சமூக தகவல் வழங்குவோர்: fairfirst INSURANCE A FAIRFAX Company

உங்கள் வீட்டில் எவருக்கும் COVID-19 தொற்று ஏற்பட்டால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

உலகின் ஒவ்வொரு நாடும் COVID-19 தொற்றுப் பரவலுடன் போராடிய வண்ணமுள்ளது. உங்களுக்கு நெருக்கமான ஒருவரை பாதித்தால் நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள். அவ்வாறான நிலையிலிருந்து மீண்டு வருவதற்கு நீங்கள் அமைதியாக இருக்க வேண்டும். அதனூடாக உங்களினதும், உங்கள் குடும்பத்தினதும் மனநலத்தை சீராக பேண உதவியாக அமைந்திருக்கும்.

நோயாளியையும், சூழவுள்ள அனைவரையும் எவ்விதமான பதட்டமும் இன்றி பராமரிப்பதற்கு உங்களுக்கு உதவியாக அமைந்திருக்கும் அம்சங்களை வழிகாட்டலில் உள்ளடக்கியுள்ளோம்.

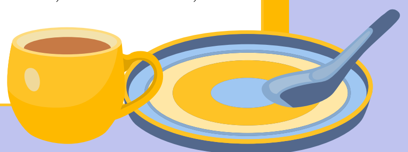
1 நோயாளர் முற்றாக தனிமைப்படுத்தப்பட்டிருக்க வேண்டும்

- தனியான அறை அல்லது தனிப்பட்ட பகுதியொன்றை தயாரிக்கவும். வீட்டின் ஏனைய அங்கத்தவர்களிடமிருந்து நோயாளி இயலுமானவரை தொலைவில் இருக்க வேண்டும் என்பதுடன், இயலுமாயின் தனியான கழிவறையை பயன்படுத்த வேண்டும்.
- ஜன்னலை அடிக்கடி திறந்து வைக்கவும், எனவே அறை காற்றோட்டமாக இருக்கும்.

2 வைரசுக்கு வெளிப்படுத்தப்படுவதை குறைக்கவும்

- தொற்று ஏற்படுவதற்கு அதிகளவு வாய்ப்பற்ற மற்றும் வெளியக நபர்களுடன் குறைந்தளவு தொடர்புகளைக் கொண்ட குடும்ப அங்கத்தவர் ஒருவரை இனங்கண்டு, நோயாளருடன் தொடர்பை பேணச் செய்யவும்.
- நோயாளியின் அறையில் இருப்பதாயின் மருத்துவ முகக்கவசம் ஒன்றை அணியவும்.

- நோயாளிக்காக வேறான பாவனைப் பொருட்களை கொண்டிருக்கவும். உதாரணம்: தட்டங்கள், கோப்பைகள், கரண்டிகள் மற்றும் படுக்கை போன்றன.



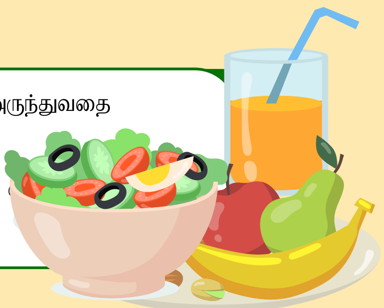
- அடிக்கடி தொடுகைக்குட்படும் மேற்பரப்புகளை தினசரி தூய்மைப்படுத்தி தொற்று நீக்கம் செய்யவும். இதில் கதவு பிடிகள், ஃபோசட்கள் மற்றும் சுவிட்ச்கள் போன்றன அடங்கும்.

- வீட்டின் சகல அங்கத்தவர்களும் தமது கைகளை அடிக்கடி கழுவிக் கொள்ள வேண்டும் என்பதுடன், தமது கண்கள், மூக்கு அல்லது வாயைத் தொடுவதை தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

3 நோயாளியை நன்றாக பராமரிக்கவும்

- நோயாளியின் அறிகுறிகள் தொடர்பில் அடிக்கடி கண்காணிக்கப்பட வேண்டும்.

- நோயாளி போதியளவு திரவங்களை அருந்துவதை உறுதி செய்வதுடன், ஆரோக்கியமான உணவுகள் உண்பதுடன் வீட்டில் இருப்பதை உறுதி செய்யவும்.



- நோயாளி பாரதூரமான நோய் நிலையைக் கொண்டவராயின் விசேட கவனம் செலுத்தவும். பின்வரும் ஆபத்தான அறிகுறிகள் எதையும் அவதானித்தல் உங்கள் சுகாதார சேவை வழங்குநரை தொடர்பு கொள்ளவும்:
  மூச்செடுப்பதில் சிரமம் | குழப்பம் | பேச்சுத்திறன் அல்லது நடமாட்டம் குறைவு | நெஞ்சு வலி

ஆதாரம்: உலக சுகாதார ஸ்தாபனம்

மறுதலிப்பு: இந்த ஆவணத்தில் வழங்கப்பட்டுள்ள வழிகாட்டல்கள் உங்களையும், உங்கள் அன்புக்குரியவர்களையும் COVID-19 தொற்றிலிருந்து பாதுகாக்கும் வகையில் அமைந்துள்ளன. இந்த ஆவணத்தில் காணப்படும் ஏதேனும் விடயம் தொடர்பில் உங்களுக்கு மேலதிக தெளிவுபடுத்தல் அவசியமாயின் அல்லது இந்த ஆவணத்தின் பிரகாரம் செயலாற்றுவதற்கு மேலதிக தகவல்கள் அவசியமாயின், நிபுணத்துவ ஆலோசனையை நாடுமாறு நாம் பரிந்துரைக்கின்றோம்.

ஃபெயார்ஃபஸ்ட் இன்சூரன்ஸ் லிமிடெட்

ஹொட்லைன்: 0112 428 428 | இணையத்தளம்: www.fairfirst.lk