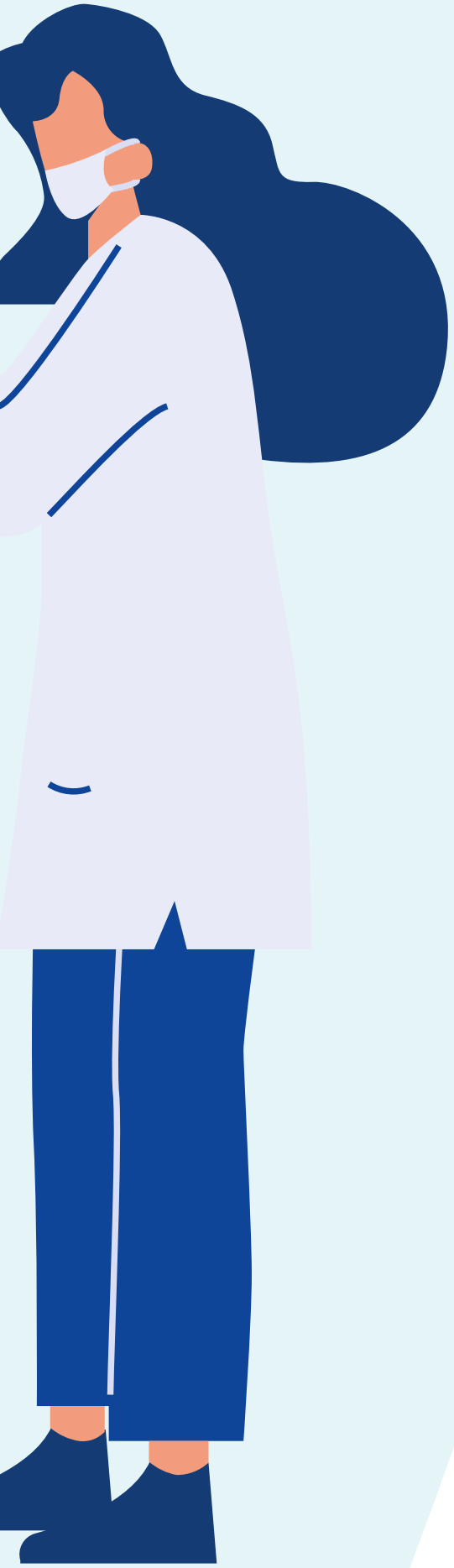
कोभिड-१९ विरुद्धको खोप लगाएका
व्यक्तिको तुलनामा खोप नलगाएका र
संक्रमित भएका व्यक्तिमा लामो समयसम्म
कोभिड-१९

को संक्रमण हुने जोखिम
बढी हुन्छ ।

2

तथ्य





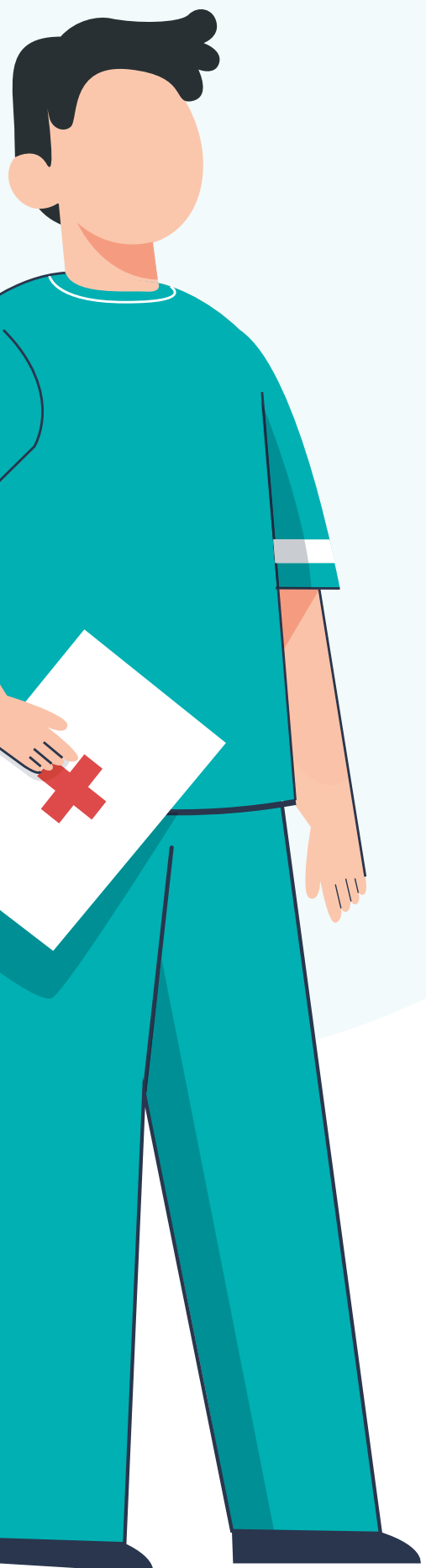
मानिसहरू धेरै पटक कोरोनाभाइरसले
फेरि पनि संक्रमित हुन सक्छन्।

