Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

சுவிஸ் கூட்டமைப்பு
சுகாதாரப்பிரிவு

புதிய கொரோனா வைரஸ்

புதுப்பிக்கப்பட்ட தகவல்கள் 10.03.2020

இவ்வாறு எம்மை நாம் பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம்

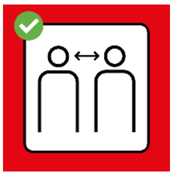
தகவல்கள்.

புதிய கொரோனா வைரஸ் மற்றும் "இவ்வாறு எம்மை நாம் பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம்" என்ற நடவடிக்கைகளைப் பற்றிய முக்கியமான விபரங்கள்.

நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்?

கைகளை நன்றாகக் கழுவுதல்

கைக்குட்டைக்குள் அல்லது முழங்கை மடிப்பிற்குள் இருமுதல், தும்முதல்



நபர்களிக்கிடையிலான நெருக்கத்தை தவிர்த்துக்கொள்ளுதல்

ஒருவருக்கொருவர் கை குலுக்குவதைத் தவிர்த்துக்கொள்ளுதல்

காய்ச்சல் மற்றும் இருமல் இருப்பின் சுகமாகும் வரை வீட்டில் தங்கி இருத்தல்

மருத்துவ நிலையத்திற்கு அல்லது அவசர மருத்துவ சிகிச்சை நிலையத்திற்கு தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்ட பின்னர் செல்லுதல்

கொரோனா வைரஸ் தொடர்பாக அதிகமாக கேட்கப்பட்ட கேள்விகளும் பதில்களும்

தொற்றும் முறை மற்றும் ஆபத்துக்கள்

இந்த சுகாதார, நடத்தை நடைமுறைகள் ஏன் அவசியம்

புதிய கொரோனா வைரஸை பொறுத்தவரை அதற்கு மனிதர்கள் இன்னும் எதிர்ப்புசக்தியை பெறவில்லை. பலருக்கும் தொற்றாதிருக்க நாம் இந்த நடவடிக்கைகளை கைப்பற்றவேண்டும்.

அதிக நோய்வாய்ப்பட வாய்ப்புள்ள மக்களை பாதுகாக்கப்படல் வேண்டும். அவ்வாரானவர்கள் 65 வயதிற்கு மேற்றப்பட்டவர்கள் மற்றும் முன்பே நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள், உயர் இரத்த அழுத்தம், நீரழிவு நோய், இருதய நோய்கள், நாள்பட்ட சுவாச நோய்கள், நோயெதிர்ப்பு சக்தியை பலவீனப்படுத்தும் நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள், புற்றுநோய் போன்ற நோய்களைக் கொண்டவர்கள்.

அரசாங்கத்தால் முன்மொழியப்படும் நடவடிக்கைகளை கைப்பற்றினால் நாம் இவ்வாறு நோய்வாய்ப்பட்ட மக்களையும் பாதுகாக்கலாம். இதுமட்டமின்றி தற்போதய நிலையில் அவசரசிகிச்சைசாலைகளிலம் மக்களை உள்ளடக்கும் இடவசதிகளும் குறைந்துவருகிறது.

இந்த நோய் எவர்களைஅதிகமாக தாக்க வாய்ப்புள்ளது

பெரும்பாலான மக்களுக்கு புதிய கொரோனா வைரஸ் பாதிப்பில்லாதது. நோய்வாய்ப்படும் அபாயம் அதிகம் கொண்டவர்கள் 65 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் மற்றும் முன்பே கீழ்க்காணும் நிலமைகளில் ஒன்றை கொண்டவர்கள்:
- உயர் இரத்த அழுத்தம்
- நீரழிவு நோய்
- இருதய நோய்கள்
- நாள்பட்ட சுவாச நோய்கள்
- நோயெதிர்ப்பு சக்த்தியை பலவீனப்படுத்தும் நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள்
- புற்றுநோய்

சுவிற்ஸர்லாந்தில் புதிய கொரோனா வைரஸால் தொற்றப்பட முடியுமா?

சுவிற்ஸர்லாந்தில் புதிய கொரோனா வைரஸால் பாதிக்கப்படுவதற்கான ஆபத்து அதிகரிக்கிறது.

கொரோனா வைரஸ் எவ்வாறு தொற்றுகிறது

பொதுவாக கொரோனா வைரஸ் நெருக்கம் மற்றும் நீண்டநேர தொடர்பில் தொற்றும் நோய் அதாவது எம்மை சுற்றி 2 மீட்டர் தொலைவுக்குள்ளும் 15 நிமிடங்களுக்கு மேலான சூழ்நிலைகளில் இவ் வைரஸ் இருமல் மற்றும் தும்மலால் வெளிவரும் துளிகள் மூலம் பரவும். இத் துளிகள் பட்டால் மூக்கு, வாய் மற்றும் கண்கள் ஊடாக மனிதர்களின் உடலில் உழ்நுளையும்.

இவ் வைரஸ்ஸை தாங்கும் துளிகளூடாக, இவ் வைரஸ் மனித உடலுக்கு அப்பால் சில மணிநேரம் உயிர்வாழும். கை, கதவு, பொத்தான்கள், போன்ற இத் துளிகள் பட்ட பொருட்களை தொடுவதால் இவ் வைரஸ் தொற்றும் என்பது இன்னும் நிருபிக்கப்படவில்லை.

