

பெற்றோர் வழிகாட்டி: உங்கள் பிள்ளை COVID-19 உள்ள ஒருவரின் நெருங்கிய தொடர்பாளர் எனில்

அக்டோபர் 6, 2021

சிறுவர் பராமரிப்பு மையத்தில் அல்லது பாடசாலையில் எவராவது COVID-19 சோதனைக்கு நேர்மறையான முடிவைக் காட்டினால் பெற்றோருக்கு அது அறிவிக்கப்படும்.

- நெருங்கிய தொடர்பாளராக இருக்கும் பிள்ளைகள் நேர்மறையாகச் சோதிக்கப்பட்டவருடன் கடைசியாகத் தொடர்பிலிருந்து நாளிலிருந்து 10 நாட்களுக்கு வீட்டில் சுய-தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும். நெருங்கிய தொடர்பாளர்கள் சுய-தனிமைப்படுத்தலை எப்போது முடிப்பது எனப் பொது சுகாதாரம் உங்களுக்கு அறிவிக்கும்.
- அறிகுறிகள் எதுவும் இல்லாத முழுமையாகத் தடுப்பூசி போடப்பட்ட* அல்லது சமீபத்தில் COVID-19 தொற்று** ஏற்பட்ட பிள்ளைகள் பொது சுகாதாரத்தின் அறிவுறுத்தலின்றிச் சுய-தனிமைப்படுத்தப்படத் தேவையில்லை.

உங்கள் பிள்ளைக்கு COVID-19 அறிகுறிகள் உள்ளதா எனத் தினமும் கண்காணிக்கவும்:

முழுமையாகத் தடுப்பூசி போடப்பட்ட* அல்லது கடந்த 90 நாட்களில் சமீபத்திய COVID-19 தொற்று** ஏற்பட்ட பிள்ளைகளும் கூட அறிகுறிகளுக்காகக் கண்காணிக்கப்பட வேண்டும்.

அறிகுறிகளின் முழுமையான பட்டியலில் பின்வருவன உள்ளடங்கும்:



காய்ச்சல் >37.8°C க்குக் கூடுதலாக மற்றும்/ அல்லது குளிர்ணர்ச்சி



இருமல்



சுவாசிப்பதில் சிரமம்



மணம் அல்லது சுவையுணர்வு குறைதல் அல்லது இழத்தல்



குமட்டல், வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு



சோர்வு, தசை அல்லது மூட்டு வலிகள்



தொண்டையில் வலி



மூக்கால் ஒழுகுதல் அல்லது மூக்கடைப்பு



வயிற்று வலி



தலைவலி



கண் இளஞ்சிவப்பு நிறமாதல்



பசியுணர்வு குறைதல் அல்லது இல்லாதிருத்தல்

உங்கள் பிள்ளைக்கு அறிகுறிகள் தோன்றினால்:

PCR சோதனை முறைமை மூலம் சோதிக்கவும்:

- உங்கள் பிள்ளைக்கு PCR சோதனை முறைமை மூலம் சோதிப்பதற்கு ஏற்பாடு செய்யவும். உங்கள் பாடசாலை அல்லது சிறுவர் பராமரிப்பு மையத்திலிருந்து வீட்டுக்கு எடுத்துச் செல்லும் PCR சோதனைக் கருவி ஒன்றைப் பயன்படுத்தவும் அல்லது மதிப்பீட்டு மையத்தில் ஒரு சந்திப்பைப் பதிவு செய்யவும்.
- விரைவான ஆன்டிஜென் சோதனையைப் பயன்படுத்த வேண்டாம். உங்கள் பிள்ளைக்கு PCR சோதனை ஒன்று தேவை.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு முழுமையாகத் தடுப்பூசி போடப்பட்டிருந்தாலும்* அல்லது சமீபத்தில் COVID-19 தொற்று** ஏற்பட்டிருந்தாலும் கூட உடனடியாகவே அவர் சுயமாகத்-தனிமைப்படுத்தி வீட்டில் தங்கியிருப்பதுடன் சோதிக்கப்படுவதற்கு ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும்.

வீட்டு உறுப்பினர்கள் சுய- தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும்:

- வீட்டு உறுப்பினர்களுக்கு முழுமையாகத் தடுப்பூசி போடப்பட்டு* அல்லது கடந்த 90 நாட்களில் சமீபத்திய COVID-19 தொற்று** ஏற்பட்டிருந்தாலன்றி உங்கள் பிள்ளையின் சோதனை எதிர்மறையாகக் காட்டும் வரை, உங்கள் வீட்டிலுள்ள அனைவரும் சுய-தனிமைப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

உங்கள் பாடசாலை அல்லது பொது சுகாதாரத்துக்கு அறிவிக்கவும்: 416-338-7600.

உங்கள் பிள்ளை சுயதனிமைப்படுத்தி இருக்கையில், உங்கள் வீட்டில் உள்ள அனைவரும்:

- மற்றவர்களைப் பாதுகாக்கப் பொது இடங்களில் முகக்கவசம் ஒன்றை அணிய வேண்டும்.
- சன நெரிசலான இடங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- உடல்நலப் பிரச்சினைகள் உள்ள ஏனையோர் அல்லது வயதானவர்கள் ஆகியோருடனான தொடர்பைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும்
- மற்றவர்களிடமிருந்து இரண்டு மீற்றர் தூர இடைவெளியைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

*Fully vaccinated (முழுமையான தடுப்பூசிப் பாதுகாப்பு) என்பது, இரண்டு டோஸ் COVID-19 தடுப்பூசித் தொடரின் இரண்டாவது டோஸ் போடப்பட்ட14 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட நாட்களுக்குப் பின்னர், அல்லது ஒன்றையோ சுகாதார அமைச்சின் வரையறையின்படி எனக் கருதப்படுகின்றது.

**கடந்த 90 நாட்களில் COVID-19 க்கு நேர்மறையாகச் சோதிக்கப்பட்டுக் குணமடைந்துள்ளதாகப் பொது சுகாதாரத்தால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதே **சமீபத்திய COVID-19 தொற்று என்பதன் பொருளாகும்.