

# ඔබට COVID-19 ආසාදනය වීමෙන් පසුව

පහත අවස්ථාවල දී ඔබ ස්වයං හුදකලාව නිම කරන්න:

නැවත රැකියාවට යාම:

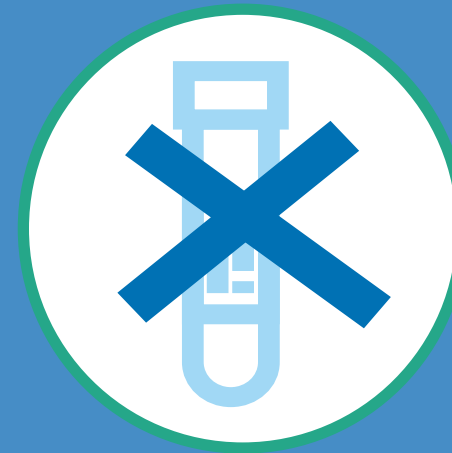


+



රෝග ලක්ෂණ ආරම්භ වී හෝ ඔබට රෝග ලක්ෂණ කිසිවක් නොමැති නම් ඔබේ පරීක්ෂණ දිනයේ සිට දින 10 ක් ස්වයං හුදකලාව සම්පූර්ණ කර ඇත්නම්.

ඔබට උණ නැත්නම් හා රෝග ලක්ෂණ අවම වශයෙන් අවසන් පැය 24 තුළ යහපත් අතට පත් වන්නේ නම්.



ඔබට නැවතත් පරීක්ෂණයක් කිරීමට අවශ්‍ය නැත. සෘණාත්මක පරීක්ෂණයක් හෝ වෛද්‍යවරයෙකුගේ සටහනක් අවශ්‍ය නොවේ.



සෞඛ්‍ය උපදෙස් අඛණ්ඩව අනුගමනය කරන්න - ඔබේ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගන්න, මුඛ ආවරණයක් පළදන්න, ඔබේ දෑත් සෝදන්න. ලද හැකි විට ඔබේ එන්නත ලබා ගන්න.