



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

மத்திய உள்துறை திணைக்களம் EDI
சுகாதாரத்துறை கூட்டாட்சி அலுவலகம் BAG

Swiss Confederation

புதிய கொரோனா வைரஸ் <<கோவிட்-19>> குறித்த முக்கிய தகவல்கள் அத்துடன்
நடந்துகொள்ளும்- மற்றும் சுகாதார விதிமுறைகள்

புதிய கொரோனா வைரஸ்

புதுப்பிக்கப்பட்ட தகவல்கள் 09.10.2020

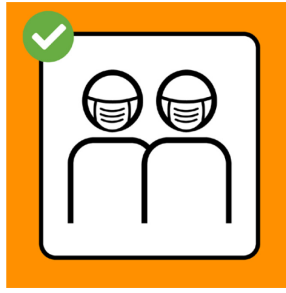
இவ்வாறு எம்மை நாம்
பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம்



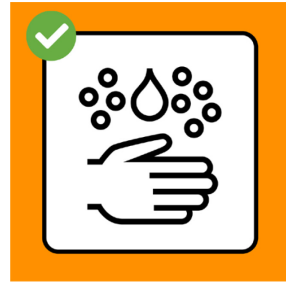
இது முக்கியமானது: தொற்றும் எண்ணிக்கை உயர்வடைவதைத் தடுத்தல்.



இடைவெளியைக்
கடைப்பிடித்தல்.



இடைவெளியைக் கடைப்பிடிக்க
முடியா விட்டால், முகமூடி
அணிதல்.



கைகளை நன்றாகக் கழுவுதல்



உங்களுக்கு நோயின்
அறிகுறிகள் இருந்தால்,
அதை உடனடியாக
பரிசோதித்து வீட்டிலே
இருங்கள்.



எப்போது
வேண்டுமானாலும்
உங்களை
தொடர்புகொள்ளக்கூடி
யவாறு உங்கள்
முகவரியை
வழங்கவும்.



தொற்றுச்
சங்கிலித்தொடரை
நிறுத்துவதற்கு: SwissCovid
App ஐ பதிவிறக்கம்
செய்வதுடன் அதை
செயலாக்குங்கள்.



சோதனையின் முடிவு
நோயை
உறுதிப்படுத்தினால்:
தனிமைப்படுத்தவும்.
நோயுள்ளவருடன்
தொடர்பில்
இருந்திருந்தால்: சுய
தனிமைப்படுத்தவும்.



கை குலுக்குவதைத்
தவிர்க்கவும்.



கைக்குட்டைக்குள்
அல்லது முழங்கை
மடிப்பிற்குள்
இருமுதல், தும்முதல்.



மருத்துவ நிலையத்திற்கு
அல்லது அவசர
மருத்துவ சிகிச்சை
நிலையத்திற்கு
தொலைபேசியில்
தொடர்பு கொண்ட பின்
மட்டுமே செல்லுதல்

www.foph-coronavirus.ch

புதிய கோரன் வைரஸ் தொடர்பாக மிக அதிகமாக வினவப்படும் கேள்விகளும் பதில்களும்

புதிய கொரோனா வைரஸ் இலிருந்து பொதுமக்களை பாதுகாப்பதற்கென எடுக்கப்பட்ட நடைமுறைகள் தளர்த்தப்பட்டதன் மூலம் பொது இடங்களில் மனித நடமாட்டம் மீண்டும் அதிகரித்துள்ளது. மத்திய கூட்டாட்சி அரசு எதிர்காலத்திலும் ஒவ்வொருவரும் பொறுப்புணர்வுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டுமென எதிர்பார்க்கின்றது. சுகாதார மற்றும் நடத்தை விதிகளும் பாதுகாப்பு ஏற்பாடுகளும் கருப்பொருளாக இருப்பதுடன் புதிய தொற்றுக்களைத் தடுப்பதற்கு இவை உதவுகின்றது.

சுய பொறுப்புணர்வுடன் கூடிய நடத்தை முக்கியமாகும்: கைகளை அடிக்கடி சவர்க்காரத்தினால் ஒழுங்காகக் கழுவி இடைவெளியைப் பேணுவதன் மூலம் நீங்கள் உங்களை தொற்றிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கான தலைசிறந்த வழிமுறையாகும்.

தனிநபர்களுக்கிடையேயான இடைவெளி 1,5 மீற்றர் என்றவாறு கடைப்பிடிக்கப்பட முடியாத பட்சத்தில் தொற்றிப்பரவுவதற்கான அபாயம் மிக அதிகமாகும். முக்கியமாக போதுப் போக்குவரத்தின் பொழுது இது எந்நேரத்திலும் ஏற்ப்படலாம். அதிகரித்துச் செல்லும் பிரயாணப் போக்குவரத்து காரணமாகவும் ஆனி மாதம் நடுப்பகுதியிலிருந்து அதிகரித்துச்செல்லும் தொற்று எண்ணிக்கை காரணமாகவும் மத்திய கூட்டாட்சி அரசு சபை பாதுகாப்பு நடைமுறைகளைப் பலப்படுத்தியுள்ளதுடன் 6 ஆடி 2020 இலிருந்து பொதுப் போக்குவரத்து சாதனங்களில் கட்டாயமாக முகக்கவசம் அணியவேண்டுமென்ற நடைமுறையை அறிமுகப்படுத்துவதற்கு தீர்மானித்துள்ளது.

தொற்றும் முறை மற்றும் ஆபத்துக்கள்

இந்த சுகாதார- நடத்தை மற்றும் நடைமுறைகள் ஏன் அவசியம்?

புதிய கொரோனா வைரஸை பொறுத்தவரை அதற்கு **மனிதர்கள் இன்னும் எதிர்ப்புசக்தியை பெறவில்லை.** ஆகையால் **பலர் நோய்வாய்ப்படலாம்.** ஆகையால் நாம் கொரோனா வைரஸ் பரவலை தடுக்க வேண்டும். அதிக நோய்வாய்ப்பட்ட வாய்ப்புள்ள மக்களை பாதுகாக்கப்படல் வேண்டும். அவ்வாரானவர்கள் 65 வயதிற்கு மேற்றப்பட்டவர்கள் மற்றும் முன்பே நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள். அவ்வாரான நோய்கள்:

அவ்வாரானவர்கள்:

- 65 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள்
- கர்ப்பமான பெண்கள்
- பின்வரும் நோய்கள் உள்ள பெரியவர்கள்:
 - உயர் இரத்த அழுத்தம்
 - இதய-குருதிச்சுற்றோட்ட- நோய்கள்
 - நீரழிவு நோய்
 - நாள்பட்ட சுவாச நோய்கள்
 - நோயெதிர்ப்பு சக்தியை பலவீனப்படுத்தும் நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள்
 - அதிக உடல் பருமன் (40 kg/m² அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட BMI)

நீங்கள் ஆபத்துக்குரியவரானவரா என்பது உங்களுக்குத் தெரியவேண்டும் என்றால், தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

அரசாங்கத்தால் முன்மொழியப்படும் சுகாதார- மற்றும் நடைமுறைகளை பின்பற்றினால் நாம் இவ்வாறு நோய்வாய்ப்பட்ட மக்களையும் பாதுகாக்கலாம். இதனூடாக கடுமையாக நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள் மருத்துவமனைகளில் போதிய சிகிச்சைகளை பெறக்கூடிய வாய்ப்பை அதிகரிக்கலாம். இதுமட்டுமின்றி தற்போதய நிலையில் அவசரசிகிச்சை சாலைகளிலும் மக்களை உள்ளடக்கும் இடவசதிகளும் குறைந்துவருகிறது.

