NSW Health

Tamil

COVID-19
சுய-தனிமைப்பாட்டில் ஏற்பட்டுள்ள மாற்றம்

உங்களுக்கு COVID-19 இருப்பது உறுதிப்படுத்தப்பட்டால் நீங்கள் உங்களை சுய-தனிமைப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டிய தேவை இல்லை, ஆனாலும், உங்களுக்கு இருக்கும் தீவிர நோயறிகுறிகள் (நாசிக் கசிவு, தொண்டை வலி, இருமல் மற்றும் காய்ச்சல் ஆகியன) மறையும் வரை நீங்கள் வீட்டிலேயே இருக்கவேண்டுமென சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது.

நீங்கள் வீட்டைவிட்டு வெளியேறியே ஆகவேண்டுமெனில்:

- உட்புறப் பகுதிகளிலும், பொதுப்போக்குவரத்து வசதிகளிலும் இருக்கும்பொழுது முகக்கவசம் ஒன்றை அணிந்திருங்கள்
- பெரும் கூட்டங்களையும், சன நெரிசல் மிக்க உட்புறப் பகுதிகளையும் தவிருங்கள்
- தீவிர நோய்வாய்ப்படும் ஆபத்தில் உள்ளவர்களையும், மருத்துவமனையில் உள்ளவர்களையும், அல்லது முதியோர் பராமரிப்பு அல்லது இயலாமையுடையோர் பராமரிப்பு வசதிகளில் உள்ளவர்களையும் குறைந்தது 7 நாட்களுக்குப் பார்க்கச் செல்லாதீர்கள்
- உங்களுடைய வேலைத்தலத்திற்கு நீங்கள் எப்போது திரும்பிச் செல்லவேண்டும் என்பதைப் பற்றி உங்களுடைய முதலாளியுடன் பேசுங்கள்.

சளி அல்லது சளிக்-காய்ச்சலுக்கான அறிகுறிகள் உங்களுக்கு இருந்தால், வீட்டிலேயே இருங்கள், அத்துடன் COVID-19 நோயறிவுச் சோதனையை மேற்கொள்ளுங்கள். வைரஸ்-எதிர்ப்பு மருந்துகளுக்கு நீங்கள் தகுதிபெறுவீர்களேயானால், உங்களுக்கு நோயறிகுறிகள் தோன்றியதும் கூடிய விரைவில் நீங்கள் நோயறிவுச் சோதனையை மேற்கொள்ளவேண்டியது முக்கியம். உங்களுக்கு COVID-19 தொற்று இல்லை என்ற எதிர்மறை முடிவினை நீங்கள் பெற்றாலும்கூட, உங்களுடைய அன்பிற்குரியவர்களுக்கும், உங்களுடைய சமூகத்தினருக்கும் இந்தத் தொற்றினை நீங்கள் கடத்தாமல் இருக்கும் வகையில் நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கும் காலத்தில் வீட்டிலேயே இருங்கள்.

நோய்த்தொற்று இருப்பதை உறுதிப்படுத்தும் 'துரித நோயறிவுச் சோதனை' (rapid antigen test) முடிவு ஒன்றைப் பதிவு செய்யவேண்டும் என்ற கட்டாயம் இனிமேல் இல்லையாயினும், சுகாதார உதவிகளையும் மற்ற ஆதரவுதவிகளையும் பெற சனங்களுடைய சோதனை முடிவுகளைப் பதிவு செய்வது உதவ இயலும் என்பதால் Service NSW -உடன் அவர்களுடைய சோதனை முடிவுகளைப் பதிவு செய்யுமாறு NSW Health கேட்டுக்கொள்கிறது.

உடல்நலத்தைப் பற்றிய கவலைகள் எதுவும் உங்களுக்கு இருந்தால், மற்றும் மொழி உதவி உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால், 'மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை' (Translating and Interpreting Service (TIS)-யை 131450-இல் அழைத்து 1800 022 222-இல் Healthdirect சேவையுடன் தொடர்புகொள்ளவேண்டுமெனக் கேளுங்கள்.

October 2022 © NSW Health. SHPN (COHS) 220923