டிசம்பர்-7,2020 அன்று திருத்தப்பட்டது

COVID-19 பரிசோதனைக்கு உட்பட்ட தனிநபர்களுக்கான பின்தொடர்தல் வழிமுறைகள்

நான் ஏன் சோதிக்கப்பட்டேன்?

நான் ஒரு சுகாதாரப் பணியாளர்

- கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள வழிகாட்டுதல் சுகாதாரப் பணியாளர்களுக்குப் பொருந்தாது. சோதனை மற்றும் இசைவு குறித்த COVID -19 விரைவுக் குறிப்பு பொதுச் சுகாதார வழிகாட்டுதலைப் பார்க்கவும் மற்றும் பொருந்தினால் உங்கள் தொழில்சார் சுகாதார மற்றும் பாதுகாப்புத் துறையைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

எனக்கு நோய் அறிகுறிகள் இல்லை, ஆனால் நான் COVID-19 தொற்று கொண்டவரோடு நெருங்கிய தொடர்பு கொள்ள நேர்ந்தது அல்லது கடந்த 14 நாட்களில் நான் கனடாவுக்கு வெளியே பயணம் செய்தேன்

- நீங்கள் நோய்த் தாக்கம் கொண்டவரோடு தொடர்பில் இருந்த கடைசி நாளிலிருந்து அல்லது ஒன்டேரியோவுக்கு நீங்கள் திரும்பி வந்த நாளிலிருந்து 14 நாட்களுக்கு சுய தனிமைப்படுத்தலைப் பின்பற்றவேண்டும், உங்கள் சோதனை முடிவு எதிர்மறையாக இருந்தாலும் கூட, அறிகுறிகள் தோன்றுவதற்கு இவ்வளவு காலம் ஆகலாம்.
- COVID எச்சரிக்கை பயன்பாட்டின் மூலம் நீங்கள் மறைப்பற்ற நிலைக்கு ஆளானதான அறிவிப்பை மட்டும் பெற்றிருந்தால், உங்கள் சோதனை முடிவு எதிர்மறையாக இருக்கும் நிலையில் நீங்கள் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டியதில்லை.
- வீட்டு உறுப்பினர்களுக்கு அறிகுறிகள் காணப்படாவிட்டால் அவர்கள் வேலை/ பள்ளிக்குச் செல்லலாம்.

எனக்கு அறிகுறிகள் உள்ளன, ஆனால் நான் தொற்று கொண்ட எவருடனும் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்ததில்லை மற்றும் கடந்த 14 நாட்களில் நான் கனடாவுக்கு வெளியே பயணம் செய்யவில்லை

- சோதனை முடிவுகளுக்காகக் காத்திருக்கும் வேளையில் நீங்கள் சுயமாகத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும்.
- உங்கள் சோதனை முடிவு நேர்மறையானதாக இருந்தால், உங்கள் அறிகுறிகள் தொடங்கிய பிறகு 10 நாட்களுக்கு* இல்லத்திலேயே இருந்தபடி சுயமாகத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளவும். 10 நாட்களுக்குப்* பிறகு உங்களுக்குக் காய்ச்சல் இல்லாவிட்டால், குறைந்தது 24 மணிநேரத்தில் உங்கள் அறிகுறிகளில் முன்னேற்றம் காணப்பட்டால் சுய-தனிமைப்படுத்தலை நிறுத்தலாம்.
- உங்கள் சோதனை முடிவு எதிர்மறையாக இருக்கும் நிலையில், உங்களுக்குக் காய்ச்சல் இல்லாவிட்டால், குறைந்தது 24 மணிநேரத்தில் உங்கள் அறிகுறிகளில் முன்னேற்றம் காணப்பட்டால் சுய-தனிமைப்படுத்தலை நிறுத்தலாம்.
- வீட்டு உறுப்பினர்களுக்கு அறிகுறிகள் காணப்படாவிட்டால் அவர்கள் வேலை/ ள்ளிக்குச் செல்லலாம்.

டிசம்பர்-7,2020 அன்று திருத்தப்பட்டது

எனக்கு COVID-19-இன் அறிகுறிகள் உள்ளன, நான் தொற்றுத் தாக்கம் கொண்ட ஒருவருடன் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்தேன் அல்லது கடந்த 14 நாட்களில் நான் கனடாவுக்கு வெளியே பயணம் செய்தேன்

