Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

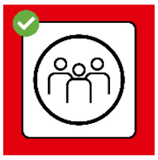
மத்திய உள்துறை திணைக்களம் EDI
சுகாதாரத்துறை கூட்டாட்சி அலுவலகம் BAG

கோவிட்-19: புதிய கொரோனா வைரஸ் குறித்த முக்கிய தகவல்களும் சுகாதார விதிமுறைகள் மற்றும் நடத்தை விதிகளும்

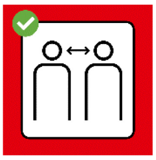
புதிய கொரோனா வைரஸ் **புதுப்பிக்கப்பட்ட 29.10.2020**

இவ்வாறு எம்மை நாம் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்

கோரோனாவை தடுத்தல்.



குறைந்தளவு மனிதர்களை சந்தித்தல்



இடைவெளியைக் கடைப்பிடித்தல்.

இடைவெளியைக் கடைப்பிடித்தல் சாத்திமற்றதாயின், முகக்கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு.

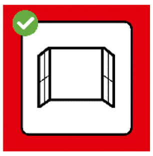
பொதுமக்கள் செல்லும் உள்புற மற்றும் வெளிப்புறப் பகுதிகள் மற்றும் பொதுப் போக்கு வரத்துச் சாதனங்களில் முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு.

சாத்தியமாயின், வீட்டு அலுவலகத்தில் இருந்து வேலை செய்தல்.

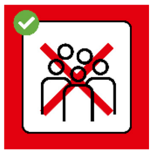
கைகளை நன்றாகக் கழுவுதல்.

கைக்குட்டைக்குள் அல்லது முழங்கை மடிப்பிற்குள் இருமுதல், தும்முதல்.

கை குலுக்குவதைத் தவிர்க்கவும்.

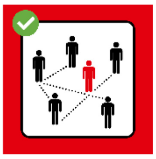


நாளாந்தம் பல தடவைகள் காற்றோட்டமாக்குதல்.

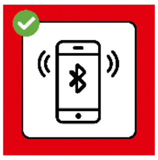


நிகழ்வுகள்: பொது இடங்களில் ஆகக்கூடியது 50 நபர்கள். தனிப்பட ஆகக்கூடியது 10 நபர்கள், பொது இடங்களில் ஒன்று கூடுதல் ஆகக்கூடியது 15 நபர்கள்

உங்களுக்கு நோயின் அறிகுறிகள் இருந்தால், அதை உடனடியாக பரிசோதித்து வீட்டிலே இருங்கள்.



எப்போதும் உங்களை தொடர்பு கொள்ளக் கூடியவாறு முகவரியை வழங்கவும்.



தொற்று தொடரை நிறு த்துவதற்கு: SwissCovid App ஐ பதிவிறக்கம் செய்வதுடன் அதை செயலாக்குங்கள்.

சோதனையின் முடிவு நோயை உறுதிப்படுத்தி னால்:தனிமைப்படு த்தவும்.நோயுள்ளவ ருடன் தொடர்பில் இருந்திருந் தால்: சுய தனிமைப் படுத்தவும்.

மருத்துவ நிலையத் திற்கு அல்லது அவசர மருத்துவ சிகிச்சை நிலையத்திற்கு தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்ட பின் மட்டுமே செல்லுதல்,

www.foph-coronavirus.ch

Tamilisch / tamoul / tamil / தமிழ்

புதிய கோரன் வைரஸ் தொடர்பாக மிக அதிகமாக வினவப்படும் கேள்விகளும் பதில்களும்

2019 இறுதியில் ஒரு புதிய மற்றும் மிகவும் தொற்றக்கூடிய நோய் ஏற்பட்டுள்ளது. இதை <<கோவிட்-19>> என அழைப்பர். இதற்கு காரணமாக ஒரு புதிய வைரஸ் உள்ளதுடன், ஒரு குறுகிய காலத்தில் உலகெங்கும் பரவிவருகின்றது. இந்த விபரப் பத்திரத்தில் இப் புதிய கொரோனா வைரஸ் குறித்து மத்திய சுகாதார அமைச்சு அதிகமாக வினவப்படும் கேள்விகள் மற்றும் அதற்கான பதில்களை வழங்கியுள்ளது.

இப் புதிய கொரோனா வைரஸ் தொற்றினால் மிகவும் கடினமான பின்விளைவுகள் ஏற்படலாம். சில மனிதர்கள் இந்நோயினால் இறக்கின்றனர். ஆகவே அனைவரும் இந்நோயிலிருந்து தம்மைப் பாதுகாத்துக்கொள்வது முக்கியமானதாகும்.

