



കൊറോണ വൈറസ് (Covid19) മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം –

[Malayalam]

നിങ്ങളുടെ ശ്വാസകോശത്തേയും ശ്വാസനനാളത്തേയും ബാധിക്കുന്ന ഒരു പുതിയ രോഗമാണ് കോവിഡ്-19. കൊറോണ വൈറസ് എന്ന വൈറസ് മൂലമാണ് ഇത് സംഭവിക്കുന്നത്.

നിങ്ങൾക്ക്:

- തുടർച്ചയായ ഒരു പുതിയ ചുമയോ
- ഉയർന്ന ശരീരോഷ്മാവോ (37.8 ഡിഗ്രി അല്ലെങ്കിൽ അതിന് മുകളിൽ) ഉണ്ടെങ്കിൽ
- നിങ്ങൾ 7 ദിവസം വീട്ടിൽ തന്നെ കഴിയേണ്ടതാണ്.

വീട്ടിൽ തന്നെ കഴിയേണ്ടതിനെ കുറിച്ചുള്ള ഉപദേശം

- ജോലി, സ്കൂൾ, ജിപി ശസ്ത്രക്രിയകൾ, ഫാർമസി അല്ലെങ്കിൽ ആശുപത്രി എന്നിവിടങ്ങളിലേക്ക് പോകരുത്.
- പ്രത്യേക സൗകര്യങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക, അല്ലെങ്കിൽ ഉപയോഗത്തിനിടയിൽ വൃത്തിയാക്കുക
- മറ്റ് ആളുകളുമായി അടുത്ത് ഇടപഴകുന്നത് ഒഴിവാക്കുക
- ഭക്ഷണവും മരുന്നുകളും നിങ്ങളിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ സൗകര്യം ഒരുക്കുക
- സന്ദർശകരെ ഒഴിവാക്കുക
- വളർത്തുമൃഗങ്ങളിൽ നിന്ന് അകന്ന് നിൽക്കുക

ഞാൻ എപ്പോഴാണ് NHS 111-ൽ ബന്ധപ്പെടേണ്ടത്?

- നിങ്ങളുടെ രോഗലക്ഷണങ്ങളെ വീട്ടിൽ വെച്ച് നേരിടാൻ കഴിയില്ലെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുമ്പോൾ
- നിങ്ങളുടെ അവസ്ഥ വഷളാകുമ്പോൾ
- 7 ദിവസത്തിന് ശേഷവും നിങ്ങളുടെ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുന്നില്ലെങ്കിൽ

ഞാൻ എങ്ങനെയാണ് NHS 111-ൽ ബന്ധപ്പെടുക?

എന്താണ് അടുത്തതായി ചെയ്യേണ്ടതെന്ന് അറിയാൻ NHS 111 ഓൺലൈൻ കൊറോണ വൈറസ് സേവനം നിങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. നിങ്ങൾക്ക് ഓൺലൈൻ സേവനങ്ങൾ കിട്ടുന്നില്ലെങ്കിൽ, നിങ്ങൾക്ക് 111 (ഇത് വിളിക്കാനുള്ള ഒരു സൗജന്യ നമ്പരാണ്) എന്ന നമ്പറിൽ വിളിക്കാവുന്നതാണ്.

എന്റെ എമിഗ്രേഷൻ അവസ്ഥയെ കുറിച്ച് എനിക്ക് ആശങ്കയുണ്ടെങ്കിൽ എന്ത് സംഭവിക്കും?

യുകെയിലെ എമിഗ്രേഷൻ നില പരിഗണിക്കാതെ, കൊറോണ വൈറസിനായുള്ള എല്ലാ NHS സേവനങ്ങളും എല്ലാവർക്കും സൗജന്യമാണ്. കൊറോണ വൈറസ് പരിശോധനാ ഫലം നെഗറ്റീവ് ആണെങ്കിൽ പോലും, പരിശോധനയും ചികിത്സയും സൗജന്യമാണ്. കൊറോണ വൈറസ് പരിശോധനയ്ക്കോ ചികിത്സയ്ക്കോ വേണ്ടി നിങ്ങളെ ഹോം ഓഫീസിലേക്ക് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നതല്ല.

കൊറോണ വൈറസ് പടരുന്നത് തടയാൻ എനിക്ക് എന്ത് സംഭാവനയാണ് നൽകാൻ കഴിയുക?

- സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് ചുരുങ്ങിയത് 20 സെക്കന്റ് സമയമെങ്കിലും നിങ്ങളുടെ കൈകൾ പതിവായി കഴുകുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.
- നിങ്ങൾക്ക് രോഗലക്ഷണങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ, വീട്ടിൽ കഴിയുന്നതിനെ കുറിച്ചുള്ള ഉപദേശം പാലിക്കുക

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/> എന്നതിൽ NHS മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം കാണുക

നിങ്ങൾക്ക് ഒരു പുതിയ തുടർച്ചയായ ചുമയോ ഉയർന്ന ശരീരോഷ്മാവോ (37.8 ഡിഗ്രി അല്ലെങ്കിൽ അതിന് മുകളിൽ) ഉണ്ടെങ്കിൽ നിങ്ങൾ 7 ദിവസം വീട്ടിൽ തന്നെ കഴിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞതാണ്.