- உங்கள் சோதனை முடிவு எதிர்மறையாக இருந்தால், நீங்கள் நோய்த் தாக்கம் கொண்டவரோடு தொடர்பில் இருந்த கடைசி நாளிலிருந்து அல்லது ஒன்டேரியோவுக்கு நீங்கள் திரும்பி வந்த நாளிலிருந்து 14 நாட்களுக்கு இல்லத்திலேயே இருந்து கொண்டு சுய தனிமைப்படுத்தலைப் பின்பற்றவேண்டும்
- உங்கள் சோதனை முடிவு நேர்மறையானதாக இருந்தால், உங்கள் அறிகுறிகள் தொடங்கிய பிறகு 10 நாட்களுக்கு* இல்லத்திலேயே இருந்தபடி சுயமாகத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளவும். 10 நாட்களுக்குப்* பிறகு உங்களுக்குக் காய்ச்சல் இல்லாவிட்டால், குறைந்தது 24 மணிநேரத்தில் உங்கள் அறிகுறிகளில் முன்னேற்றம் காணப்பட்டால் சுய-தனிமைப்படுத்தலை நிறுத்தலாம்
- அனைத்து வீட்டு உறுப்பினர்களும் நேர்மறையான சோதனை முடிவு பெற்ற நபருடன் தொடர்பில் இருந்த கடைசி நாளிலிருந்து 14 நாட்களுக்கு சுய தனிமைப்படுத்துதலை மேற்கொள்ளவேண்டும். ஒரு மதிப்பீட்டு மையத்தில் விரைவில் சோதனை செய்துகொள்ள ஏற்பாடு செய்யுங்கள்.

* நீங்கள் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டு ஐ.சி.யூ அளவிலான பராமரிப்புக்கு உள்ளாகியிருந்தால் அல்லது கடுமையான அளவில் பலவீனமான நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு கொண்டிருந்தால் (எ.கா. நீங்கள் புற்றுநோய் கீமோதெரபிக்கு உட்பட்டுள்ளீர்கள்) 20 நாட்களுக்கு சுய தனிமைப்படுத்துதலை மேற்கொள்ளுங்கள்.

எனக்கு அறிகுறிகள் இல்லை, நான் தொற்றுத் தாக்கம் கொண்ட எவருடனும் நெருங்கிய தொடர்பில் இல்லை, கடந்த 14 நாட்களில் நான் கனடாவுக்கு வெளியே பயணம் செய்யவில்லை

உங்கள் சோதனை முடிவுகளுக்காகக் காத்திருக்கும்போது நீங்கள் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளத் தேவையில்லை.

உங்கள் சோதனை முடிவு நேர்மறையானதாக இருந்தால், சோதனை நாளுக்குப் பிறகு 10 நாட்களுக்கு சுய தனிமைப்படுத்துதலைப் பின்பற்றவும்.

குறிப்பு: மேலே உள்ள அனைத்துச் சூழ்நிலைகளுக்கும், சுய-தனிமைப்படுத்தலை நிறைவு செய்தவுடன் மற்றவர்களிடமிருந்து உடல் ரீதியாக இடைவெளியைக் கடைப்பிடிப்பதைத் தொடருங்கள், உங்கள் கைகளை அடிக்கடி கழுவிச் சுத்தம் செய்யுங்கள், சுயக் கண்காணிப்பை மேற்கொள்ளுங்கள், மேலும் COVID-19 அறிகுறிகளில் ஏதேனும் ஒன்றை நீங்கள் பெற்றால் மீண்டும் சோதனை செய்துகொள்ளுங்கள். அனைத்து உட்புறப் பொது இடங்களிலும் (டொராண்டோ நகர சட்டத்தின் படி மற்றும் ஓ. ரெஜ் 364 படி) மற்றும் உடல் ரீதியான தூரம் சாத்தியமில்லை எனும் நிலையிலும் முகக்கவசம் அல்லது முகத்திரை அணியுங்கள்.

Visit https://covid-19.ontario.ca/and click on "check your results."

https://covid-19.ontario.ca/ பக்கத்தைப் பார்வையிட்டு, "உங்கள் முடிவுகளைச் சோதியுங்கள்" என்பதைக் கிளிக் செய்யவும்.

டிசம்பர்-7,2020 அன்று திருத்தப்பட்டது

1. தங்கள் முடிவுகளைப் பெறுவதில் சிக்கல் கொண்டுள்ள டொராண்டோ நகரவாசிகள், டொராண்டோ பொது சுகாதாரத் துறையை (TPH) 416-338-7600 என்ற எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.
2. சுகாதார அட்டை இல்லாத நபர்கள் மதிப்பீட்டு மையம் அல்லது பரிசோதனை மருத்துவரை தொடர்பு கொள்ளவும்.
3. உங்கள் சோதனை முடிவு நேர்மறையானதாக இருந்தால், நீங்கள் தனிமைப்படுத்திக் கொள்வதை எப்போது நிறுத்தலாம் என்பதைத் தெரிவிக்க TPH உங்களைத் தொடர்பு கொள்ளும்.