***சுய பொறுப்புணர்வுடன் கூடிய நடத்தை முக்கியமாகும்:** சுகாதார மற்றும் நடத்தை விதிகளைக் கடைப்பிடிப்பதன் மூலம், உங்களை நீங்கள் நன்கு பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள். மேற்படி ஒழுங்கு விதிகள் இவ் ஆவணத்தின் முகப்புப் பக்கத்திலும் மத்திய சுகாதார அலுவலகத்தின் துண்டுப் பிரசுரத்திலும் பிரசுரிக்கபட்டுள்ளன. கைகளை அடிக்கடி சவர்க்காரத்தினால் ஒழுங்காகக் கழுவி இடைவெளியைப் பேணுதலும் இதற்குள் அடங்கும்.*

முக்கிய கடமைகள் மற்றும் தடைகள்: ஐப்பசி 29, 2020 இலிருந்து

- *அதிக நடமாட்டமுடைய உள்புற நகரம் மற்றும் கிராமம், பொதுமக்கள் செல்லக்கூடிய உள்புற மற்றும் வெளிப்புற இடங்கள் மற்றும் நிறுவனங்கள் மற்றும் தொழிலகங்கள் போன்றவற்றுள் முகக்கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு.*
- *சுவிஸ் முழுவதும் பொதுப் போக்குவரத்தில் முகக்கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு: பொதுப் போக்குவரத்து சாதனங்களில், விமானங்களில், புகையிரத நிலையங்களில், தரிப்பிலங்களில், விமான நிலையங்களில்.*
- *சகல நடுநிலை மற்றும் தொழில் துறைசார் பாடசாலைகளிலும் முகக்கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு*
- *வேலைத்தலங்களின் உள்ளே முகக்கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு செல்லுபடியாகும், பரிந்துரைக்கப்பட்ட இடைவெளி வேலைத்தலத்தில் கடைப்பிடிக்கப்பட முடியுமாயின் விதிவிலக்களிக்கப்படுகின்றது.*
- *பல்கலைக்கழகங்களிலும் உயர் கல்வி நிலையங்களிலும் வெளிவாரிக்கல்வி வகுப்புக்களின் அறிமுகம்*
- *போதுநிகழ்சிககளில் 50 நபர்களுக்கு மேலும் தனிப்பட்ட நிகழ்சிகளுக்கு 10 நபர்களுக்கு மேலும் பங்குபற்றுவதற்கு தடை*
- *திட்டமிடப்படாத 15 நபர்களுக்கு மேல்பட்ட நபர்களின் சந்திப்புக்களுக்கு தடை*
- *உணவகங்களில் ஆகக்கூடியது நான்கு நபர்கள் ஒரு மேசையில் (பெற்றோர் குழந்தைகளுக்கு விதிவிலக்கு)*
- *உணவகங்களிளும் பார் களிலும் 23.00 – 06,00 மணி நேரங்கலளுக்கு தடை*
- *உணவகங்களிளும் பார் களிலும் இருப்பதற்கான கடப்பாடு: குடிபானங்கள் மற்றும் உணவு உட்கொள்ளல் இருக்கையில் அமர்ந்தவாறு உட்கொலவதற்கு மட்டுமே அனுமதி.*
- *கேளிக்கை விடுதிகள், டிஸ்கோ மற்றும் நடந் விடுதிகளுக்கு தடை*
- *ஓய்வுநேர விளையாட்டுக்கள்: 15 நபர்களுக்கு மேலுள்ள நபர்களின் செயல்பாடுகளுக்கு தடை, மனிதர்களிடையே தொடர்புகளையுடைய விளையாட்டுக்களுக்குக் தடை, உள்ப்புற அறைகளில் முகக்கவசம் அணிதல் மற்றும் இடைவெளியை கடைப்பிடித்தல், வெளியே முகக்கவசம் அணிதல் அல்லது இடைவெளியை கடைப்பிடித்தல், சிறுவர்கள் செல்லும் கட்டாய பாடசாலையில் தொடர்ந்தும் கட்டுப்பாடுகள் எதுவுமின்றி பிள்ளைகள் விளையாடலாம்*
- *கலாச்சார நிகழ்வுகள் (இசை, நடனம் போன்றன) பிரத்தியேகமற்ற பகுதி: 15 நபர்கள் வரையுமுள்ள செயல்பாடுகளுக்கு முகக்கவசத்துக்கான கடப்பாடு மற்றும் இடைவெளியை கடைப்பிடிக்கும் பட்சத்தில் அனுமதிக்கப்படுகின்றது. துறைசார் நிபுணத்துவ பகுதி: ஒத்திகை மற்றும் நிகழ்வுகள் அனுமதிக்கப்படுகின்றன.*

- *பாடகர் தோன்றும் நிகழ்ச்சிகளுக்கு தடை.. தோழில் துறை சார் பாடல்களின் ஒத்திகை அனுமதிக்கப்படுகின்றது.*
- *சாத்தியப்படும் பட்சத்தில் வீட்டு அலுவலகம் இல் வேலை செய்யவும்*
- *நாட்டினுள் பயணிப்பவர்களுக்கு தனிமைப்படுத்தலுக்கான கடப்பாடு*

குறிப்பு: குறிப்பிட்ட மாநிலங்களில் கடுமையான ஒழுங்கு விதிகள் செல்ல்லுபடியாகின்றன.