நீங்கள் 65 வயதிற்கு மேற்பட்டவரா, கர்ப்பமானவரா அல்லது மேலே பட்டியலிடப்பட்ட முந்தைய நோய்கள் ஏதேனும் உள்ளவரா? அப்படியானால் இவ்வாறு உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்:

சிறப்பாகத் தொடர்ந்தும் சுகாதார- மற்றும் நடைமுறை ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடித்து உங்களை தொற்றுநோயிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள். பின்வரும் விதந்துரைகள் ஏற்புடையது:

- உங்கள் கைகளை நன்றாக மற்றும் ஒழுங்காக சவர்க்காரத்தால் கழுவுங்கள்.
- வேறு நபர்களுடன் இடைவெளியை வைத்திருங்கள் (ஆகக்குறைந்தது 1,5 மீற்றர்)
- பொதுப்போக்குவரத்தில் முகமூடியை கட்டாயமாக அணியுங்கள்.

- நீங்கள் நண்பர்களையோ அல்லது குடும்பங்களையோ சந்தித்தால் சுகாதார- மற்றும் நடைமுறை ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடிங்கள். உதாரணமாக ஒரே கரண்டிகளால் உணவைத் தொடாதிருப்பது மற்றும் ஒரே குவளைகளில் குடிக்காதிருப்பது போன்றவை.
- பொதுமக்கள் நடமாடும் அதிக நெரிசல் உள்ள நேரங்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள் (உதாரணமாக வேலை முடியும் அல்லது ஆரம்பிக்கும் பொதுப்போக்குவரத்து நேரங்கள், தொடருந்து நிலையம், சனிக்கிழமைகளில் கொள்வனவு). இருந்தும் அதிக மக்கள் உள்ள இடங்களை தவிர்க்க மற்றும் தேவைப்படும் இடைவெளியைக் கடைப்பிடிக்க முடியாதிருந்தால், ஒரு சுகாதார முகமூடியை அணியுமாறு பரிந்துரை செய்கின்றோம்.

இருமல் (பொதுவாக வறண்ட), தொண்டை நோய், மூச்சுத் திணறல், காய்ச்சல், நெஞ்சுவலி, காய்ச்சல் குணம், அல்லது திடீரென வாசனை திறனின் இழப்பு அல்லது சுவை திறனின் இழப்பு போன்ற அறிகுறிகள் உங்களுக்கு உள்ளதா? இவ்வாறு இருந்தால் உடனடியாக உங்கள் மருத்துவருடன் அல்லது மருத்துவமனையுடன் தொடர்பு கொள்ளவும், வார இறுதி நாட்களில் கூட. உங்கள் அறிகுறிகளை விவரித்து, நீங்கள் ஆபத்துக்குரியவர் என்று கூறுங்கள்.

நீங்கள் கர்ப்பமாக உள்ளீர்கள் மற்றும் இதனால் விசேடமாக கொவிட்-19 நோயினால் பாதிக்கப்படும் ஆபத்துள்ளது. நீங்கள் எதைக் கவனத்திற் கொள்ள வேண்டும்?

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால், இயலுமானவரை இப் புதிய கொரோனா வைரஸ் தொற்றிலிருந்து உங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டும். ஆகவே விசேடமாகப் பாதிக்கப்படும் நபர்களுக்கான எமது பரிந்துரைகளைக் கடைப்பிடிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம் (பார்க்க முன்னைய பதில்களை)

வேலைத்தலத்தில் உங்கள் தொழில் வழங்குனர், கர்ப்பமான பெண்ணான உங்களை இப் புதிய கொரோனா வைரஸ் தொற்றாமல் பாதுகாக்க தாய்மார் பாதுகாப்பு ஒழுங்குவிதிகளின்டி கடமைப்பட்டுள்ளார். இது இயலாதிருந்தால், உங்கள் தொழில் வழங்குனர் உங்களுக்கு அதற்குப் பதிலான வேலையை வழங்க வேண்டும். தற்சமயம் தொடர்ந்து வேலை செய்ய முடியாவிட்டால் உங்கள் கர்ப்பகால வைத்தியர் உங்களுக்கு தொழில் செய்யத் தடைவிதிக்கலாம்.

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால், புதிய ஆய்வுகளின்படி, விசேடமாக நீங்கள் உடற்பருமனாக, வயது அதிகமானவராக அல்லது குறிப்பிட்ட நோய்கள் இருப்பின் இந்நோயான புதிய கொரோனா வைரஸ் ஒரு கடினமான நிலைக்கு உங்களை இட்டுச்செல்லலாம். தற்போது கர்ப்பகாலம் மற்றும் கோவிட்-19 குறித்து பல கேள்விகள் விடையில்லாமலேயே உள்ளன. இருப்பினும் தாய் மற்றும் பிள்ளை மிகவும் கவனத்துடன் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

தற்சமயம் உங்களுக்கு நோய் அறிகுறிகள் தென்பட்டால், உடனடியாக உங்கள் கர்ப்பகால வைத்தியரை தொலைபேசியில் அழைத்து, தேவைப்படும் நடவடிக்கைகள் குறித்து கதையுங்கள்.

கொரோனா வைரஸ் எவ்வாறு தொற்றுகிறது?

புதிய கொரோனா வைரஸ் பின்வருமாறு தொற்றிக்கொள்ளலாம்:

- **மிக நெருக்கமாக மற்றும் அதிக நேரத் தொடர்பு:** தொற்றுள்ள ஒரு நபருடன் 1,5 மீற்றருக்கு குறைந்த இடைவெளியில் பாதுகாப்பின்றி (உ.ம். தடைக் கண்ணாடி அல்லது இருவரும் முகமூடியுடன்) இருந்தால். ஒரு தொற்றுள்ள நபருடன் எவ்வளவு அதிக நேரத்திற்கு அல்லது நெருக்கமாக தொடர்பு உள்ளதோ, அவ்வளவு அதிகமாக அது தொற்றிக்கொள்ளும் சந்தர்ப்பமுள்ளது.
- **துளிகள் ஊடாக:** நோய் உடயவர்கள் இருமினால் அல்லது தும்மினால் வெளிவரும் துளிகள் மூக்கு, வாய் மற்றும் கண்கள் ஊடாக மனிதர்களின் உடலில் உழ்நுளையும்.
- **கைகள் ஊடாக:** தொற்றுநோயைக் கொண்ட துளிகள் கைகளில் தும்மல் மற்றும் இருமலால் பட்டு இருக்கலாம். அல்லது வைரஸ் பதிந்து, நாம் தொட்ட ஓர் பொருளின் மேற்பகுதியில் இருந்து மூக்கு, வாய் மற்றும் கண்களை தொடும் போது தொற்றலாம்.

