Tamil (தமிழ்)

கொரோனா வைரஸ் (கோவிட் -19): கோவிட் -19- பற்றி என்ன தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் –

குயின்ஸ்லாந்துக்காரர்களுக்கான தகவல்

கோவிட் -19 என்றால் என்ன?

கோவிட் -19 என்பது ஒரு கொரோனா வைரஸால் ஏற்படும் தொற்று நோய். கோவிட் -19 பெறும் பெரும்பாலான மக்களுக்கு கடுமையாயிராத நோய் மட்டுமே இருக்கும் அத்துடன் சிறப்புச் சிகிச்சை இல்லாமல் குணமாகும். ஒரு நபர் எப்படி நோய்வாய்ப்படுகிறார் என்பது ஒரு நபரின் கோவிட் -19 மாறுபாட்டின் வகையைப் பொறுத்தது.

<u>கோவிட் -19 எவ்வாறு பரவுகிறது?</u>

பாதிக்கப்பட்ட நபர் இருமும்போது, தும்மும்போது, பேசும்போது அல்லது பெரிதாக சுவாசிக்கும்போது கோவிட் -19 சிறிய திரவத் துகள்களில் மக்களிடையே பரவ முடியும்.

கோவிட் -19 நோய் தொற்று உள்ள ஒருவருடன் நீங்கள் நெருக்கமாக இருந்தால், அவரிடமிருந்து வைரஸை சுவாசிப்பதன் மூலமோ அல்லது அவர்கள் தொட்ட எதையாவது தொட்டு பின்னர் உங்கள் கண்கள், மூக்கு அல்லது வாயைத் தொடுவதன் மூலமோ உங்களுக்கு இந்த நோய் தொற்றலாம்.

கோவிட் -19 எவ்வாறு பரவுகிறது மற்றும் அந்தத் தொற்றிலிருந்து உங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்வது என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலைப் பின்வரும் வலைத்தளத்தில் காணலாம்: www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/protect-yourself-others/coronavirus-prevention

<u>கோவிட் -19 "மாற்று வடிவம்" என்றால் என்ன?</u>

சளிக்காய்ச்சல் போல, கோவிட் -19 பரவும் போது அதற்கு மாறும் ஆற்றல் உள்ளது. நச்சுயிரிக்கு (virus) இது வழக்கமானது. இந்த மாற்றங்கள் "மரபுப் பிறழ்வுகள்" என்று அழைக்கப்படுகின்றன. ஒரு மரபுப் பிறழ்வு மூல நச்சுயிரின் "மாற்று வடிவம்" என்று அழைக்கப்படுகிறது. டெல்டா (முன்பு *இந்தியாவிலிருந்து*), ஆல்பா (முன்பு *ஐக்கிய இராச்சியத்திலிருந்து*), பீட்டா (முன்பு *தென்னாப்பிரிக்காவிலிருந்து*), காமா (முன்பு *பிரேசிலிலிருந்து*) மற்றும் மேலும் அதிகமானவற்றை உள்ளடக்கிய கோவிட் -19 இன் பல்வேறு மாற்று வடிவங்கள் உள்ளன. பல்வேறு மாற்று வடிவங்கள் மற்றவைகளை விட எளிதில் பரவ முடியும், ஆனால் அது இன்னும் அதே COVID-19 வைரஸ் தான்.

உலக சுகாதார நிறுவனம் COVID-19 மாற்று வடிவங்களைப் பற்றிய இன்னும் கூடுதலான தகவல்களை பின்வரும் வலைத்தளத்தில் கொண்டுள்ளது:www.who.int/en/activities/tracking-SARS-CoV-2-variants/ .

Queensland Government

மிகவும் இடர்வாய்ப்புள்ளவர்கள் பின்வருமாறு

அனைத்து வயதினரும் அல்லது உடல்நலம் உள்ளவர்களும் கோவிட் -19 நோயினால் பாதிக்கப்படலாம். இருப்பினும், சிலருக்குத் தொற்று ஏற்பட்டால் உண்மையில் நோய்வாய்ப்படும் அபாயம் அதிகம். இதில் பின்வரும் நபர்கள் அடங்குவர்:

- வயதான மக்கள்.
- புற்றுநோய், நுரையீரல் பிரச்சனைகள், நீரிழிவு, அல்லது உயர் இரத்த அழுத்தம் போன்ற தற்போதைய நோய் உள்ளவர்கள்.
- குழு குடியிருப்பு வீடுகளில் வாழும் மக்கள்.
- தடுப்புக்காவல் வசதிகளில் உள்ள மக்கள்.

இந்த மக்களைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க நாம் கூடுதல் நடவடிக்கைகளை எடுக்க வேண்டும். உங்களுக்கு கோவிட் -19 அறிகுறிகள் இருந்தால் அவர்களைப் பார்க்காமல் இருப்பது இதில் அடங்கும்.

கோவிட் -19 இன் அறிகுறிகள்

COVID-19 இன் அறிகுறிகள் பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்குகின்றன:

- காய்ச்சல்
- இருமல்
- தொண்டை அழற்சி
- மூச்சு திணறல்
- தலைவலி
- மூக்கு ஒழுகுதல் அல்லது அடைப்பு
- சோர்வு
- வயிற்றுப்போக்கு, வாந்தி அல்லது குமட்டல்
- சுவை அல்லது வாசனை இழப்பு
- தசை அல்லது மூட்டு வலி, மற்றும்
- பசியிழப்பு.

மக்கள் கோவிட்-19 இன் பல்வேறு அறிகுறிகளை அனுபவிக்க முடியும். உங்களுக்கு கோவிட்-19 இன் கடுமையான அறிகுறிகள் இருந்தால், நீங்கள் குணமடைய அதிக நேரம் எடுக்கும் என்று அர்த்தம். உதாரணமாக, வைரஸிலிருந்து தீவிர அறிகுறிகள் உள்ளவர்கள் குணமடைய பல வாரங்கள் அல்லது மாதங்கள் ஆகலாம். கடுமையாயிராத அறிகுறிகள் உள்ளவர்கள் ஒன்று முதல் இரண்டு வாரங்களில் குணமடையலாம்.

உங்களுக்கு ஏதேனும் கோவிட்-19 அறிகுறிகள் இருந்தால், நீங்கள் விரைவில் பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். Www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/stay-informed/testing-and-fever-clinics. எனும் வலைத்தளத்தில் உங்களுக்கு மிக அண்மையிலுள்ள கோவிட்-19 சோதனை இருப்பிடத்தைக் கண்டுபிடிக்கலாம்

கிடைக்கக்கூடிய ஆதரவு

COVID-19 சூழ்நிலையை சமாளிப்பது உங்களுக்கு கடினமாக இருந்தால், 1300 079 020 என்ற எண்ணில் பன்முக கலாச்சார இணைப்பை அழைக்கவும். உங்களுக்கு மொழி ஆதரவு தேவைப்பட்டால் ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளரைக் கேளுங்கள்.

கோவிட் -19 பொது சுகாதார வழிகாட்டும் குறிப்புகள் பற்றிய ஏதேனும் கேள்விக்கு, குயின்ஸ்லாந்து சுகாதாரத்தை 134 கோவிட் (**13 42 68**) எனும் தொலைபேசியில் அழைக்கவும். என்ன செய்ய வேண்டும் என்று அவர்கள் உங்களுக்குச் சொல்வார்கள். உங்களுக்கு ஒரு மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் தேவைப்பட்டால், நீங்கள் அழைக்கும்போது ஒருவரைக் கேளுங்கள். இது இலவசம்.