தொற்றும் முறை மற்றும் ஆபத்துக்கள்

இவ்வாறான சுகாதார மற்றும் நடத்தை விதிகள் ஏன் அவசியம்?

*புதிய கொரோனா வைரஸை பொறுத்தவரை அதற்கு **மனிதர்கள் இன்னும் எதிர்ப்புசக்தியை பெறவில்லை**. ஆகவே **பலர் நோய்வாய்படலாம்**. நாம் கொரோனா வைரஸ் பரவலை தடுக்க வேண்டும். அதிக நோய்வாய்ப்பட வாய்ப்புள்ள மக்களை பாதுகாக்க வேண்டும். அவ்வாறானவர்கள் 65 வயதிற்கு மேற்றப்பட்டவர்கள் மற்றும் முன்பே நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள்.*

அவ்வாறானவர்கள்:

- *வயோதிபர்கள் (புதிய கொரோன வைரஸ் இனால் தொற்றுதலுக்குள்ளாகி அது மிகவும் பாரதூரமாக ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடிய தன்மை ஒருவர் எவ்வளவு வயோதிபராக இருக்கின்றார் என்பதைப் பொறுத்து ஆபத்தானதாகும். எற்கனவே நோய்கள் இருபின், ஆபத்து மேலும் அதிகமாகும்).*
- *கர்ப்பமான பெண்கள்*
- *பின்வரும் நோய்கள் உள்ள பெரியவர்கள்:*
  - ***உயர் இரத்த அழுத்தம்***
  - ***இதய-குருதிச்சுற்றோட்ட-நோய்கள்***
  - ***நீரழிவு நோய்***
  - ***நாள்பட்ட சுவாச நோய்கள்***
  - *புற்று நோய்*
  - ***நோயெதிர்ப்பு** சக்தியை **பலவீனப்படுத்தும் நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள்***
  - ***அதிக** உடல் பருமன் (கொழுப்பை நாடுதல், **BMI 40** அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட)*

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 கடைப்பிடியுங்கள். 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,*

தொடரூந்து 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.

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

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 கொறொனா வைரஸ் தொற்றாமல் பாதுகாக்க தாய்மார் பாதுகாப்பு ஒழுங்குவிதிகளின்படி 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.

<u>புதிய கொரோனா வைரஸ் எவ்வாறு தொற்றுகிறது?</u>

நெருக்கமானதும் நீண்ட நேரமாகவும் தொடர்பிலிருக்கையில் இவ் வைரஸ் அதிகமாக <u>தொற்றுகின்றது</u>: *தொற்றுதலுக்குள்ளாகிய ஒரு நபரிலிருந்து 1,5 மீட்டர் இடைவெளிக்குள் பாதுகாப்பு (முகக்கவசம்) இல்லாதிருக்கும் பட்சத்தில் (பாதுகாப்பு: இருவரும் முகக்கவசம் அணிந்திருக்கின்றனர்). எவ்வளவுக்கு இவர்கள் நெருக்கமாகவும் நீண்ட நேரமும் உள்ளனரோ, அவ்வளவுக்கு அவர்கள் தொற்றுக்குள்ளவதற்கான சாத்தியக்கூறு அதிகமாகும்.*

<u>புதிய கொரோனா வைரஸ் பின்வருமாறு தொற்றிக்கொள்ளலாம்:</u>

- *சிறு துளிகள் மற்றும் (வளிமண்டல) எச்சில் சாரல்கள் **<u>ஊடாக</u>**: நோய் தொற்றுக்குள்ளாகியவர்கள் சுவாசிக்கும் பொழுது, இருமும் பொழுது, பேசும் பொழுது, அல்லது தும்மும் பொழுது, வெளிவரும் வைரஸ் உள்ள நுண் துளிகள் நேரடியாக மற்றைய அண்மித்திருக்கும்* (<1,5 m) *மனிதர்களின் மூக்கு, வாய் மற்றும் கண்கள் போன்றவற்றின் மென்சவ்வுகளினூடாக அவர்களின் உடலில் உழ்நுளையும்.*

  இவ் நுண்துளிகளினூடாக (ஆரோசொல்) சற்று தொலை தூரத்தில் பரவுதலும் சாத்தியமாகுமாயினும், இது அடிக்கடி நடைபெறுவதில்லை. இம் முறையிலான தொற்றிப்பரவுதல் குறிப்பாக தீவிரமான சுவாசம் அவசியமாகும் பொழுதுள்ள நடவடிக்கைகளில் ஒரு பங்களிப்பை கொண்டிருக்கலாம். உதாரணமாக உடல்வலுவைப் பயன்படுத்தி வேலை செய்யும் பொழுது, விளையாட்டு, சத்தமாகப் பேசும் பொழுதும் பாடும் பொழுதும் இவ்வாறு வருகின்றது. இதே நிலைமை மோசமான காற்றோட்டம் அல்லது காற்றோட்டமின்றிய அறையில் நீண்ட நேரம் தங்கியிருந்தாலும் இது பொருந்தும், குறிப்பாக அறைகள் சிறிதாக இருக்கும் பட்சத்தில்.