அறிகுறிகள், நோய் கண்டறிதல் மற்றும் சிகிச்சை

கொரோனா வைரஸ்ஸின் அறிகுறிகள் யாவை

காய்ச்சல், தடிமன், இருமல் மூச்சுப்பற்றாக்குறை ஆகியவை பொதுவான அறிகுறிகள். இவ் அறிகுறிகள் நபருக்கு நபர் வித்தியாசமாக தென்படலாம். சிலருக்கு இவையோடு செமிபாட்டு குறைபாடுகள் அல்லது கண்களில் கோளாருகள் ஏற்படலாம். பொதுவாக பலருக்கம் இவ் நோய் சிக்கல்கள் இன்றி முடிந்துவிடும். முதியவர்களுக்கே இதனால் பெரும் ஆபத்து.

<u>எனக்கு காய்ச்சல் மற்றும் இருமல் இருந்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்</u>

நோயின் அறிகுறிகள் இருந்தால், மற்றவர்களை பாதிக்காமல் இருக்க, நீங்கள் உங்கள் வீட்டை விட்டு வெளியே செல்லக்கூடாது.

நோயின் அறிகுறிகள் இவை

- *காய்ச்சல் (38 டிகிரி செல்சியஸ் உடல் வெப்பத்தை தாண்டியிருந்தால் அதோடு சோர்வு இருந்தால். சிலவேளைகளில் தசையில் வலிகள் இருக்கும்.)*
- *இருமல் உலர்ந்து இருக்கும், அத்துடன் கழுத்து பகுதியில் வலிஇருக்கும்.*

இந்த நோயின் அறிகுறிகள் சாதுவாக இருந்தால் நீங்களே உங்களை குணமாக்கிக்கொள்ளலாம்.நோய் குணங்கள் முழுதாக இல்லாது 24 மணிநேரம் முடிந்தபின் தான் வீட்டை விட்டு செல்லுங்கள். இவ்வாறு செய்வதால் மற்றவர்களுக்கு ஆபத்து இல்லாது இருக்கும்.முதலாவது பக்கத்தில் உள்ள நடவடிக்கைகளை கவனிக்கவும்.
உங்களுக்கு நோய்வாய்படும் வாய்ப்பு அதிகமாக இருந்தால் அல்லது நோயின் அறிகுறிகள் அதிகரித்தால் உங்களது மருத்துவருடன் தொலைபேசி மூலம்தொடர்புகொள்ளவும். அவர் உங்களை கூடுதல் பரிசோதனை செய்யவேண்டுமா அல்லது நீங்கள் வீட்டில் இருந்தால் போதுமா என்று முடிவுசெய்வார்.

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

தற்போதய நிலையில் கொரோனா கிருமிக்கு எதிரான மருந்துகளும் சிகிச்சைகளும் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. சுற்றி வாழும் மக்களின் நலன் கருதி நோய்வாய்பட்டவர்கள் தனிமைப்படுத்தி வைக்கப்பட்டுவார்கள்.

அதீதமாக நோய் தாக்கயிருந்தால், நோயாளிகள் தீவிர சிகிச்சை நிலயத்தில் சிகிச்சை பெறுவார்கள். சில சூழ்நிலைகளில் செயற்கை சுவாசம் பயன்படுத்தப்படும்.

பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள்

<u>பயணங்களில் கவனிக்கவேண்டியவை</u>

அனேகமாக உலகில் அனைத்து இடங்களிலும் இந்த நோயை பெற வாய்ப்பு உண்டு. உலக சுகாதார அமைப்பு இன்னும் பயணத்தடைகளை அமுல்படுத்தவில்லை. பல விமானநிலயங்களில் தற்போது பயணிகளின் கண்காணிப்பு அதிகரிக்கப்பட்டுள்ளது.

நீங்கள் 65 வயதை தாண்டி இருந்தால் அல்லது வேறு நோயுள்ளவராய் இருந்தால் (உயர் இரத்த அழுத்தம், நீரழிவு நோய், இருதய நோய்கள், நாள்பட்ட சுவாச நோய்கள், நோயெதிர்ப்பு சக்தியை பலவீனப்படுத்தும் நோய்கள் மற்றும் சிகிச்சைகள், புற்றுநோய் போன்ற நோய்கள்)உள்ளவரா? நோய்வாய்ப்பட அதிக வாய்ப்புள்ளவர்களுக்கு எங்களது ஆலோசனைகளை பார்க்கவும்.

சில நாடுகளில் பரந்த பிரதேசங்களுக்கு ஊரடங்கு சட்டம் அமுல்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அவ்வாறு உள்ள இடங்களுக்கு செல்வதும் வெழியே வருவதும் அரசாங்கத்தின் சிறப்பு அனுமதியுடன் மட்டுமே முடியும். இந்த நிலை எவ்வளவு காலம் நீடிக்கும் என்று எங்களால் தற்போது கூற இயலாது.

அனைத்து சர்வதேச விமானநிலையங்களிலும் பாதுகாப்பு விதிமுறைகள் அதிகரிக்கப்பட்டுள்ளன.

சுவிஸ் நாட்டிற்க்கு வர விரும்புவர்களுக்கான தகவல் எண்

உங்களுக்கு நோயின் அறிகுறிகள் இருந்து, சுவிஸ் நாட்டிற்கு வர கேள்விகள் இருந்தால் இந்த தொலைபேசி எண்ணிற்கு தொடர்வுகொள்ளவும் +41(0)58 464 44 88.

பயணிகளுக்கான மருதுதவ த் தகவல்கள்
www.safetravel.ch

முன்கூட்டி நீங்கள் **செல்லவுள்ள நாட்டின் சூழலை அந்நாட்டு தூதரகம்** *மூலம்* **அறிந்து கொள்ளவும்.**
(Webseite EDA > Ausländische Vertretungen in der Schweiz).

கொரோனா வைரஸ் என்ன?
SARS-CoV-2 மற்றும் COVID-19 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, 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