कुनै व्यक्ति SARS-CoV-2 बाट
संक्रमित वा फेरि संक्रमित भएको
प्रत्येक पटक तिनीहरूमा दीर्घ COVID
विकास हुने जोखिम हुन्छ।

3

तथ्य





दीर्घ COVID भएका अधिकांश
मानिसहरूमा संक्रमण वा COVID-19
रोगको प्रमाण भएमा,

कतिपय अवस्थामा दीर्घ कोविड भएका
व्यक्तिले भाइरसको सकारात्मक
परीक्षण नगरेको हुन सक्छ वा आफूलाई
संक्रमित भएको थाहा नहुन सक्छ।

4

तथ्य

दीर्घ COVID संकेत एवं लक्षणहरू





लक्षणहरू

सामान्य



दैनिक जीवनमा हस्तक्षेप गर्ने थकान



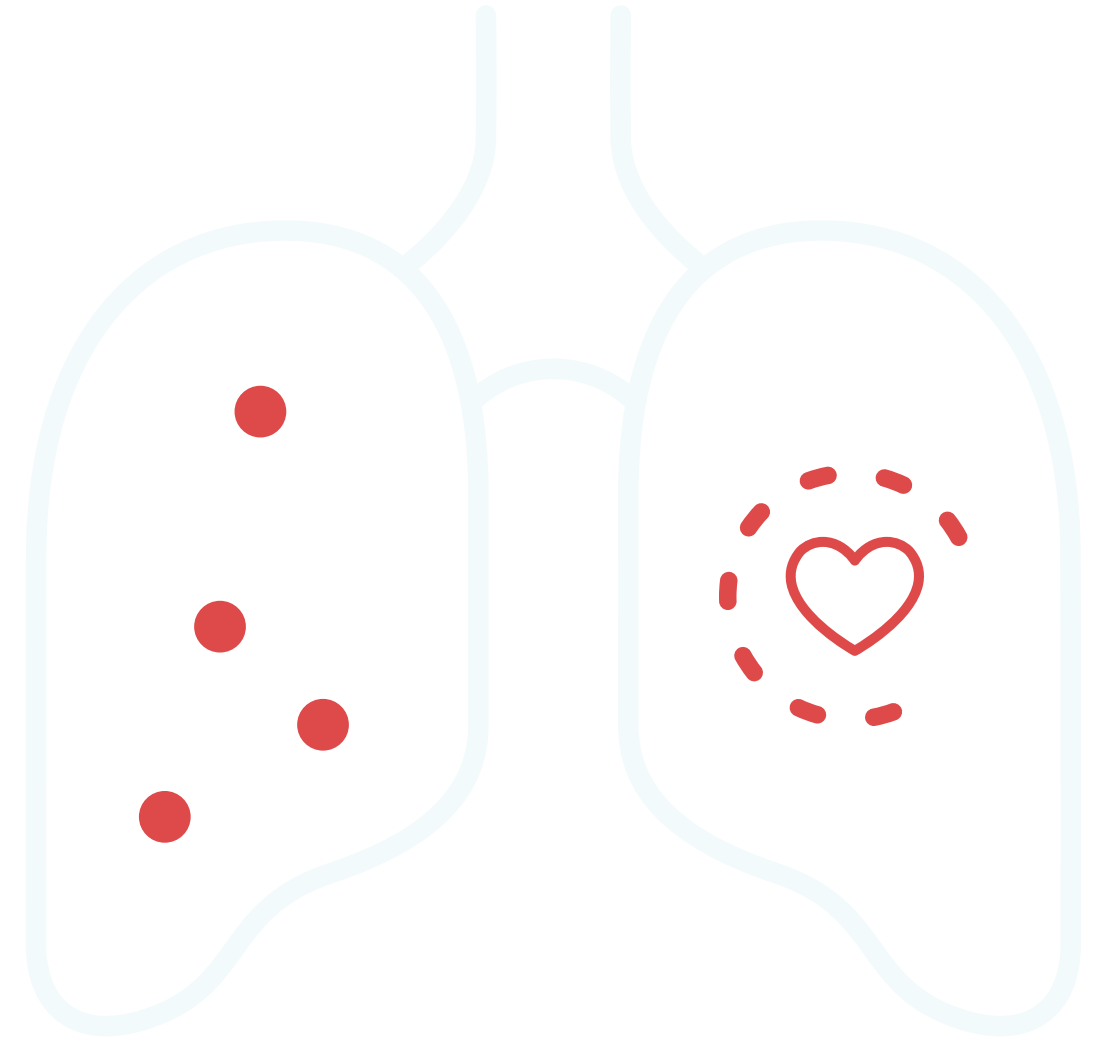
शारीरिक वा मानसिक प्रयासपछि
खराब हुँदै जाने लक्षणहरू
("परिश्रमपछिको अस्वस्थता"
पनि भनिन्छ)