- *மேற்பரப்புக்கள் மற்றும் கைகள் ஊடாக: தொற்றுக்குல்லாகிய நபர்கள் தும்மும் பொழுதும் இருமும் பொழுதும் தொற்றக்கூடிய சிறு துளிகள் அவர்களது கைகளில் அல்லது அண்மித்துள்ள மேற்பரப்புக்களைச் சென்றடைகின்றன. வேறொரு நபர் இச் சிறு துளிகளை*

கையால் தொட்டு பின்னர் மூக்கு, வாய் மற்றும் கண்களை தொடும் போது அவரை இது 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)*	• *தலைவலி*
• *தொண்டை நோவு*	• *உடல் பலவீனம், உடல்நலக்குறைவு*
• *மூச்சுத் திணறல்*	• *செமிபாட்டு குறைபாடுகள் (குமட்டல், வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, வயிற்று வலி)*
• *நெஞ்சுவலி*	• *தடிமன்*
• *காய்ச்சல்,*	• *தசைவலி*
• *திடீர் வாசனை / சுவைக்கும் திறனின் இழப்பு*	• *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*** (check.bag-coronavirus.ch) ***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?

check.bag-coronavirus.ch *இணையத்தளத்தில் உள்ள கொரோனா வைரஸ் சோதனை மூலம், சில கேள்விகளுக்கு பதிலளித்த பின்னர், நீங்கள் சுகாதார அமைச்சின் அலுவலகத்திலிருந்து (ஜெர்மன், பிரஞ்சு, இத்தாலி மற்றும் ஆங்கிலத்தில்) பரிந்துரையைப் பெறுவீர்கள்.*

வாட்ற் (Waadt) மாநிலத்தின் இணையத் தளத்தின் coronavirus.unisante.ch/evaluation *என்ற பக்கத்தின் கீழ்* மேலும் எட்டு மொழிகளில் கொரோன பரிசோதனையை (**Corona-Check**) *நீங்கள் பார்க்கலாம்.*

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

மோசமாகி வரும் அல்லது குறிப்பிடத்தக்க அறிகுறிகளைய பற்றி எப்போதும் மருத்துவரை அணுகவும்.

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

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 <u>மற்றும்</u> நெருக்கமான தொடர்பு நபருக்கு அறிகுறிகள் உள்ளன

உங்கள் பிள்ளை ஒரு நபருடன் நெருங்கிய <u>தொடர்பில்</u> இருந்து, கொரோனா வைரஸ் தொற்றியிருக்கக்கூடிய அறிகுறிகள் தென்பட்டால் (12 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள்). 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 <u>எவருடனும்</u> நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கவில்லை (12 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள்). இந்த வேளையில் அறிகுறிகள் மற்றும் பிள்ளையின் உடல்நல நிலைமையில் மேலதிக நடவடிக்கைகள் தங்கியுள்ளன:

- ***உங்கள் பிள்ளைக்கு இலகுவான தடிமன் காய்ச்சல் அறிகுறிகள் உள்ளன*** *(தடிமல் மற்றும் /அல்லது தொண்டைநோவு மற்றும் /அல்லது இலகுவான இருமல்)* ***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 பராமரிப்ப 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 கடுமையான இருமல் உள்ளது மற்றும் பொதுவாக மிகவும் நல்ல நிலைமை உள்ளது:*** *உங்கள் பிள்ளை வீட்டில் இருக்க வேண்டும். மூன்று நாட்களுக்குள்*

இருமல் நன்கு குணமடைந்தால், பிள்ளை பாடசாலைக்கு அல்லது பராமரிப்பு நிலையத்திற்கு மீளவும் செல்லலாம். தற்சமயம் மூன்று நாட்களுக்கு மேலாக கடின இருமல் தொடர்ந்தும் இருந்தால் 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.*

<u>கொரோனா வைரஸ் சிகிச்சை எவ்வாறு நடைபெறும்</u>

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

<u>புதிய கொரோனா வைரஸுடன் தொடர்பில்லாத ஏதேனும் உணர்வுகள், நோய்கள் அல்லது அறிகுறிகள் உங்களுக்கு இருக்கிறதா?</u>

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

<u>புதிய கொரோனா வைரஸுக்கு நான் எப்போது சோதிக்கப்பட வேண்டும்?</u>

நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறீர்களா அல்லது புதிய கொரோனா வைரஸின் நோய் அறிகுறிகளை உணர்கிறீர்களா? வீட்டிலேயே இருங்கள், <u>கொரோனா வைரஸ் பரிசோதனை</u> (check.bag-coronavirus.ch) *செய்யுங்கள் அல்லது உங்கள் மருத்துவரை அழைக்கவும். இணைய தாளில் அல்லது தொலைபேசியில் கேட்க்கும் அனைத்து கேள்விகளுக்கும் முடிந்தவரை சிறந்த முறையில் பதிலளிக்கவும். முடிவில் நீங்கள் நடவடிக்கைக்கான பரிந்துரையைப் பெறுவீர்கள், தேவைப்பட்டால், சோதிக்கப்பட வேண்டும் என்று அறிவீர்கள். சோதனை முடிவு கிடைக்கும் வரை வீட்டிலேயே இருங்கள்.*