எம்மிடம் இருந்து எப்போது வைரஸ் பரவலாம்?

கவனிக்கவும்: கொரோனா வைரஸ் உள்ளவர்களிடம் இருந்து நீண்ட காலம் வைரஸ் பரவும். அதாவது:

- நோயின் அறிகுறிகள் தோன்ற இரண்டு நாட்களுக்கு முன்பே - அதாவது எமக்கு நோய் உள்ளது என்று அறிய முன்.
- நோயின் அறிகுறிகள் இருக்கும் போது, அதிகமாக தொற்றும்.
- நோயின் அறிகுறிகள் இல்லாது போய் குறைந்தது அடுத்த 48 மணிநேரம். ஆகயால் கண்டிப்பாக மற்றவர்களோடு நெருக்கத்தை தவிர்த்து அடிக்கட் கைகளை கழுவவும்.

அறிகுறிகள், நோய் கண்டறிதல் மற்றும் சிகிச்சை

கொரோனா வைரஸ்ஸின் அறிகுறிகள் யாவை?

பின்வரும் அறிகுறிகள் பெரும்பாலும் தென்படலாம்:	அரிதானவை:
- இருமல் (பெரும்பாலும் உலர்ந்த) - தொண்டை நோய் - மூச்சுத் திணறல் - நெஞ்சுவலி - காய்ச்சல், - திடீர் வாசனை / சுவைக்கும் திறனின் இழப்பு	- தலைவலி - உடல் பலவீனம், உடல்நலக்குறைவு - செமிபாட்டு குறைபாடுகள் (குமட்டல், வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, வயிற்று வலி) - தடிமன் - தசைவலி - தோலில் தடிப்புகள்

அறிகுறிகள் அவற்றின் கடுமையில் வேறுபடும் மற்றும் லேசாகவும் இருக்கலாம். அத்துடன் நுரையீரல் வீக்கம் போன்ற சிக்கல்களும் தோன்றலாம்.

உங்களிடம் ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட அறிகுறிகள் தென்பட்டால், உங்களுக்கு புதிய கொரோனா வைரஸ் இருக்கலாம்.

அப்படியென்றால்:

- வீட்டிலே இருங்கள் அத்துடன் வேறு நபர்களுடனான அனைத்துத் தொடர்புகளையும் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- கொரோனா வைரஸ் சோதனை செய்யுங்கள் (அடுத்த கேள்வியில் இணைத்த இணைப்பை பார்க்கவும்) அல்லது உங்கள் மருத்துவரை அழைக்கவும். அனைத்து கேள்விகளுக்கும் இணைய கேள்வித்தாளில் முடிந்தவரை அனைத்துக் கேள்விகளுக்கும் பதிலளிக்கவும். முடிவில் நீங்கள் செய்யவேண்டிய நடவடிக்கைக்கான பரிந்துரையைப் பெறுவீர்கள், தேவைப்பட்டால், சோதிக்கப்பட வேண்டும் என்று பரிந்துரை கிடைக்கும்.
- «தனிமைப்படுத்தல்» (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) ஆன வழிமுறைகளைப் படித்து, அவற்றை தொடர்ந்து கடைப்பிடிக்கவும்.

நீங்கள் 65 வயதிற்கு மேற்பட்டவராக இருந்தால், கர்ப்பவதியாக இருந்தால் அல்லது முன்பே நோயாளியாக இருந்தால், அறிகுறிகளில் ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவற்றை நீங்கள் அனுபவித்தால், உடனடியாக மருத்துவரை அழைக்கவும். வார இறுதியிலும்.

எப்படி நடந்துகொள்வது என்று உங்களுக்குத் தெரியாதா?

<https://check.bag-coronavirus.ch/screening> இணைத்தளத்தில் உள்ள கொரோனா வைரஸ் சோதனை மூலம், சில கேள்விகளுக்கு பதிலளித்த பின்னர், நீங்கள் சுகாதார அமைச்சின் அலுவலகத்திலிருந்து (ஜெர்மன், பிரஞ்சு, இத்தாலி மற்றும் ஆங்கிலத்தில்) பரிந்துரையைப் பெறுவீர்கள்.

வோ மானிலத்தின் <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> இணையதளத்தில் நீங்கள் வேறு 8 மொழிகளில் கொரோனா வைரஸ் சோதனையை காணலாம்.

கொரோனா வைரஸ் இணைய சோதனை, மருத்துவ ஆலோசனை அல்லது சிகிச்சை பெருவதற்கு மாற்றாக இல்லை. சோதனையில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள அறிகுறிகள் பிற நோய்களிலும் ஏற்படலாம், அதற்கு வேறுபட்ட அணுகுமுறை தேவைப்படும்.

மோசமாகி வரும் அல்லது குறிப்பிடத்தக்க அறிகுறிகளைய பற்றி எப்போதும் மருத்துவரை அணுகவும்.

எனது 12 வயதுக்குக் குறைவான பிள்ளைக்கு அறிகுறிகள் உள்ளன. நாங்கள் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும்? பிள்ளை பாடசாலைக்கு அல்லது பராமரிப்புக் குழுவிற்கு செல்லலாமா?

தற்போதைய கண்டறிதலின் பிரகாரம் பிள்ளைகளுக்கும் புதிய கொரோனா வைரஸ் தொற்றிக்கொள்ளலாம். 12 வயதுக்குக் குறைவான பிள்ளைகளை இளையோர்கள் மற்றும் பெரியோர்களுடன் ஒப்பிடும்போது குறைந்தளவு அறிகுறிகள் மற்றும் வைரசை மிகக் குறைவாகவே வேறு நபர்களுக்குப் பரப்பும் தன்மை உள்ளது.

நிலைமை 1: பிள்ளை மற்றும் நெருக்கமான தொடர்பு நபருக்கு அறிகுறிகள் உள்ளன

உங்கள் பிள்ளை ஒரு நபருடன் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்து, கொரோனா வைரஸ் தொற்றியிருக்கக்கூடிய அறிகுறிகள் தென்பட்டால் (12 வயதுக்கு அதிகமான பிள்ளை அல்லது வயதுவந்தவர்கள்). இந்த வேளையில் அந்த நெருக்கமாக இருந்த நபருக்கு இடம்பெறும் மேலதிக பரிசோதனைகளிலேயே தங்கியுள்ளது:

- நெருங்கியிருந்த நபருக்கு பரிசோதனையில் சாதகமாக இருந்தால்: பிள்ளை வீட்டில் இருக்க வேண்டும் மற்றும் பிள்ளைகளுக்கான வைத்தியருடன் கதைத்து பரிசோதிக்க வேண்டும்.