"நோய்த் தாக்கம் கொண்டோரோடு நெருங்கிய தொடர்பு:" என்றால் என்ன?

○

- நோய்த் தாக்கம் கொண்டோரோடு நெருங்கிய தொடர்பு என்பது, கடந்த 14 நாட்களில், COVID-19 நேர்மறையாக உள்ளதாகப் பரிசோதிக்கப்பட்ட அல்லது அறிகுறிகளைக் கொண்ட ஒருவருடன் நெருக்கமான நேரடித் தொடர்பில் இருத்தல்
- நெருக்கமான நேரடித் தொடர்பு என்பது பின்வருமாறு:
  - ஒரே அறை, பணியிடம் அல்லது பகுதியில் 15 நிமிடங்களுக்கு மேல் இரண்டு மீட்டர் / ஆறு அடிக்கு குறைவான இடைவெளியில் இருத்தல்
  - ஒரே வீட்டில் வசித்தல்
  - நீங்கள் ஒரு சுகாதாரப் பணியாளராக இருந்தால், பொருத்தமான தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு உபகரணங்களைத் தொடர்ந்து அணியாமல் தனிநபருக்கு சிகிச்சை வழங்குதல்.

ச◌ோதனை முடிவு எதிர்மறை என்றால் என்ன?

- COVID-19 சோதனையில் எதிர்மறை முடிவு வந்திருந்தால், உங்கள் மாதிரி சேகரிக்கப்பட்ட நேரத்தில் உங்களிடம் கண்டறியக்கூடிய வைரஸ் இல்லை என்று பொருளாகும்.
- எதிர்மறையான சோதனை முடிவைப் பெறுவது, நீங்கள் இனி உடல் நலம் குன்ற மாட்டீர்கள் என்று பொருள்படாது. எதிர்காலத்தில் நீங்கள் COVID-19 –இன் மற்றைப்பற்ற நிலைக்கு ஆளாக மாட்டீர்கள் என்றோ, நேர்மறையான முடிவைப் பெற மாட்டீ என்றோ அல்லது நோய்வாய்ப்பட மாட்டீர்கள் என்று பொருளாகாது.

அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லைதான் நிலையில் சோதனை முடிவு நேர்மறையாக வருவதன் பொருள் என்ன?

- மாதிரியில் வைரஸ் இருந்தால் அதை அறிவதில் சோதனை மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.
- COVID-19 தாக்கப்பட்ட ஒருவர் முழுமையாக குணமடைந்து, தற்போது தொற்றுநோய் தாக்கம் இல்லாமல் இருந்தாலும் கூட, அவர்கள் நேர்மறையான முடிவைப் பெற வாய்ப்புண்டு. சுய-தனிமைப்படுத்தலை

டிசம்பர்-7,2020 அன்று திருத்தப்பட்டது

பின்பற்றிய பிறகு அறிகுறிகள் எதவும் காணப்படாவிட்டால் நேர்மறையாக சோதிக்கப்பட்ட நபர்கள் மீண்டும் சோதனை செய்துகொள்வது பரிந்துரைக்கப்படுவதில்லை.

- COVID-19 பற்றிய ஆராய்ச்சி தொடர்ந்து மேம்பட்டு வருகிறது.
- உங்களுக்கு ஒருபோதும் அறிகுறிகள் இல்லாத நிலையில் நேர்மறையான முடிவின் முக்கியத்துவம் இன்னும் அறியப்படவில்லை.
- உங்களுக்கு அறிகுறிகள் இல்லாவிட்டாலும் கூட, நீங்கள் நேர்மறையான முடிவைப் பெற்றிருந்தால் சுயமாக தனிமைப்படுத்திகொண்டு கண்காணிக்க வேண்டும்.

நான் முன்பு COVID-19-ஆல் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் (ஆனால் இப்போது இல்லை) சோதனை அதைக் கட்டுமா?

- இல்லை, சோதனை மேற்கொள்ளப்படும் நேரத்தில் உங்களிடம் COVID-19 வைரஸ் இருந்தால் மட்டுமே சோதனை அதை வெளிப்படுத்தும்.
- கடந்த காலத்தில் யாராவது COVID-19 தாக்கம் கொண்டிருந்தார்களா என்பதைத் தீர்மானிக்கும் சோதனைகள் ஒன்டாரியோவில் தற்போது இல்லை.

மேலதிகத் தகவல்

மேலதிகத் தகவலுக்கு, www.toronto.ca/COVID19 பக்கத்தைப் பார்வையிடவும் அல்லது TPH-ஐ 416-338-7600 என்ற எண்ணில் அழைக்கவும்.