<u>நான் எங்கே சோதனை செய்ய முடியும்?</u>

சோதனைகள் மருத்துவர்கள், மருத்துவமனைகள் அல்லது சிறப்பாக நியமிக்கப்பட்ட சோதனை மையங்களால் மேற்கொள்ளப்படுகின்றன. நீங்கள் <u>கொரோனா வைரஸ் பரிசோதனை</u> (check.bag-coronavirus.ch) *செய்யலாம். நீங்கள் சோதிக்கப்பட வேண்டும் என்று சோதனை பரிந்துரைத்தால், எவ்வாறு தொடரலாம் என்பதற்கான வழிமுறைகளைப் பெறுவீர்கள்.*

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

<u>எந்த சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு PCR-சோதனைக்கான செலவை மத்திய அரசு ஈடுகட்டுகிறது?</u>

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.

ஒன்றுகூடல்கள், நிகழ்வுகள் மற்றும் ஓய்வு நேர செயல்பாடுகள்

<u>எவ்வாறான</u> *<u>ஒன்றுகூடல்களுக்குத் தடையுள்ளது?</u>*

பொதுஇடங்களில் திடீரென 15 நபர்களுக்கு *மேல் ஒன்றுகூடுவதற்குத் தடையுள்ளது. பொது இடங்கள் எனும்போது, உதாரணமாக பொதுமக்கள் பாவிக்கும் பகுதிகள், நடைபாதைகள் மற்றும் பூங்காக்கள் அடங்கும்.*

<u>பொதுவான மற்றும்</u> *<u>தனிப்பட்ட நிகழ்வுகளுக்கு எவ்</u>****<u>வாறான ஓழுங்கு</u>*** *<u>விதிகள்</u>* ***<u>செல்லுபடியாகின்றன</u>*** *<u>?</u>*

நண்பர்கள் மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களை உள்ளடக்கிய வட்டத்தில் (பொதுமக்கள் செல்லாத இடங்களில், உதாரணமாக வீடில்) ஆகக்கூடியது 10 ***நபர்கள்*** *பங்குபற்றுவதற்கு அனுமதிக்கப் படுகின்றது. தனிப்பட்ட நிகழ்வுகளை நீங்கள் இயலுமானவரை தவிர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.*

50 ***<u>நபர்களுக்கு மேற்றப்பட்டவர்கள் பங்கு பற்றும் நிகழ்வுகள் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது</u>****. இது சகல விளையாட்டு, கலாச்சார மற்றும் ஏனைய நிகழ்ச்சிகளுக்கு பொருந்தும், பாராளுமன்ற மற்றும் நகரசபை கூட்டங்களுக்கு விதிவிலக்களிக்கப்பட்டுள்ளது. அரசியல் ரீதியான ஆர்ப்பாட்டங்கள் மற்றும் சர்வஜன வாக்கெடுப்புக்கான கையெழுத்து சேகரிப்பு மற்றும் இவை போன்றவற்றுக்கு இதுவரைகாலமும் செல்லுபடியாகின்ற பாதுகாப்பு முன்னேர்த்பாடுகள் சாத்தியமாகும்.*

விளையாட்டு மற்றும் கலாச்சார ஓய்வுநேர நடவடிக்கைகளுக்கு எவ்வாறான ஒளுங்கு விதிகள் செல்லுபடியாகின்றன ?

போதியளவு சமூக இடைவெளி கடைப் பிடிக்கப்படகூடியதாகவும் முகக்கவசமும் அணிந்து கொள்ளும் பட்சத்தில், விளையாட்டு மற்றும் கலாச்சார ஓய்வுநேர நடவடிக்கைகள் உள்ளறைகளில் 15 நபர்கள் வரைக்கும் அனுமதிக்கப்படுகின்றன. பெரிய விஸ்தீரணம் உள்ள அறையுடன் கூடிய சூழ்நிலை, உதாரணமாக டென்னிஸ் ஹால் அல்லது பெரிய அறை போன்றன, இருக்கும் பட்சத்தில், முகக்கவசம் அணிவதிலிருந்து விலகளிக்கபட முடியும். வெளியே (சமூக) இடைவெளி மட்டுமே கடிப்பிடிக்கபட வேண்டும். (உடல்) தொடர்புள்ள விளயாட்டுகளுக்கு தடை. இவ் ஒழுங்கு விதிகளிலிருந்து 16 வயதுக்குட்பட்ட சிறுவர்கள் விளக்களிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

விளையாட்டு மற்றும் கலாச்சாரத்தின் விசேட தொழில்சார் பிரிவில், பயிற்சிகள் மற்றும் போட்டிகலுடன் ஒத்திகை மற்றும் நிகழ்சிகலுக்கு அனுமதி உண்டு. பாடும் பொழுது விசேடமாக அதிக சிறு துளிகள் வெளியேற்றப்படுவதால், தொளில்துறை சாராத பாடகர்கலின் நிகழ்சிகள் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன, தொளில்துரைசார் பாடகர்களின் ஒத்திகை அனுமதிக்கப்படுகின்றது.

