Public Health Ontario | Santé publique Ontario

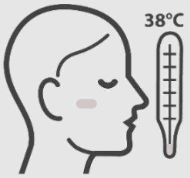
கொரோனா வைரசு நோய் (COVID-19)

கண்காணித்துக் கொள்ளும் முறை

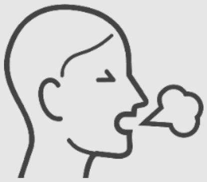
நீர் உமது சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநரிடமிருந்து பெற்றுள்ள ஆலோசனையைப் பின்பற்றுக.

உம்மிடம் கேள்விகள் இருந்தால் அல்லது நீர் மோசமடைவதாக உணரத் தொடங்கினால் உமது சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநரை, Telehealth (1-866-797-0000) ஐ அல்லது உமது பொதுச் சுகாதார அலகைத் தொடர்பு கொள்க.

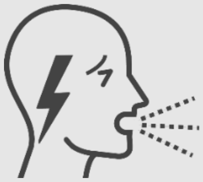
வெளிப்பாட்டின் பின்னர் 14 நாட்களுக்கு நோயறிகுறிகள் உள்ளனவா என்று கண்காணிக்க



காய்ச்சல்



இருமல்



சுவாசிப்பதில் சிரமம்

பொதுவிடங்களைத் தவிர்க்க

- நீர் சுகவீனமுற்றால் சனம் நிறைந்த பொதுவிடங்களையும் உம்மை ஏனையோரிடமிருந்து எளிதாக (குறைந்த பட்சம் இரண்டு மீற்றர்) பிரித்துக் கொள்ள இயலாத இடங்களையும் தவிர்க்க.
- உம்மால் இரண்டு மீற்றர் இடைவெளியைப் பேண இயலாவிடின், உமது கிருமித் தொற்று இருக்கக்கூடிய திவளைகளிலிருந்து ஏனையோரைப் பாதுகாக்க ஒரு மருத்துவமல்லாத முகமூடியை அல்லது முகக் கவசத்தை அணிக.

உமக்கு இந்த அல்லது வேறு எவையேனும் நோயறிகுறிகள் ஏற்பட்டால் என்ன செய்ய வேண்டும்

- உடனடியாகத் தானே தனிமைப்பட்டு உமது பொதுச் சுகாதார அலகையும் உமது சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநரையும் தொடர்பு கொள்க.
- தானே தனிமைப்பட உமக்குத் தேவையானவை:
  - தனிமைப்படும் முறை தொடர்பான அறிவுறுத்தல்கள்
  - உமது கைகளைத் துப்புரவாக்க சவர்க்காரம், நீர் அத்துடன் / அல்லது மதுசார அடிப்படையிலான கைத் துப்புரவாக்கி
- நீர் உமது சுகாதாரப் பராமரிப்பு வழங்குநரிடம் செல்லும் போது சுரங்கப் பாதைகள், கூலி வண்டிகள், பகிர்வு வண்டிகள் போன்ற பொதுப் போக்குவரத்தைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்க. தவிர்க்க முடியாதாகின், ஒரு முகமூடியை அணிவதுடன் ஏனையோரிடமிருந்து இரண்டு மீற்றர் இடைவெளியைப் பேணுக அல்லது ஒரு கார் வண்டியாயின் பின்னிருக்கையைப் பயன்படுத்துக.

வைரசைப் பற்றி அறிக

COVID-19 ஒரு புதிய வைரசாகும். அது கிருமி தொற்றிய ஒருவரிலிருந்து ஒரே வீட்டில் வசிப்போர் அல்லது பராமரிப்பு வழங்குவோர் போன்றோருடன் அவர் தொடர்பு கொள்ளும் போது சுவாசத் திவளைகளாக ஏனையோருக்குப் பரவுகிறது. நீர் COVID-19 ஐப் பற்றிய இற்றைப்படுத்திய தகவல்களை ஒன்றாறியோ சுகாதார அமைச்சின் வலைத்தளத்திலும் அணுகலாம்: ontario.ca/coronavirus.

மேலதிகத் தகவல்களுக்காக, தொடர்பு கொள்க: ______________________________

இந்த ஆவணத்திலுள்ள தகவல்கள் 2020 யூலை 31 அன்றைக்கு நடப்பிலுள்ளவை

©ஒன்ராறியோவுக்கான இராணியின் அச்சகர், 2020

Ontario