


ඔබේ නිවසේ යම් අයෙකුට COVID-19 ආසාදනය වුවහොත් සුදානම් වන්නේ කෙසේද?


COVID-19 වෛරස ව්‍යාප්තිය මුළුමනින් ලෝකයම අනපේක්ෂිත අර්බුදයකට ඇද දමා තිබේ. මෙවැනි තත්ත්වයක් හමුවේ, සමාජ දුරස්ථකරණය සහ නිසි සනීපාරක්ෂක පුරුදු පවත්වා ගැනීම යනාදියට අමතරව, ආරක්ෂාව උදෙසා හැකි සෑම අතිරේක පියවරක්ම ගැනීම වැදගත්ය.

ඉදිරියේදී මතුවීමට ඉඩ ඇති ඕනෑම තත්ත්වයකට සන්සුන්ව මුහුණ දීම සඳහා සුදානම් විය යුතු ආකාරය සම්බන්ධයෙන් ඔබට මගපෙන්වීමක් ලබාදීම, මෙම උපදෙස් මාලාවේ අරමුණයි.

අත්‍යවශ්‍ය දුරකථන අංක ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කරගන්න




සෞඛ්‍ය තොරතුරු හා සේවාවන්, සහය සේවාවන් සහ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩ සැපයුම් සේවාවන් ආදියට අදාළ හදිසි ඇමතුම් හා ක්ෂණික ඇමතුම් අංක ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කරගන්න.




ඔබේ පවුලේ අය, මිතුරන්, අසල්වැසින්, රැකියා ස්ථානයේ සාමාජිකයන් සහ පුජා සේවා නියෝජිතයන්ගේ අංක ඇතුළත් හදිසි ඇමතුම් අංක ලැයිස්තුවක් සකස් කරගන්න.

සුදානම් කරගත යුතු දේවල්



ආසාදිත පුද්ගලයා ස්වයං-නිරෝධායනයට ලක්කිරීම සඳහා වෙනම කාමරයක් හෝ හුදකලා ස්ථානයක් පිළියෙල කරන්න. මෙය නිවසේ අනෙකුත් සාමාජිකයන්ගේ ආරක්ෂාවටද වැදගත් වේ.



සති කිහිපයක් සඳහා ප්‍රමාණවත් ඖෂධ, ශල්‍ය මුහුණු ආවරණ, විෂබීජ නාශක හා පවිත්‍රකාරක ඇතුළු සෞඛ්‍යය සම්බන්ධයෙන් අත්‍යවශ්‍ය වන දේවල් නිවසේ තබාගන්න.



විදිනෙදා අවශ්‍ය වන භාණ්ඩ, ප්‍රවාහන සේවාවන්, දුරුවන් රැකබලා ගැනීම සහ අනෙකුත් අත්‍යවශ්‍ය සේවාවන් සඳහා උපකාර ලබාගත හැකි සම්බන්ධතා ජාලයක් සකස් කර ගන්න.

මූලාශ්‍රය: ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය

වගකීම් අත්හැරීමේ ප්‍රකාශය: මෙම ලේඛනයේ දැක්වා ඇති උපදෙස් වල අරමුණ වන්නේ ඔබට සහ ඔබගේ ආදරණීයයන්ට COVID-19 වෛරසයෙන් ආරක්ෂා වීමට මගපෙන්වීමය. මෙහි සඳහන් කිසියම් කරුණක්/කරුණු සම්බන්ධයෙන් වැඩිදුර පැහැදිලි කිරීමක් අවශ්‍ය නම් හෝ මෙම කරුණු මත පදනම් වී කිසියම් ක්‍රියාමාර්ගයක් ගැනීමට බලාපොරොත්තු වන්නේ නම් ඒ සඳහා විශේෂඥ උපදෙස් ලබාගන්න.