உண்டவகங்களுக்கும் பார் களுக்கும் எவ்வாறான ஒழுங்கு விதிகள் செல்லுபடியாகின்றன?

- *வாடிக்கையாள்கள் குழுவில் ஆகக் கூடியது ஒரு மேசைக்கு 4 நபர்கள் அனுமதிக்கப்படுவர். இதிலிருந்து பெற்றோரும் குழந்தைகளும் விதிவிலக்களிக்கப்பட்டுள்ளது.*
- *23.00 மணியிலிருந்து 06.00 மணி வரைக்கும் தடை செய்யப்பட்ட நேரமாகும்.*
- *உண்டவகங்கலிலும் பார் களிலும் இருப்பதர்த்கான கடப்பாடு குட்பானங்களும் உணவும் இருக்கையில் அமர்ந்தவாறே உட்கொள்ள முடியும்.*

டிஸ்கோதேக் மற்றும் நடன விடுதிகளில் எவ்வாறான ஒழுங்கு விதிகள் செல்லுபடியாகின்றன?

டிஸ்கோதேக் மற்றும் நடன விடுதிகலின் செயல்பாடு மற்றும் நடன நிகழ்சிகள் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன. எவ்வாறான ஒழுங்கு விதிகள் செல்லுபடியாகின்றன?

<u>வீட்டு அலுவலகம்</u>

இயலுமானவரை வீட்டு அலுவலகத்திலிருந்து நீங்கள் வேலை செய்யுங்கள். இதன்மூலம் தொடர்புகளை மற்றும் வைரஸ் பரவலைத் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

வீட்டிலிருந்து வேலை செய்ய முடியாத தொழிலாளர்களுக்கு, தொழில் சட்டம் அமுலில் இருக்கும்: தொழில் வழங்குனருக்கு, தொழிலாளர்களின் உடல்நலத்தை குறிப்பிட்ட அளவில் பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டிய கடமை உள்ளது.

மேலதிக தகவல்கள்

<u>எங்கு நான் மேலதிக தகவல்களை எனது தாய்மொழியில் கண்டுகொள்ளலாம்?</u>

இணையத்தளமான migesplus.ch *இல் நீங்கள் கோவிட்-19 மற்றும் வேறு சுகாதார விடயங்கள் குறித்த பல நம்பிக்கையான தகவல்களைக் காணலாம்:*
https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19

உதவி பெறல்

<u>எனது மொழி மருத்துவமனையில் பேசப்படாது இருந்தால், நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?</u>

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

<u>நீங்கள் வீட்டிலே இருக்க வேண்டுமா, உங்களுக்கு உணவு அல்லது மருந்து தேவையா? அல்லது நீங்கள் உதவ விரும்புகிறீர்களா?</u>

உங்களின் சுற்றுவட்டாரத்தில் தேடிப்பாருங்கள்:

- *நீங்கள் ஒருவரிடம் உதவி கேட்கலாமா?*
- *அல்லது ஒருவருக்கு உதவலாமா?*

பிற வழிகள்:

- *உங்கள் ஊராட்ச்சிசபை ஊடாக*
- *«Five up» குறுஞ்செயலி ஊடாக*
- <u>www.hilf-jetzt.ch</u> / <u>www.aide-maintenant.ch</u> *தளம் ஊடாக*

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

<u>நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்களா அல்லது உங்களுக்கு பேசுவதற்கு யாராவது தேவையா?</u>

இங்கே நீங்கள் தகவலைப் பெரலாம்:

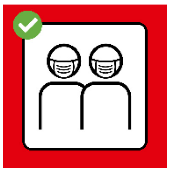
- *இணையத்தளத்தில்* <u>www.dureschnufe.ch</u> / <u>www.santepsy.ch</u> / <u>www.salutepsi.ch</u>
- *தொலைபேசியூடாக* **143** *எண்ணில்* (Die Dargebotene Hand)

<u>நீங்கள் வீட்டில் அச்சுறுத்தப்படுகிறீர்களா? நீங்கள் உதவி அல்லது பாதுகாப்பைத் தேடுகிறீர்களா?</u>

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

<u>பிற முக்கியமான தொலைபேசி எண்கள்:</u>

- 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.



முகக் கவசம்

சுவிஸ் இல் அநேகமான இடங்களில் முகக்கவசம் அணிதல் கட்டாயமாகும். பொதுவாக செல்லுபடியாவன: நெஞ்ங்கள் வீடில் இல்லாத பொழுதும் மற்றைய நபர்களுடனான இடைவெளியை தொடர்ந்தும் கடைப்பிடிக்க முடியாதவிடத்து, முகக்கவசமொன்றை அணியுங்கள். முகக்கவசமானது எப்பொழுதும் மூக்கையும் வாயையும் மூடியிருக்க வேண்டும்.