மேலதிக நடவடிக்கைகள் குறித்து பிள்ளைகளுக்கான வைத்தியரிடமிருந்து தகவல்களைப் பெற்றுக்கொள்வீர்கள்.

- **நெருங்கியிருந்த நபருக்கு பரிசோதனையில் பாதகமாக இருந்தால்:** 24 மணித்திலாயத்தின் பின்பு பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் இல்லாதிருந்து அல்லது இருமல் நன்கு குணமடைந்திருப்பின் உங்கள் பிள்ளை பாடசாலைக்கு அல்லது பராமரிப்பு நிலையத்திற்கு மீண்டும் வரலாம்.

நிலைமை 2: நோயுற்றவருடன் எவ்வித தொடர்பும் இல்லை, பிள்ளைக்கு அறிகுறிகள் உள்ளன

உங்கள் பிள்ளைக்கு புதிய கொரோனா வைரஸ் நோய் தொற்றியுள்ள அறிகுறிகள் உள்ளன, ஆனால் நோய் அறிகுறியுள்ள எவருடனும் நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கவில்லை (12 வயதுக்கு அதிகமான பிள்ளை அல்லது வயதுவந்தவர்கள்). இந்த வேளையில் அறிகுறிகள் மற்றும் பிள்ளையின் உடல்நல நிலைமையில் மேலதிக நடவடிக்கைகள் தங்கியுள்ளன:

- உங்கள் பிள்ளைக்கு புதிய கொரோனா வைரஸ் நோய் தொற்றியுள்ள அறிகுறிகள் உள்ளன, ஆனால் நோய் அறிகுறியுள்ள எவருடனும் நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கவில்லை (12 வயதுக்கு அதிகமான பிள்ளை அல்லது வயதுவந்தவர்கள்). இந்த வேளையில் அறிகுறிகள் மற்றும் பிள்ளையின் உடல்நல நிலைமையில் மேலதிக நடவடிக்கைகள் தங்கியுள்ளன:
- உங்கள் பிள்ளைக்கு இலகுவான தடிமன் காய்ச்சல் அறிகுறிகள் உள்ளன (தடிமல் மற்றும்/அல்லது தொண்டைநோய் மற்றும் ஃஅல்லது இலகுவான காய்ச்சல்) மற்றும் பொதுவாக மிகவும் நல்ல நிலைமை: உங்கள் பிள்ளை தொடர்ந்தும் பாடசாலைக்கு அல்லது பராமரிப்பு நிலையத்திற்கு செல்லலாம்.
- **உங்கள் பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் உள்ளது மற்றும் பொதுவாக மிகவும் நல்ல நிலைமை உள்ளது:** உங்கள் பிள்ளை வீட்டில் இருக்க வேண்டும். 24 மணித்தியாலத்தின் பின்பு காய்ச்சல் இல்லாதிருந்தால் பிள்ளை பாடசாலைக்கு அல்லது பராமரிப்பு நிலையத்திற்கு செல்லலாம். மூன்று நாட்களுக்கு அல்லது அதற்கு மேல் பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் குறையாதுவிடின் பிள்ளைகளுக்கான வைத்தியரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

தற்சமயம் உங்கள் பிள்ளைக்கு மேலதிக அறிகுறிகள் (வயிறு-குடல்-பிரச்சினைகள், தலையிடி, உடல்வலி, மணம் மற்றும் அல்லது சுவை ஆற்றலை இழத்தல்) ஏற்பட்டால், மேலதிக நடவடிக்கைகள் குறித்து பிள்ளைகளுக்கான வைத்தியரோடு கதைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

- **உங்கள் பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் உள்ளது அல்லது கடின இருமல் மற்றும்/அல்லது மிகவும் நலமற்ற நிலைமை உள்ளது:** அடுத்த நடவடிக்கை குறித்து, நீங்கள் நேரடியாக பிள்ளைகளுக்கான வைத்தியரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

கொரோனா வைரஸ் சிகிச்சை எவ்வாறு நடைபெறும்

சிகிச்சை அறிகுறிகளை மட்டுப்படுத்தவே உதவும். சுற்றி வாழும் மக்களின் நலன் கருதி நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள் தனிமைப்படுத்தி வைக்கப்பட்டுவார்கள். அதேமாதிரி நோய் தாக்கியிருந்தால், நோயாளிகள் தீவிர சிகிச்சை நிலயத்தில் சிகிச்சை பெறுவார்கள். சில சூழ்நிலைகளில் செயற்கை சுவாசம் பயன்படுத்தப்படும்.

புதிய கொரோனா வைரஸுடன் தொடர்பில்லாத ஏதேனும் உணர்வுகள், நோய்கள் அல்லது அறிகுறிகள் உங்களுக்கு இருக்கிறதா?

புதிய கொரோனா வைரஸுடன் தொடர்பில்லாத ஏதேனும் உணர்வுகள், நோய்கள் அல்லது அறிகுறிகள் இப்போதும் கவனத்தில் எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டு சிகிச்சையளிக்கப்படவேண்டும். அதிகம் காத்திருக்காது உதவியை நாடுங்கள். மருத்துவரை தொலைபேசியூடாக தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

புதிய கொரோனா வைரஸுக்கு நான் எப்போது சோதிக்கப்பட வேண்டும்?

நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறீர்களா அல்லது புதிய கொரோனா வைரஸின் அறிகுறிகளை உணர்கிறீர்களா? வீட்டிலேயே இருங்கள், கொரோனா வைரஸ் பரிசோதனை (இணையத்தில்)செய்யுங்கள் அல்லது உங்கள் மருத்துவரை அழைக்கவும். இணைய தாளில் அல்லது தொலைபேசியில் கேட்கும் அனத்து கேள்விகளுக்கும் முடிந்தவரை சிறந்த முறையில் பதிலளிக்கவும். முடிவில் நீங்கள் நடவடிக்கைக்கான பரிந்துரையைப் பெறுவீர்கள், தேவைப்பட்டால், சோதிக்கப்பட வேண்டும் என்று அறிவீர்கள். சோதனை முடிவு கிடைக்கும் வரை வீட்டிலேயே இருங்கள்.

நான் எங்கே சோதனை செய்ய முடியும்?

சோதனைகள் மருத்துவர்கள், மருத்துவமனைகள் அல்லது சிறப்பாக நியமிக்கப்பட்ட சோதனை மையங்களால் மேற்கொள்ளப்படுகின்றன. நீங்கள் கொரோனா வைரஸ் சோதனை செய்யலாம். நீங்கள் சோதிக்கப்பட வேண்டும் என்று சோதனை பரிந்துரைத்தால், எவ்வாறு தொடரலாம் என்பதற்கான வழிமுறைகளைப் பெறுவீர்கள்.

www.ch.ch/coronavirus பக்கம் கன்டோனல் வலைத்தளங்களுக்கான இணைப்புகள். புதிய கொரோனா வைரஸ் மற்றும் தொடர்பு விவரங்களைப் பற்றிய தகவல்களை அங்கு காணலாம்.

