

अभी किसी सर्दी खांसी वालो को
जाँच करने पर **कोरोना पॉजिटिव**
बता दिया जाता है।

इसलिए **जाँच** के चक्कर में न पड़
कर स्वयं तीन तरह के **जाँच** घर पर
करें.

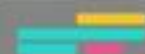


COLLECTION OF VARIOUS
→ **HINDUISM SCRIPTURES**
→ **HINDU COMICS**
→ **AYURVEDA**
→ **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Avinash/Shashi

(creator of
hinduism
server)



KAPWING



COLLECTION OF VARIOUS
-> **HINDUISM SCRIPTURES**
-> **HINDU COMICS**
-> **AYURVEDA**
-> **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with

By
Avinash/Shashi

**(creator of
hinduism
server)**



KAPWING

1.

कोई सुगंधित फूल को सूंघे, अगर
सुगंध मिले तो निगेटिव है,
क्योंकि घ्राण संवेदना समाप्त हो
जाती है।

2.

गुड़ खाएं,

अगर मीठा लगे तो निगेटिव है
क्योंकि स्वाद संवेदना भी कम करता
है।

3.

30 सेकेंड साँस रोकेँ, क्योंकि
कोरोना पॉज़िटिव होने पर 10
सेकेंड भी साँस रोकना मुश्किल हो
जाएगा।

4.

अगर गले में प्रॉब्लम लगे तो दिन भर में
5-6 गोलकी चूसें.
चबा कर न खाएं !

साबुत काली मिर्च को गोलकी
कहते है..

5.

ठंडा पानी नही पियें।
गर्म पानी पिएं।

6.

तुलसी, अदरक, गोलकी, गुड़ का
काढ़ा पिँँ या
दालचीनी, गोलकी, लौंग,
इलाइची, अदरक, गुड़ का काढ़ा
पिँँ, रात में हल्दी दूध लें.

साबुत काली मिर्च को गोलकी कहा जाता है..

7.

बुखार रहने पर Paracetamol का
Tablet लें, और घर में रहे।
साफ-सफाई रखे।

8.

बाहर जाने पर मास्क का प्रयोग
करे और आने पर हाँथ,
मुँह साबुन से धोएं।

9.

इम्युनिटी बढ़ाने के लिए ताजा,
पौष्टिक और शाकाहारी
भोजन करें
कोरोना कुछ नहीं करेगा।

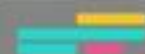


COLLECTION OF VARIOUS
→ **HINDUISM SCRIPTURES**
→ **HINDU COMICS**
→ **AYURVEDA**
→ **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Avinash/Shashi

**(creator of
hinduism
server)**



KAPWING

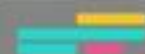


COLLECTION OF VARIOUS
→ **HINDUISM SCRIPTURES**
→ **HINDU COMICS**
→ **AYURVEDA**
→ **MAGZINES**

FIND ALL AT [HTTPS://DSC.GG/DHARMA](https://dsc.gg/dharma)

Made with
By
Avinash/Shashi

**[creator of
hinduism
server]**



KAPWING

कोरोना काल में अपना जीवन,
अपना परिवार और अपना पैसा
बचाने का इससे अच्छा कुछ नहीं !
खुद को सुरक्षित रखें !