பொதுஇடங்களில் முகமூடியை அணிந்து கொள்வது முன்னிலையாக ஏனைய நபர்களைப் பாதுகாப்பதற்கு உதவுகின்றது. தொற்று ஏற்பட்ட ஒருவர் அதுகுறித்த அறிகுறிகள் தெரிவதற்கு 2 நாட்களுக்கு முன்பாகவே அது குறித்து தெரியாமல் தொற்றைப் பரப்பிவிடலாம். அதாவது ஒரு சிறிய அறை என்றால் அனைவரும் முகமூடி அணிந்துகொள்ள வேண்டும், இதனால் ஒவ்வொருவரும் மற்றவரைப் பாதுகாத்துக் கொள்கின்றனர். முகமூடி அணிவதால் நூறு வீதமான பாதுகாப்பு உள்ளது எனக்கூற முடியாது, இருப்பினும் இப்பதிய கொரோனா வைரஸ் பரவலை மெதுமையாக்க முடியும்.

முகக் கவசம் எங்கே கட்டாயமாக அணியவேண்டும்?

- ***பொதுப் போக்குவரத்திலும் விமானத்திலும் முககவசம் அணிவது கட்டாயமாகும்:*** கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள போக்குவரத்து சாதனங்களிலும் கீழுள்ள பொதுப்போக்குவரத்து இடங்களிலும் முகக்கவசம் அணிதல் கட்டாயமாகும்:
  - தொடரூந்து, ட்றாம், பஸ்
  - மலைக்குச் செல்லும் தொடரூந்தும் கேபிள் தொடரூந்து
  - கப்பல்
  - விமானம் (சுவிதஎர்லாந்து இல் தரையிறங்கும் அல்லது இங்கிருந்து புறப்படும் சகல நேர அட்டவணை விமானங்கள் மற்றும் விசேட சார்ட்டர் விமானங்கள்)
  - தொடரூந்து, ட்றாம், பஸ் போன்றவற்றின் தரிப்பிடங்கள், இப்பகுதிகள் வெளியே இருந்தாலும் கூட
  - புகையிரத நிலையங்கள், விமான நிலையங்கள் மற்றும் பொதுப்போக்குவரத்து நிலையங்களுக்குச் செல்லும் இடங்க, இவை வெளியே இருந்தாலும் கூட

- ***சுவிஸ் முழுவதுமாக பொது மக்கள் செல்லகூடிய பகுதிகளில் முகமூடி அணியும் கட்டாயம்:*** பொது மக்கள் செல்லகூடிய சகல பகுதிகளிலுமுள்ள தொழில் நிறுவனங்கள் மற்றும் நிலையங்கள் முகமூடி அணியும் கட்டாயம். இது உள்புற மற்றும் வெளிப்புறப் பகுதிகளுக்கும் செல்லுபடியாகும்.
  உதாரணமாக இதற்குரியன
  - வியாபார நிலையங்கள், பாரிய வியாபாரத் திடல்கள், வங்கிகள் மற்றும் தபால் நிலையங்கள்
  - அருங்காட்சியகம், நூல்நிலையங்கள், சினிமாக் கொட்டகை, நாடக அரங்குகள் மற்றும் இசைமண்டபங்கள்
  - மிருக மற்றும் தாவரக் காட்சிச்சாலை**கள்**
  - உணவகங்கள், மதுநிலையங்கள், விளையாட்டு அறைகள் மற்றும் தங்கும் விடுதிகள் (வரவேற்பு அறைகள் விதிவிலக்காக)
  - நீச்சல்தாடாக மற்றும் மேலுடைகள் கொழுவும் இடங்கள், விளையாட்டு நிலையங்கள், உடற்பயிற்சி நிலையங்களின் நுழைவாயில்
  - சுகாதார நிலையங்கள், வைத்தியர் நிலையங்கள் மற்றும் பொதுவாக உள்நுழையக்கூடிய வைத்தியசாலைகள் மற்றும் முதியோர் பராமரிப்பு நிலையங்கள்
  - ஆலயங்கள் மற்றும் சமய நிலையங்கள்

- *சமூக நிலையங்கள், ஆலோசனை நிலையங்கள், தங்கும் இடங்கள்*
- *பொது மக்கள் செல்லும் திணைக்களப் பகுதிகள், உதாரணமாக சமூகசேவை நிலையங்கள், நீதிமன்றங்கள் மற்றும் பார்வையாளர்கள் செல்லும் உள்அறைகளான நாடாளுமன்றம் அல்லது நகரசபை ஒன்றுகூடல்கள் போன்றவை*
- ***சந்தைகள், நத்தார் சந்தைகள் உள்ளடங்கலாக***