எந்த சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு PCR-சோதனைக்கான செலவை மத்திய அரசு ஈடுகட்டுகிறது?

ஜூன் 25, 2020 முதல், BAG அளவுகோல்களை பூர்த்தி செய்தால், சோதனை செலவுகளை (= மூலக்கூறு உயிரியல் பி.சி.ஆர் சோதனை) மத்திய அரசு ஏற்றுக்கொண்டது. எடுத்துக்காட்டாக, கோவிட் -19 உடன் பொருந்தக்கூடிய அறிகுறிகள் உங்களிடம் இருந்தால், புதிய கொரோனா வைரஸுடன் தொற்றுநோய்க்கான பரிசோதனையை உங்கள் மருத்துவர் கட்டளையிடுகிறார். பாதிக்கப்பட்ட நபருடனான தொடர்புக்கான சுவிஸ் கோவிட் பயன்பாட்டின் அறிவிப்பும் ஒரு அளவுகோலாகும்.

BAG சோதனை அளவுகோல்கள் பூர்த்தி செய்யப்படாவிட்டால், மத்திய அரசு சோதனை செலவுகளை ஈடுசெய்யாது. உதாரணமாக, ஒரு பயணத்திற்கான சோதனை முடிவு உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால் அல்லது உங்கள் முதலாளியின் வேண்டுகோளின் பேரில் மட்டுமே சோதனை மேற்கொள்ளப்பட்டால் இதுதான்.

மேலதிக தகவல்கள்

எங்கு நான் மேலதிக தகவல்களை எனது தாய்மொழியில் கண்டுகொள்ளலாம்?

இணையத்தளமான [migesplus.ch](https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19) இல் நீங்கள் கோவிட்-19 மற்றும் வேறு சுகாதார விடயங்கள் குறித்த பல நம்பிக்கையான தகவல்களைக் காணலாம்: <https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19>

எந்த நிகழ்வுகள் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன?

1000 நபர்களுக்கு மேற்பட்ட பெரிய நிகழ்வுகள் புரட்டாதி இறுதிவரை தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன.

தனிப்பட்ட மற்றும் பொது நிகழ்வுகளில் 1000 நபர்கள் வரை பங்கேற்க அனுமதியுண்டு. ஒரு நிகழ்வில் 300 க்கு மேற்பட்ட நபர்கள் பங்கேற்றால், ஒவ்வொரு 300 நபர்களுக்கு இடையிலும் தடைக் கண்ணாடிகள் போடப்பட்டு பிரிக்கப்பட வேண்டும். இது மதுபான விடுதிகள் மற்றும் கிளப்புகளுக்கும் பொருந்தும்.

நிகழ்வுகளின்போது வேறு நபர்களுடன் 1,5 மீற்றர் இடைவெளியை நீங்கள் வைத்துக் கொள்வதுடன் சுகாதார- மற்றும் ஒழுங்கு நடைமுறைகளைக் கடைப்பிடியுங்கள். உங்களால் இடைவெளியை வைத்துக்கொள்ள முடியாவிட்டால், ஒரு சுகாதார முகமூடியை அணியுங்கள்.

பொது நிகழ்வுகளின்போது நிகழ்ச்சியை நடத்துபவர்கள் ஒரு பாதுகாப்பு நடைமுறையை ஏற்படுத்துவதுடன் அதைக் கைக்கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறான பாதுகாப்பு நடைமுறையின்போது நீங்கள் உங்களது தொடர்புத் தரவுகளை வழங்கவேண்டி ஏற்படலாம். இவ்வாறான வேளைகளில் உங்கள் சரியான தரவுகளை வழங்குவது முக்கியமானதாகும். இதன்மூலமே ஒரு தொற்று ஏற்பட்ட நபருடனான தொடர்பு குறித்து மாநிலத் திணைக்களம் உங்களுக்கு அறிவிக்க முடியும்.

உதவி பெற்றல்

எனது மொழி மருத்துவமனையில் பேசப்படாது இருந்தால், நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

தொடக்கத்தில் இருந்து ஓர் மொழிபெயர்ப்பாளரை பெற்றுக்கொள்ள கேளுங்கள். தொலைபேசி ஊடான மொழிபெயர்ப்புசேவைகள் உண்டு. நிபுணத்துவம் உள்ள மொழிபெயர்ப்பாளர்களின் உதவியை பெற்றுக்கொள்ளும் ஊடாக உங்களின் சொந்தபந்தத்தை சார்ந்தவர்கள் மொழிபெயர்க்க வரத்தேவையில்லை. இதனுடாக அவர்கள் காக்கப்படுவார்கள். உங்களுக்கு நோய் மற்றும் சிகிச்சையை பற்றி அறியவும் உங்களின் ஆதங்கத்தை புறிந்துகொள்ளப்படவும் முழு உரிமை உண்டு. தாதிகள் மற்றும் வேறு மருத்துவ தொள்ளாளர்கள் இடம் உங்கள் மொழிபெயர்ப்பு செலவுகள் கொரோனா வைரஸின் காலத்தில் உங்கள் மருத்துவ காப்பீடால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும் என்று கூறுங்கள்.

நீங்கள் வீட்டிலே இருக்க வேண்டுமா, உங்களுக்கு உணவு அல்லது மருந்து தேவையா? அல்லது நீங்கள் உதவ விரும்புகிறீர்களா?

உங்களின் சுற்றுவட்டாரத்தில் தேடிப்பாருங்கள்:

- நீங்கள் ஒருவரிடம் உதவி கேட்கலாமா?
- அல்லது ஒருவருக்கு உதவலாமா?
- பிற வழிகள்:
- உங்கள் ஊராட்சிசபை ஊடாக
- «Five up» குறுஞ்செயலி ஊடாக
- www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch தளம் ஊடாக

பின்வருபவை இங்கேயும் பொருந்தும்: சுகாதார விதிகள் மற்றும் நடத்தை எப்போதும் கடைபிடிக்கப்பட வேண்டும்.

நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்களா அல்லது உங்களுக்கு பேசுவதற்கு யாராவது தேவையா?

இங்கே நீங்கள் தகவலைப் பெரலாம்:

- இணையத்தளத்தில் www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- தொலைபேசியூடாக 143 எண்ணில் (Die Dargebotene Hand)

நீங்கள் வீட்டில் அச்சுறுத்தப்படுகிறீர்களா? நீங்கள் உதவி அல்லது பாதுகாப்பைத் தேடுகிறீர்களா?