ज्वरो

लक्षणहरू

श्वासप्रश्वास र मुटु



- ✓ सास फेर्न गाह्रो हुनु वा स्याँ स्याँ हुनु
- ✓ खोकी
- ✓ छाती दुखाइ
- ✓ छिटो धड्किने वा धुकधुकी बढ्ने
(हृदयको धड्कन पनि भनिन्छ)

लक्षणहरू

न्यूरोलोजिकल



- ✓ सोच्न वा ध्यान केन्द्रित गर्नमा कठिनाई (कहिलेकाहीं "मस्तिष्कको कुहिरो" भनिन्छ)
- ✓ टाउको दुख्ने
- ✓ ()
- ✓ सियाले घोचेको जस्तो हुने
- ✓ गन्ध वा स्वादमा परिवर्तन
- ✓ निद्राका समस्याहरू
- ✓ डिप्रेसन वा चिन्ता

लक्षणहरू

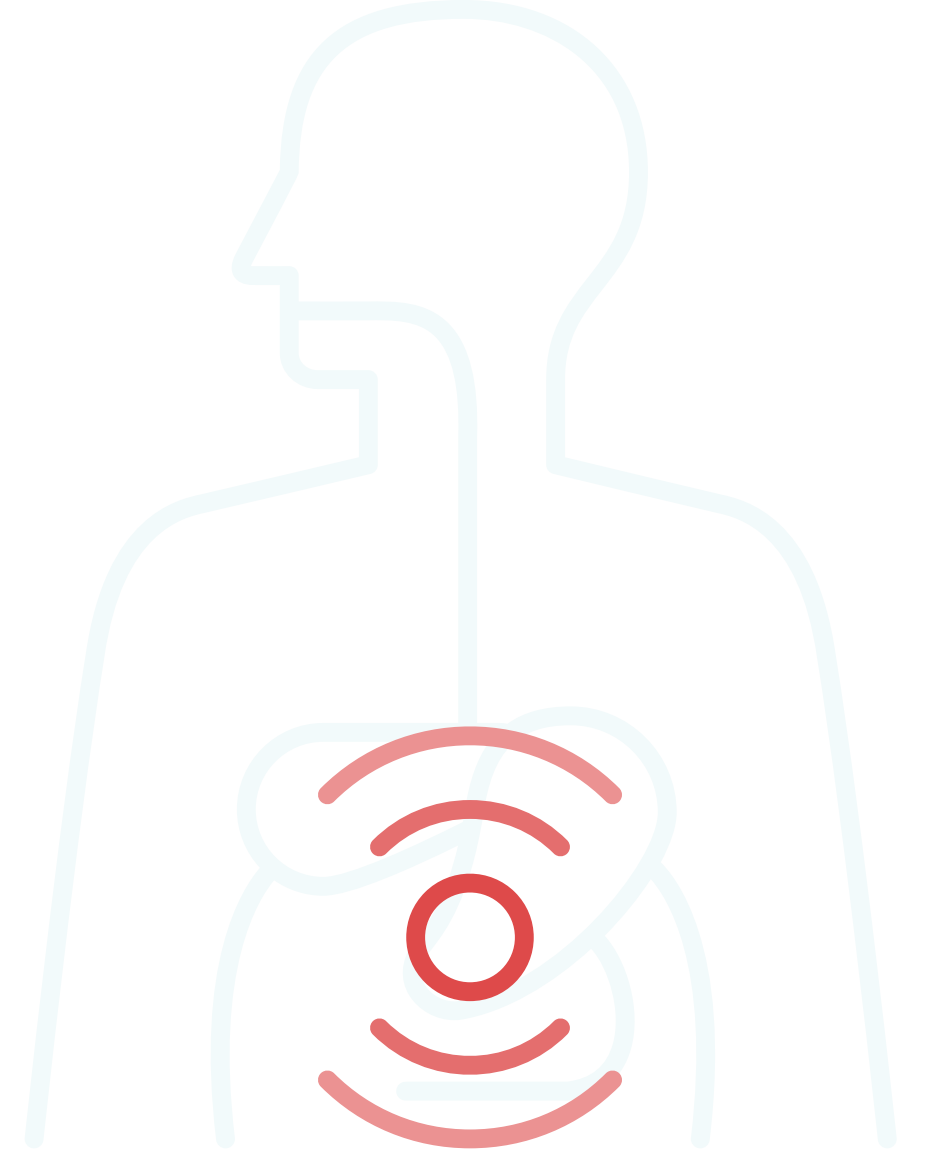
पाचन



पखाला



पेट दुख्ने



लक्षणहरू

अन्य



जोर्नी वा मांसपेशीमा दुखाई



दाग



मासिक धर्ममा परिवर्तन