

சுகாதார அமைச்சகம்

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் (COVID-19)

டிசம்பர் 31, 2019 அன்று என்னவென்று கண்டறியமுடியாத நிமோனியா வைரஸ் காய்ச்சல் சீனாவில் இருக்கும் வுஹான் மாகாண சுகாதார அதிகாரிகளால் தெரிவிக்கப்பட்டது. அதன் காரணம் புதிய கொரோனாவைரஸ் தான் என்று உறுதிசெய்யப்பட்டது. இதை 2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் அல்லது COVID-19 என்று அழைக்கின்றனர். இதுவரை மனித இனத்தில் இது கண்டறியப்படவில்லை.

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் (COVID-19) என்றால் என்ன?

கொரோனா வைரஸ்கள் என்பது வைரஸ்களின் ஒரு பெரிய குடும்பமாகும். இதுசாதாரண ஜலதோஷத்திலிருந்து மிகவும் கடுமையான நோய் தொற்றுகளான மூச்சுக்குழல் அழற்சி, நிமோனியா அல்லது கடுமையான சுவாச நோய்க்குறி (SARS) போன்ற நோய்களை ஏற்படுத்தும்.

சீனாவில் உள்ள ஹூபெய் (வுஹான்) பிராந்தியத்தில் முதலில் தோன்றிய 2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் சுவாச தொற்றுநோய்களை ஏற்படுத்துகிறது.

ஒன்டாரியோவில் முழுமையாக உறுதிப்படுத்தப்படாத ஆனால் இருக்கும் என நம்பக்கூடிய வகையில் இந்த நோய்த்தொற்று முதலில் ஜனவரி 25, 2020 அன்று கண்டறியப்பட்டது.

2019 புதிய கொரோனாவைரஸைப் பற்றி மேலும் தெரிந்துகொள்ள Ontario.ca/coronavirus--ஐப் பார்வையிடவும்.

இந்த நோய்க்கான அறிகுறிகள் என்ன?

இதன் அறிகுறிகள் மிதமான -காய்ச்சல் மற்றும் சாதாரண சுவாச தொற்றுகள் போன்றவற்றிலிருந்து - தீவிரமானவை வரை இருக்கும். இவற்றோடு பின்வருவனவும் இருக்கலாம்:

- காய்ச்சல்
- இருமல்
- மூச்சு விடுவதில் சிரமம்

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் மூலம் தீவிரமான சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். அவற்றுள் நிமோனியா அல்லது சிறுநீரக செயலிழப்பு மேலும் சில சமயங்களில் இறப்பு கூட நேரிடும் வாய்ப்புகள் உள்ளன.

உங்களுடைய அறிகுறிகள் சாதாரண ஜலதோஷத்தை விட மோசமாக இருப்பதோடு (உதாரணமாக காய்ச்சல், இருமல், மூச்சு விடுவதில் சிரமம்) அறிகுறி தென்பட்ட ¹இந்த 14 நாட்களில் பாதிக்கப்பட்ட இடத்திற்கு நீங்கள் சென்றிருந்தால், Telehealth ஒன்டாரியோ-வை 1-866-797-0000 எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும். உங்களின் அறிகுறிகளையும், நீங்கள் சென்று வந்த நாட்கள் உட்பட உங்களின் பயண விவரங்களையும் குறிப்பிடுவதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவும்.

நீங்கள் பாதிக்கப்பட்ட இடத்திலிருந்து திரும்பி வந்திருந்தால் 14 நாட்களுக்கு உங்களை நீங்களே தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் பயணங்களின் போது நீங்கள் 2019 புதிய கொரோனாவைரஸுக்கு ஆளாகியிருக்கலாம் மற்றும் வீட்டிலேயே தங்கி மற்றவர்களுடனான தொடர்பைக் கட்டுப்படுத்துவது மேலும் பரவுவதைத் தடுக்க உதவும். ஆலோசனைக்கு உங்கள் உள்ளூர் பொது சுகாதார பிரிவு

¹ தற்சமயம் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களை அறிந்துகொள்ள Ontario.ca/coronavirus என்ற தளத்திற்கு செல்லுங்கள்.

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

உங்களுக்கு உடனடி மருத்துவ உதவி தேவைப்பட்டால் 911 ஐ அழைத்து உங்கள் பயண வரலாறு மற்றும் அறிகுறிகளைக் குறிப்பிட வேண்டும்.

வைரஸ் எவ்வாறு பரவுகிறது?

கொரோனா வைரஸ்கள் முக்கியமாக ஒரு நபரிடமிருந்து மற்றொரு நபருக்கு நெருங்கிய தொடர்பு மூலம் பரவுகின்றன, எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு வீடு, பணியிடம் அல்லது சுகாதார மையத்தில்.

2019 புதிய கொரோனா வைரஸிலிருந்து நான் என்னை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

2019 புதிய கொரோனா வைரஸிலிருந்து பாதுகாக்க எந்த தடுப்பூசியும் இல்லை.