- www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch
இணையதளத்தில் சுவிட்சர்லாந்து முழுவதும் மறைமுகமான ஆலோசனை மற்றும் பாதுகாப்பிற்கான தொலைபேசி எண்கள் மற்றும் மின்னஞ்சல் முகவரிகளை பெறலாம்.
- அவசரகாலத்தில், காவல்துறையை அழைக்கவும்: தொலைபேசி எண் **117**

பிற முக்கியமான தொலைபேசி எண்கள்:

- மருத்துவ அவசர எண் (ஆம்புலன்ஸ்) **144**: சுவிட்சர்லாந்து முழுவதும் உள்ள அனைத்து மருத்துவ அவசரநிலைகளுக்கும் எந்தநேரமும் தொடர்புகொள்ளலாம்.
- புதிய கொரோனா வைரஸிற்கான தகவல்களம்: புதிய கொரோனா வைரஸ் குறித்த கேள்விகளுக்கு **058 463 00 00** இல் பதிலளிக்கப்படும்.
- உங்களிடம் பொதுமருத்துவர் இல்லையென்றால்: மெட்கேட் (Medgate) **0844 844 911** ஒவ்வொரு நாளும் மற்றும் இரவிலும் உங்களுக்கு உதவி கிடைக்கும்.



பொது போக்குவரத்தில் சுகாதார முகமூடி கட்டாயம்

சுகாதார முகமூடியின் எங்கே கட்டாயமாக அணியவேண்டும்?

சுகாதார முகமூடி அனைத்து பொது போக்குவரத்து சாதனங்களிலும் அவசியம், அதாவது புகைவண்டி, ராம்கள் மற்றும் பேருந்துகளில், கேபிள் கார்கள் அல்லது கப்பல்களில், ஸ்கி லிஃப்ட் (Skilifte) மற்றும் நாற்காலி லிஃப்ட் (Sesselbahnen) ஆகியவை கட்டாயம் இல்லை.

சுவிசில் இருந்து புறப்படும் அல்லது இங்கு வந்திறங்கும் விமானங்களில், சுகாதார முகமூடி அணிதல் கட்டாயமானதாகும்.

சிறு குழந்தைகள் மற்றும் பிறருக்கு விதிவிலக்குகள் உள்ளதா?

பன்னிரண்டு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு முகமூடித் தேவையிலிருந்து விலக்கு அளிக்கப்படுகிறது. கூடுதலாக, சிறப்பு காரணங்களுக்காக முகமூடி அணிய முடியாத நபர்களும், குறிப்பாக மருத்துவர்களும் விலக்கப்படுகிறார்கள்.

ரயில் அல்லது பஸ் பாதி காலியாக இருக்கும்போது நானும் முகமூடி அணிய வேண்டுமா?

பொது போக்குவரத்தில் எத்தனை பேர் இருந்தாலும் முகமூடி தேவை பொருந்தும். எத்தனை பேர் வருவார்கள் என்பது உங்களுக்கு முன்கூட்டியே தெரியாது.

எனக்கு முகமூடி இல்லையென்றால்: என் முகம் மற்றும் மூக்கை துணியை கொண்டு மறைக்கலாமா?

இல்லை, முகமூடி கட்டாயம் ஒரு துணியால் பூர்த்தி செய்யப்படமாட்டாது. ஒரு துணி நோய்த்தொற்றுக்கு எதிராக பொதுமான பாதுகாப்பை வழங்காது அது பிறருக்கும் போதியளவு பாதுகாப்பை வழங்காது ஒரு சுகாதார முகமூடி அல்லது சரியானமுறையில் தயாரிக்கப்பட்ட முகமூடி துணி முகமூடி அணிய வேண்டும்.

பயணிகள் சுகாதார முகமூடி அணிந்திருக்கிறார்களா என்பதை யார் கண்காணிக்கின்றார்கள்?

கண்காணிப்பு மற்றும் நடைமுறைப்படுத்துவது ரயில் ஊழியர்கள் மற்றும் ரயில்வே காவல்துறை மற்றும் பாதுகாப்பு சேவர்களால் மேற்கொள்ளப்படுகிறது.

நான் சுகாதார முகமூடி அணிய மறுத்தால் என்ன நடக்கும்?

முகமூடி அணிய மறுக்கும் எவரும் போக்குவரத்து சாதனத்தை அடுத்த நிலையத்தில் விட்டு வெளியேற வேண்டும்.

ஒரு நபர் பாதுகாப்புக் காவலர்களின் கோரிக்கைகளை எதிர்த்தால், வாகனத்தை விட்டு வெளியேறவில்லை என்றால், அவர்கள் கீழ்ப்படியாமைக்கு ஒரு அபராதத்தை பெறலாம் (சாதாரண பொதுபோக்குவரத்தில் கொடுக்கப்படும் அபராத நடைமுறை மூலம், சட்டரீதியாக கொடுக்கும் அபராதம் இல்லை).

நீண்ட காலமாக, சுகாதார முகமூடிகள் ஆரோக்கியமான மக்களை பாதுகாக்காது என்று BAG கூறிவந்தது. சுகாதார முகமூடிகள் இப்போது ஏன் கட்டாயமாகின்றன?

ஒரு சுகாதார முகமூடியை யார் அணிந்தாலும் மற்றவர்களை பாதுகாக்கின்றார்கள். நோய்த்தொற்றுடையவர்கள் அறிகுறிகள் தோன்றுவதற்கு இரண்டு நாட்களுக்கு முன்னரே நோயை பரப்பக்கூடியவர்களாக இருக்கின்றனர். எல்லோரும் ஒரு வரையறுக்கப்பட்ட இடத்தில் முகமூடியை அணியும்போது, எல்லோரும் மற்றவர்களை பாதுகாப்பார்கள். இது 100 சதவீத பாதுகாப்புக்கு உத்தரவாதம் அளிக்காவிட்டாலும், கிறுமியின் பரவலை சற்று தடுக்கும்.

சுவிட்சர்லாந்திற்கு பயணம் / நுழைவு

ஆடி 6, 2020 முதல், சில நாடிகளில் இருந்து சுவிஸிற்கு வருபவர்கள், 10 நாட்களுக்கு தம்மை தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

இந்த நடவடிக்கை சர்வதேச பயணிகள் போக்குவரத்துத் துறையில் புதிய கொரோனா வைரஸை (கோவிட்-19) எதிர்த்துப் போராடுவதற்கான கட்டளைச் சட்டத்தின் அடிப்படையில் அமைந்துள்ளது, மேலும் கொரோனா வைரஸுடன் தொற்று அதிகரிக்கும் அபாயம் உள்ள நாடுகள் அல்லது பகுதிகளிலிருந்து நுழைபவர்களுக்கு இது பொருந்தும்.

உங்கள் நுழைவை இரண்டு நாட்களுக்குள் முன், உங்களுக்கு பொறுப்பான மானில அதிகாரிகளிடம் கூறி, அவர்களின் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்



தனிமைப்படுத்தலில் இருந்து விலகும் அல்லது அறிக்கையிடல் கடமைக்கு இணங்காத எவரும் தொற்றுநோய் சட்டத்தின் கீழ் ஒரு குற்றத்தைச் செய்கிறார்கள், இது CHF 10,000 வரை அபராதம் விதிக்கப்படுகிறது.