- ***பொது இடத்தில் முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு:*** *பொது இடத்தில் (நடை பாதைகள், பூங்காக்கள், விளையாடு இடங்கள் போன்றன)முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு கீழ்வருமாறு செல்லுபடியாகின்றது:*
  - *நகர் மற்றும் கிராம மத்தியில் அதிக நடமாட்டம் உள்ள நடை பாதைகள்*
  - *அநேக நபர்கள் நடமாடுகின்றதும் ஏனைய நபர்களுக்கிடையில் 1,5 மீட்டர் இடைவெளியைக் கடைப்பிடிக்க முடியாததுமான இடங்கள் எல்லாவற்றிலும். நீங்கள் செல்கின்ற வழியில் நண்பர்கள் அல்லது உறவினர்களை சந்திக்கும் பொழுது மீட்டர் இடைவெளியைக் கடைப்பிடிக்க முடியாத போளிதும் கூட இது பொருந்தும்.*

- ***வேலை செய்யும்பொழுது உள் அறைகளில் முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு:*** *வேலை செய்யும்பொழுது உள் அறைகள் எல்லாவற்றிலும் முகக் கவசம் கட்டாயமாக அணிய வேண்டும். நீங்கள் தனி அரை ஒன்றில் வேலை செய்யும் பட்சத்தில் அல்லது மற்றைய நபர்களுக்கிடையில் 1,5 மீட்டர் இடைவெளியை கடைப்பிடிக்கக் கூடியதாக இருக்கும் பட்சத்தில், விதிவிலக்களிக்கப்படுகின்றது. தவிரவும் பாதுகாப்புக் காரணங்களினால் நீங்கள் முகக் கவசம் அணிய முடியாதவிடத்தில்.*

- ***உயர்நிலைப் பாடசாலை II இல் முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு:*** *உயர்நிலைப் பாடசாலை II, ஜிம்னாசியம், தொளில்பாடசலைகள் மற்றும் துறை சார் இடைநிலைப் பாடசாலைகளில் முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு உள்ளது. இளவயதினர், ஆசிரியர்கள் மற்றும் ஊழியர்கள் கட்டசம் முகக் கவசம் அணிய வேண்டும். முகக் கவசம் அணிவதற்கான கடப்பாடு வகுப்பு நடைபெறும் பொழுதும் பாடசாலையிலும் உள்ப்புறத்திலும் செல்லுபடியாகும்.*

<u>சிறு குழந்தைகள் மற்றும் பிறருக்கு விதிவிலக்குகள் உள்ளதா?</u>
பன்னிரண்டு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு முகமூடித் தேவையிலிருந்து விலக்கு அளிக்கப்படுகிறது. கூடுதலாக, ***சிறப்பு*** *காரணங்களுக்காக முகமூடி அணிய முடியாத நபர்களும், குறிப்பாக மருத்துவ காரணங்களுக்காக விலக்கப்படுகிறார்கள்.*

<u>எனக்கு முகமூடி இல்லையென்றால்: என் முகம் மற்றும் மூக்கை துணியை கொண்டு மறைக்கலாமா?</u>

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

சுவிட்சர்லாந்திற்கு பயணம் / நுழைவு

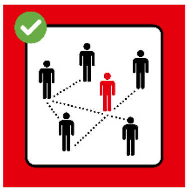
ஆடி 6, 2020 முதல், சில நாடிகளில் இருந்து சுவிஸிற்க்கு வருபவர்கள்,10 நாட்களுக்கு தம்மை தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

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 மாநில 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 தொடர்புகள் தடமறிதல் நோய்த்தொற்று தொடரை 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 தடமறிதல் ஆகியவை தொற்றுநோயை நிறுத்துகின்றன.

கொரோனா வைரஸ் சோதனை நோயை உறுதிப்படுத்தினால், தொடர்பு 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. தொற்றியுருக்கும் நபருடனான கடைசி தொடர்புக்குப் பிறகு பத்து நாட்களுக்கு இது பொருந்தும்*
- *இந்தக் காலப்பகுதியில் 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 அத் 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 ப்ளே ஸ்டோரில் கிடைக்கிறது (மொழிகளில்: ஜெர்மன், பிரஞ்சு, இத்தாலியன், ரைட்டோ-ரோமானிக், அல்பேனியன், போஸ்னியன், ஆங்கிலம், குரோஷியன், போர்த்துகீசியம், செர்பியன், ஸ்பானிஷ். துருக்கியும் டிக்ரின்யாவும் வரவுள்ளது.)

- *Android க்கான Google Play Store*
- *IOS க்கான ஆப்பிள் ஸ்டோர்*

சுவிஸ் கோவிட் குகுறுஞ்செயலியை 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, புளூடூத்தை செயல்படுத்துவது மட்டுமே. மொபைல் போன் பின்னர் புளூடூத் வழியாக சோதனை எண் என 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). ஏனனில் வைரஸ் பரவும் வாய்ப்பு இப்படியான தருணங்களில் உள்ளது.

அறிவிப்பு இப்படித்தான் செய்யப்படுகிறது

ஒரு சுவிஸ் கோவிட் குறுஞ்செயலியை பயபடுத்துபவர் 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 என்றால் 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 மாசி 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, பிரெஞ்ச், இத்தாலியன், தமிழ்)

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