சுவாச நோய்களை ஏற்படுத்தும் கிருமிகளைப் பரவாமல் தடுக்க உதவும் அன்றாட நடவடிக்கைகள் உள்ளன. வைரஸின் வெளிப்பாட்டைக் குறைக்கவும், உங்கள் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கவும் இந்த அன்றாட நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுங்கள்:

- சோப்பு மற்றும் தண்ணீர் அல்லது ஆல்கஹால் சேர்த்த கை சுத்திகரிப்பு மூலம் உங்கள் கைகளை அடிக்கடி கழுவ வேண்டும்
- உங்கள் கைகளிலேயே தும்மவும் மற்றும் இரும்பவும்
- உங்கள் கண்கள், மூக்கு அல்லது வாயைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்
- நோய்வாய்ப்பட்டவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்க்கவும்
- நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் வீட்டிலேயே இருக்கவும்

கொரோனா வைரஸ் நோய்கள் இருப்பதாக அறியப்பட்ட பகுதிக்கு நீங்கள் பயணம் செய்கிறீர்கள் என்றால், பின்வருவனவற்றைத் தவிர்ப்பதை உறுதிப்படுத்தவும்:

- பண்ணைகள், உயிருள்ள விலங்கு சந்தைகள் மற்றும் விலங்குகள் படுகொலை செய்யப்படக்கூடிய பகுதிகள் போன்ற அதிக ஆபத்துள்ள பகுதிகள்
- பன்றிகள், கோழிகள், வாத்துகள் மற்றும் காட்டு பறவைகள் உள்ளிட்ட விலங்குகளுடனான (உயிருடன் அல்லது இறந்த) தொடர்பு
- விலங்குகளின் கழிவுகள் அல்லது சுரப்புகளைக் கொண்ட மேற்பரப்புகள்

2019 புதிய கொரோனா வைரஸுக்கு நான் சிகிச்சைப் பெற முடியுமா?

கொரோனா வைரஸ்களுக்கு குறிப்பிட்ட சிகிச்சைகள் எதுவும் இல்லை, மேலும் கொரோனா வைரஸ்களிலிருந்து பாதுகாக்கும் தடுப்பூசியும் எதுவும் இல்லை. பொதுவான மனித கொரோனா வைரஸ் நோய்கள் உள்ள பெரும்பாலான மக்கள் தாங்களாகவே குணமடைவார்கள்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டியது:

- அதிகப்படியான திரவங்களை குடிக்கவும்
 - முடிந்தவரை ஓய்வெடுக்கவும் மற்றும் தூங்கவும்
 - தொண்டை புண் அல்லது இருமலுக்கு உதவ ஈரப்பதமூட்டி அல்லது வெந்நீர் குளியலை முயற்சிக்கவும்
-

பயணம் செய்யும் போது அல்லது நான் திரும்பி வந்தபின் எனக்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால் என்ன செய்வது?

நீங்கள் பயணம் செய்யும் போது அல்லது நீங்கள் திரும்பி வந்தபின் நோய்வாய்ப்பட்டால், மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்த்து, Telehealth ஒன்டாரியோவை 1-866-797-0000 என்ற எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும். அவர்களிடம் பின்வருவனவற்றை சொல்லுங்கள்:

- உங்கள் அறிகுறிகள்
- நீங்கள் பயணம் செய்த அல்லது வாழ்கின்ற இடம்
- நீங்கள் விலங்குகளுடன் நேரடி தொடர்பு கொண்டிருந்தால் (எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு உயிருள்ள விலங்கு சந்தையைப் பார்வையிட்டீர்கள்) அல்லது நோய்வாய்ப்பட்ட நபருடன் நெருங்கிய தொடர்பு வைத்திருந்தால்

கனடாவுக்குச் செல்லும் போது அல்லது வந்தவுடன் உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லை எனில், விமான உதவியாளர் அல்லது கனேடிய எல்லை சேவை அதிகாரியிடம் தெரிவிக்கவும்.

2019 புதிய கொரோனா வைரஸ் தொடர்பான பயண ஆலோசனைகளைப் பற்றி travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china-இல் அறியவும்.

எனக்கு வைரஸ் இருப்பதாக நினைத்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

2019 புதிய கொரோனா வைரஸின் அறிகுறிகளை நீங்கள் கொண்டிருந்தால், மருத்துவ ஆலோசனைக்காக டெலிஹெல்த் ஒன்டாரியோவை 1-866-797-0000 என்ற எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது

சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

உங்களின் அறிகுறிகளையும், நீங்கள் சென்று வந்த நாடுகள் உட்பட உங்களின் பயண விவரங்களையும் குறிப்பிடுவதை உறுதிபடுத்திக்கொள்ளவும்.

உங்களுக்கு உடனடி மருத்துவ உதவி தேவைப்பட்டால், 911 ஐ அழைத்து உங்கள் பயண வரலாறு மற்றும் அறிகுறிகளைக் குறிப்பிடவும்.