கொரோனா வைரஸ் குறித்த மானில தொடர்புகள் மற்றும் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட கடமைக்கு விதிவிலக்குகள், அதிக ஆபத்து உள்ள நாடுகள் அல்லது பகுதிகளின் பட்டியலை இங்கே காணலாம்: www.bag.admin.ch/entry



கொரோனா வைரஸ் சோதனைகள் மற்றும் தொடர்புகளை கண்காணித்தல் நோய்த்தொற்றை நிறுத்தும்.

இவ் இரண்டு நடவடிக்கைகள் ஏன் மிகவும் அவசியம்.

ஏறக்குறைய «இயல்பான» வாழ்க்கை நடைபெற, நோயின் அறிகுறிகளைக் கொண்ட அனைத்து மக்களும் உடனடியாக புதிய கொரோனா வைரஸுக்கு சோதிக்கப்பட வேண்டும் - லேசான அறிகுறிகளுடன் கூட. சோதனைக்கு மேலதிகமாக, அனைத்து மக்களும் தங்கள் தொடர்பு விவரங்களை கண்டுபிடிக்கக்கூடியதாக வழங்குவது முக்கியம், எடுத்துக்காட்டாக உணவகத்தில். ஏனெனில் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இன்னும் ஆரோக்கியமாக உணர்ந்தாலும் ஏற்கனவே நோய் தொற்றி இருக்கலாம். சோதனைகள் மற்றும் தொடர்பு கண்காணித்தல் ஆகியவை தொற்றுநோயை நிறுத்துகின்றன.

கொரோனா வைரஸ் சோதனை நோயை உறுதிப்படுத்தினால், தொடர்புத் தடமறிதல் தொடங்குகிறது.

- பாதிக்கப்பட்ட நபருடன் மானில அதிகாரிகள் சேர்ந்து, அவர்கள் யாருடன் நெருங்கிய தொடர்பு வைத்திருந்தார்கள் என்பதை தீர்மானிப்பார்கள்.
- நோய் தொற்றியிருக்கலாம் என்றும், அடுத்தகட்ட நடவடிக்கைகளையும் அதிகாரிகள் கண்டறிந்த நபர்களுக்கு தெரிவிப்பார்கள்.
- இந்த நபர்களுக்கு அறிகுறிகள் இல்லாவிட்டாலும், அவர்கள் தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும். தொற்றியிருக்கும் நபருடனான கடைசி தொடர்புக்குப் பிறகு பத்து நாட்களுக்கு இது பொருந்தும். «தனிமைப்படுத்தல்» (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) இல் உள்ள வழிமுறைகளைப் படித்து, அவற்றை தவறாது கடைப்பிடிக்கவும்.
- இந்த நேரத்தில் எந்த தொற்றுநோயும் காணப்படவில்லை என்றால், அதிகாரிகள் தனிமைப்படுத்தலை முடிக்க அனுமதி தருவார்கள்.



சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி

கைத்தொலைபேசியில் இயங்கும் சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியுடன், புதிய கொரோனா வைரஸின் கட்டுப்பாடற்ற பரவலைக் கட்டுப்படுத்த முயல்கிறோம். சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியை பயன்படுத்தும் மக்களின் எண்ணிக்கை கூடும் போது அதன் பயனும் அதிகரிக்கும். குறைந்த பட்சம் நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒரு நபருக்கு அருகில் நீண்ட நேரம் இருந்த எவரும், குறுஞ்செயலி மூலம் அந்த தகவல் மற்றும்

அடுத்தகட்ட நடவடிக்கைகளை பற்றி அறியப்பெருவர். தனியுரிமை பாதுகாக்கப்படுகிறது. குறுஞ்செயலியை பயன்படுத்துவதை ஒவ்வொருவரும் தனித்து முடிவெடுக்கலாம் மற்றும் அது இலவசமானது. குறுஞ்செயலியை ஆப்பிள் ஆப் ஸ்டோர் மற்றும் கூகிள் பிளே ஸ்டோரிலிருந்து பதிவிறக்கம் செய்யலாம்.

தொற்றுச் சங்கிலிகளை வேகமாக நிறுத்த சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி உதவுகிறது

கைத்தொலைபேசிகளுக்கான சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி (ஆண்ட்ராய்டு / ஐபோன்) புதிய கொரோனா வைரஸைக் கட்டுப்படுத்த உதவுகிறது. இது "தொடர்பு தடமறிதலை" நிறைவு செய்கிறது, அதாவது, மானிலங்களுடாக புதிய தொற்றுகளைக் கண்டுபிடிப்பது - இதனால் தொற்றுச் சங்கிலிகளை நிறுத்த உதவுகிறது.

சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி ஆப்பிள் ஸ்டோர் மற்றும் கூகிள் பிளே ஸ்டோரில் கிடைக்கிறது (மொழிகளில்: ஜெர்மன், பிரஞ்சு, இத்தாலியன், ரைட்டோ-ரோமானிக், அல்பேனியன், போஸ்னியன், ஆங்கிலம், குரோஷியன், போர்த்துகீசியம், செர்பியன், ஸ்பானிஷ். துருக்கியும் டிக்ரினியாவும் வரவுள்ளது.)

- [Android க்கான Google Play Store](#)
- [IOS க்கான ஆப்பிள் ஸ்டோர்](#)

சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியை பயன்படுத்துவதை ஒவ்வொருவரும் தனித்து முடிவெடுக்கலாம் மற்றும் அது இலவசமானது. பயன்படுத்தும் மக்களின் எண்ணிக்கை கூடும் போது அதன் பயனும் அதிகரிக்கும். இது புதிய கொரோனா வைரஸைக் கட்டுப்படுத்த மிகவும் திறம்பட உதவும்.

சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி எவ்வாறு இயங்குகிறது?

உங்கள் ஆப்பிள் அல்லது ஆண்ட்ராய்டு கைத்தொலைபேசியில் சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியை நிறுவவும். அதன்பிறகு, புனரூத்தி செயல்படுத்துவது மட்டுமே. மொபைல் போன் பின்னர் புனரூத் வழியாக சோதனை எண் அழைக்கப்படும் மறைகுறியாக்கப்பட்ட ஐடிகளை அனுப்புகிறது. இவை நீண்ட, சீரற்ற தொடர்கள். இரண்டு வாரங்களுக்குப் பிறகு, எல்லா சோதனை எண்களும் கைத்தொலைபேசியில் இருந்து தானாகவே நீக்கப்படும்.

குறுஞ்செயலி வேறு கருவிகளுக்கு உள்ள தொலைவு மற்றும் நேரகாலத்தை அளவிடுகிறது. நெருங்கிய தொடர்பு இருந்தபோது இது பதிவுசெய்கிறது (1.5 மீட்டருக்குள் மற்றும் ஒரு நாளில் மொத்தம் 15 நிமிடங்களுக்கு மேல்). ஏனெனில் வைரஸ் பரவும் வாய்ப்பு இப்படியான தருணங்களில் உள்ளது.

