

ENGLISH - DIABETES	HINDI
Seek medical advice if you suspect diabetes.	यदि आप को शूगर की बीमारी होने का संदेह हो तो आप डाकटरी मदद लें।
If you, or someone in your family, have the following symptoms it may be a sign of diabetes. If left undiagnosed it could lead to a life-threatening emergency.	यदि आप को या आप के परिवार के किसी सदस्य को नीचे दिए गए लक्षण नज़र आएँ तो यह शूगर हो सकती है। यदि इन पर ध्यान न दिया जाए तो जान जाने का खतरा हो सकता है।
Look out for the 4 Ts: <ul style="list-style-type: none"> Toilet – Going to the toilet a lot? Thirsty – Unable to quench your thirst? Tired – Feeling more tired than usual? Thinner – Losing weight? 	इन चार चीज़ों का ध्यान रखें: <ul style="list-style-type: none"> शौचालय जाना – बार बार पेशाब करने जाना? प्यासे रहना – अपनी प्यास बुझा न पाना? थके रहना – आम से ज़्यादा थके महसूस करना? कमज़ोर लगना – वज़न कम होना?
Contact your GP practice, or NHS 111 if you recognise these signs. In an emergency – call 999.	यदि आप को ये लक्षण नज़र आएँ तो अपने डाकटर, या ऐन ऐच ऐस 111 से बात करें। संकटकाल में – 999 पर फ़ोन करें।
HELP US HELP YOU MANAGE DIABETES	हमारी मदद करें आप की मदद हम करें शूगर पर नियंत्रण रखें

ENGLISH – TEST AND TRACE-HOME	HINDI
Test and Trace	टैस्ट करवाएँ और पता करें
CORONAVIRUS	कोरोनावाइरस
GOT SYMPTOMS?	लक्षण नज़र आते हैं?
GET TESTED NOW	अभी टैस्ट करवाएँ
PLAY YOUR PART.	अपनी भूमिका निभाएँ।
PROTECT YOUR FRIENDS AND FAMILY.	अपने दोस्तों और परिवार को बचाएँ।
Do not leave home. Find out how to get a test at nhs.uk/coronavirus or call 119	घर न छोड़ें। इन से पता करें कि टैस्ट कैसे करवाना है: nhs.uk/coronavirus या 119 पर फ़ोन करें।
STAY ALERT	सवधान रहें
CONTROL THE VIRUS	वाइरस पर नियंत्रण रखें
SAVE LIVES	जानें बचाएँ

ENGLISH – TEST AND TRACE ALERTED	HINDI
Test and Trace	टैस्ट करवाएँ और पता करें
NHS TEST & TRACE	ऐन ऐच ऐस टैस्ट ऐंड ट्रेस
SELF-ISOLATE	अपने आप को अलगा रखें
WHEN ALERTED	जब आप को सावधान किया जाए
If you're told you have been exposed to an infected person you must self-isolate for 14 days to protect your friends and family.	यदि आप को बताया जाए कि आप किसी बीमार के नज़दीक गए हैं तो अपने दोस्तों और परिवार को बचाने के लिए आप को 14 दिनों के लिए अलगा रहना अनिवार्य है।
STAY ALERT	सवधान रहें
CONTROL THE VIRUS	वाइरस पर नियंत्रण रखें
SAVE LIVES	जानें बचाएँ