அறிவிப்பு இப்படித்தான் செய்யப்படுகிறது

ஒரு சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியை பயன்படுத்துபவர் கொரோனா வைரஸ் இருப்பதாக சோதிக்கப்பட்டிருந்தால், இந்த நபர் மானில அதிகாரிகளிடமிருந்து ஒரு குறியீட்டை (கோவிட் குறியீடு) பெறுகிறார். இந்த குறியீட்டைக் கொண்டு மட்டுமே நபர் தங்கள் குறுஞ்செயலி எச்சரிப்பு செயல்பாட்டை செயல்படுத்த முடியும். நோய்த்தொற்று கட்டத்தின் போது (நோயின் அறிகுறிகள் தோன்றுவதற்கு இரண்டு நாட்களுக்கு முன்பு) அவர் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்த பிற குறுஞ்செயலியை பயன்படுத்துபவர்களை எச்சரிக்கிறது. குறியீடு உள்ளிடப்பட்டதும், அறிவிப்பு தானாகவும் உங்களின் தகவல்கள் தெரியாதவாறு அனுப்பப்படும்.

அறிவிக்கப்பட்ட நபர்கள் குறுஞ்செயலியில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள தகவல் எண்ணை அழைத்து மேலதிக நடவடிக்கைகளை தெளிவுபடுத்தலாம். தனியுரிமை எல்லா நேரங்களிலும் உத்தரவாதம் அளிக்கப்படுகிறது. அறிவிக்கப்பட்ட நபருக்கு ஏற்கனவே நோயின் அறிகுறிகள் இருந்தால், அவர்கள் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும், மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும், கொரோனா வைரஸ் பரிசோதனை செய்யுங்கள் அல்லது அவர்களின் மருத்துவரை அழைக்கவும். இந்த ஒற்றுமையுடன், நோய்த்தொற்றின் சங்கிலியை உடைக்க நாம் அனைவரும் உதவலாம்.

சுய ஆளுமையின் பாதுகாப்பு

சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலி சேகரிக்கும் தரவுகள் உங்கள் சொந்த கைத்தொலைபேசியில் மட்டுமே சேமிக்கப்படும். இது மத்திய இருப்பிடங்கள் அல்லது சேவையகங்களுக்கு தனிப்பட்ட அல்லது இருப்பிட தரவை அனுப்பாது. எனவே, நீங்கள் யாருடன் தொடர்பு கொண்டீர்கள், தொடர்பு எங்கு நடந்தது என்பதை யாராலும் பார்க்க முடியாது. கொரோனா வைரஸ் முடிந்தால், அல்லது குறுஞ்செயலி பயனற்றதாக மாறினால், இந்த குறுஞ்செயலி மூடப்படும்.

நோய்த்தொற்று ஏற்பட வாய்ப்பு இருப்பதாக சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியிலிருந்து எனக்கு ஒரு செய்தி வந்துள்ளது. எனக்கு சோதனைக்கு உரிமை உள்ளதா?

கண்டிப்பாக, தொற்றுநோயைப் பற்றிய செய்தி உங்களுக்கு கிடைத்தவுடன், அதை இலவசமாக சோதிக்கலாம்.

இந்த சோதனை ஏற்கனவே பாதிக்கப்பட்டுள்ள ஆனால் இதுவரை அறிகுறிகள் இல்லாதவர்களை அடையாளம் காண வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. சாத்தியமான தொற்றுநோய்க்கு 5 நாட்களுக்குப் பிறகு இது மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

சோதனை நோயை உறிதிப்படுத்துவதாக இருந்தால், நீங்கள் உங்களுக்கு பொறுப்பான மானில அலுவலகத்தால் தொடர்பு கொள்ளப்படுவீர்கள், அவர்கள் மேலதிக செயல்முறைகள் பற்றி உங்களுக்குத் தெரிவிப்பர். இது வைரஸ் பரவுவதைத் தடுக்க உதவுகிறது.

தொற்றுநோயை தொற்றியிருக்க சாத்தியம் என்று செய்து வந்தபின் வீட்டிலேயே தங்க முடிவு செய்தால் நான் தொடர்ந்து எனது ஊதியத்தைப் பெறுவேனா?

தொற்றின் சாத்தியத்தை பற்றிய செய்தி உங்களுக்கு வந்திருந்தால், தயவுசெய்து சுவிஸ் கோவிட் தகவல் எண்ணை அழைக்கவும் (குறுஞ்செயலியிலிருந்து ஒரு செய்தி வரும்போது தொலைபேசி எண் காண்பிக்கப்படும்). இந்த கேள்விகளுக்கு அவர்கள் உங்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குவார்கள். பொதுவாக, நோய்த்தொற்று ஏற்படக்கூடிய வாய்ப்பு காரணமாக நீங்கள் வீட்டிலேயே இருந்தால் தொடர்ந்து ஊதியம் வழங்க நிறுவனத்திற்கு கடமை இல்லை. பொறுப்பான மானில அதிகாரிகள் வழங்கிய தனிமைப்படுத்தல் மட்டுமே தொடர்ச்சியான ஊதியங்களுக்கு உங்களுக்கு உரிமை தரும்.

புதிய கொரோனா வைரஸ் என்ன? SARS-CoV-2 மற்றும் COVID-19 என்றால் என்ன?

புதிய கொரோனா வைரஸ் 2019 ஆண்டின் இறுதியில் சீனா வுஹான் நகரத்தில் சராசரிக்கும் மேலான சுவாசக்குழாய் நோய்களின் காரணமாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இந்த கிருமிக்கு SARS-CoV-2 என்ற பெயர் சூட்டப்பட்டது. இது Middle-East Respiratory Syndrome» MERS «Schweren Akuten Respiratorischen Syndroms» SARS போன்ற கிருமிகளின் வகையைச் சேர்ந்தது.

கொரோனா வைரஸ் ஊடாக உருவான நோய்க்கு உலக சுகாதார சபை மார்ச் 11, 2020 அன்று கொரோனா வைரஸ் நோய் 2019 சுருக்கமாக COVID-19 (ஜேர்மன் மொழியில் Coronavirus-Krankheit 2019) என்ற பெயரிடப்பட்டுள்ளது.

தற்போதைய தரவுகள் இந்நோய் மிருகங்களிடமிருந்து மனிதர்களுக்கு பரவியது என்று கூறுகின்றது. முதலில் இக் கிருமி சீனா வுஹான் நகரில் ஓர் மீன் மற்றும் இறைச்சி சந்தையிலிருந்து பரவத்தொடங்கியது என்று நம்பப்படுகிறது. அச்சந்தை தற்போது சீனாவின் அரசாங்கத்தால் மூடப்பட்டுள்ளது.

கூடிய தகவல்கள்:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(ஜேர்மன், பிரென்ச், இத்தாலியன், ஆங்கிலம்)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH