

சுயகாப்பு உபகரணங்களின்
அறிவொர்ந்த பாவனையும்
கொவிட்-19 தொற்று நோய்த்
துப்பும் கட்டுப்பத்தலும்

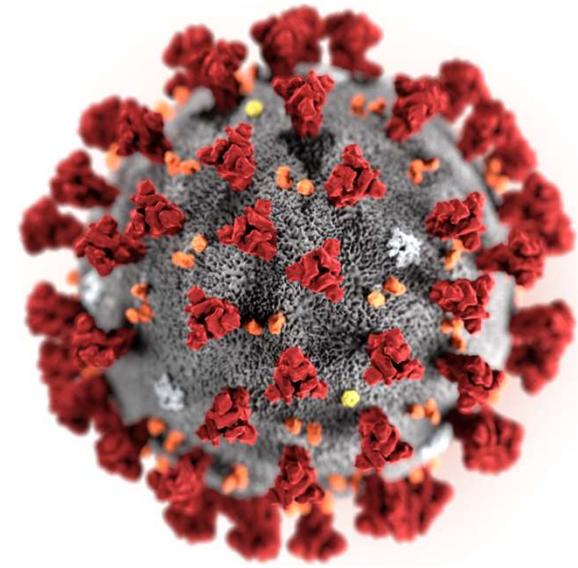
இலங்கையின் சுகாதார பராமரிப்பு குழும்

Sri Lanka College of Microbiologists
Epidemiology Unit, Ministry of Health
and Indigenous Medical Services
World Health Organization, Sri Lanka



அறிமுகம்

- சாதாரண தடிமன் முதல் மிகக் கடுமையான பல நோய்களை ஏற்படுத்தக்கூடிய ஒரு பெரிய வைரஸ் குடும்பத்தைச் சார்ந்தவை கொரோனா வைரஸ்கள்.
 - அதாவது மத்திய கிழக்கு சவாச நோய் (MERS), தீவிரமானதும் சடுதியானதுமான சவாச நோய் (SARS) போன்றவை.
- நோவல் கொரோனா வைரஸானது (nCoV) முன்னர் மனிதரில் அடையாளப்படுத்தப்படாத ஒரு புதிய இனக்கூறுாகும்.
- கோவிட்-19 நோய் அல்லது சார்ஸ் கொரோனா வைரஸ்-2 ஆனது சீனாவின் வூகானில் 2019ல் இனம் காணப்பட்டது.



World Health Organization
Sri Lanka

கொவிட்-19 கடத்தப்படும் வழிமுறைகள்

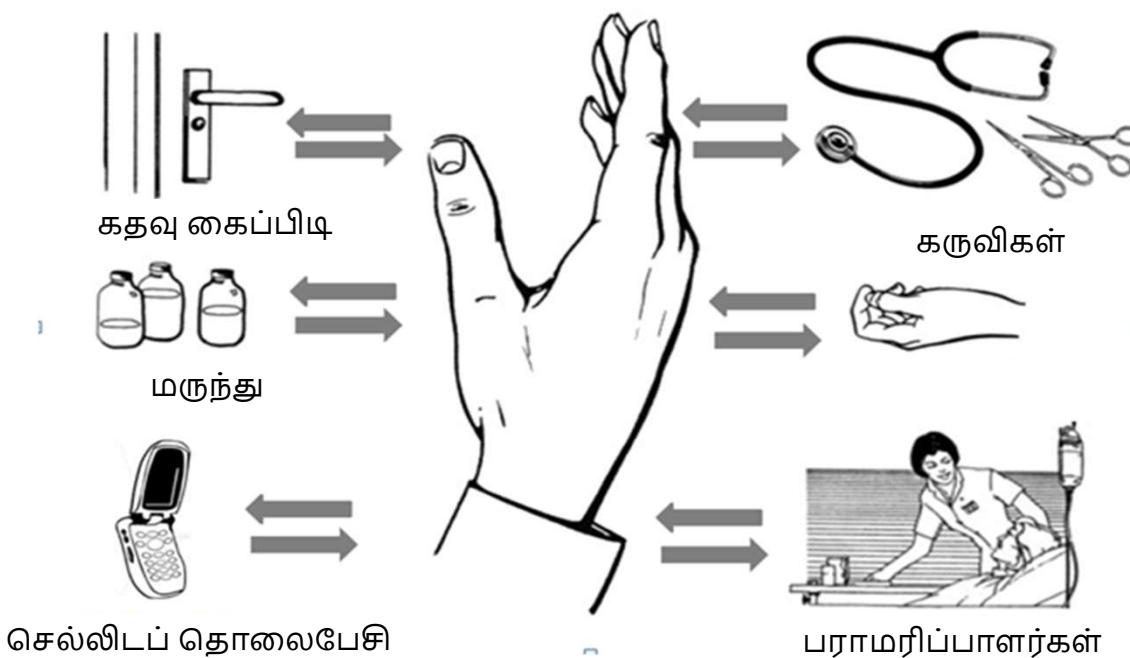
- பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இருமும் போதும் தும்மும் போதும் பரப்பப்படும் திவலைகள் மூலம்.
- நபருடைய சுவாச சுரப்புகளுடன் அல்லது தொற்றுக்குள்ளான மேற்பரப்புகள் மற்றும் உபகரணங்களுடன் தொடர்புபடல்.
- மருத்துவர்தியாக தூண்டப்பட்ட தூசுகளை உற்பத்தி செய்யும் படிமுறைகளைத்தவிர காற்றில் பரவலடைவதற்கான வேறேந்த ஆதாரங்களும் இல்லை, ஆகவே அப்படிமுறைகளிற்கு மட்டும் காற்று வழி பரவலைக்கட்டுப்படுத்தும் முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள் பரிந்துரை செய்யப்படும்.



World Health Organization
Sri Lanka

கைச்சுத்தம் பேணல்

- கொவிட்-19 வைரஸ் உள்ளடங்கலான நோய்க் கிருமிகளின் பரவலைக் குறைக்கவும் கிருமித் தொற்றைத் தடுக்கவும் கைகளின் **சுத்தம் பேணலே எளிமையானதும் வினைத்திறனானதுமான வழிமுறையாகும்.**
- சுகாதாரப் பணியாளர்களான எமக்கு எமது கைகளே வேலைக்கு முக்கியமான கருவிகளாகும் -அவையே தொற்று கடத்தப்படுதல் சங்கிலித்தொடரில் முக்கியமான இணைப்பாகும்.



World Health Organization
Sri Lanka

கை சுத்தம் பேணல் - எவ்வாறு பேணுவது

- உலக சுகாதார ஸ்தாபனத்தின் 6 படிமுறைகளுக்கிணங்க மதுசாரம் கொண்ட கை சுத்திகரிக்கும் திரவத்தினை அல்லது சவர்க்காரம் கொண்டு கிரமமாகவும் நன்றாகவும் கைகளைக்கழுவுங்கள். உள்ளாங்கைகளை, புறங்கைகளை, விரல்களுக்கிடையே, விரல்களை ஒன்றுடன் ஒன்று பின்னத்து, விரல்களை உள்ளாங்கையில் குவித்து, பெருவிரல்களை, விரல்நுனிகளை நன்கு தேய்க்கவும்
- இந்த முறையான கைகளின் சுத்தம் பேணும்முறை கைகளினுடைய அனைத்துப்பகுதிகளையும் உள்ளடக்கி கைகளிலுள்ள கிருமிகளை வெளியேற்ற உதவுகின்றது.

1 Perform hand hygiene

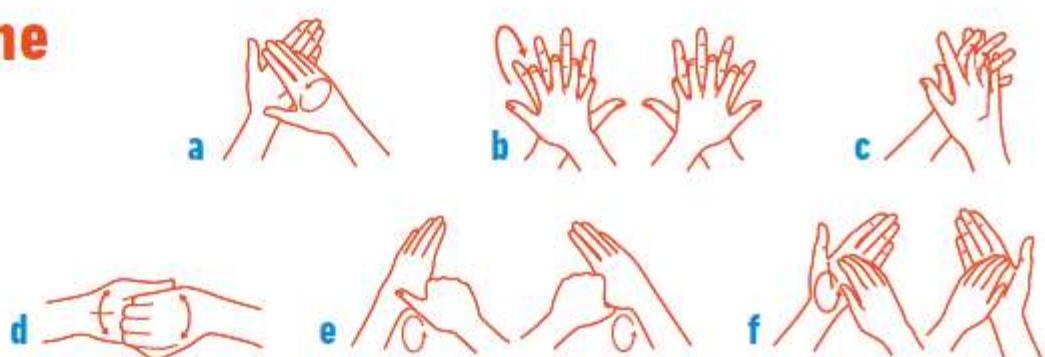
Alcohol based handrub

Rub hands for 20-30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40-60 seconds.



World Health Organization
Sri Lanka

சுயகாப்பு உபகரணங்கள் - எவ்வாறு உபயோகிப்பது

1. கைகளின் சுத்தம் பேணுதல்

மதுசாரம்கொண்ட கைச்சுத்தம் செய்யும் திரவம்.

20-30 செக்கன்களுக்கு கைகளைத் தேயுங்கள்.

அல்லது

சவர்க்காரம் இட்டு நீரினால் 40-60 செக்கன்களுக்கு கை கழுவுங்கள்.



2. பாதுகாப்பு மேலங்கி அணிதல்

3. கண்களின் பாதுகாப்பு

பாதுகாப்புக்கண்ணாடி அல்லது முகக்கவசம் அணிதல்.

4. முக்கு வாய் கவசம் அணிதல்

- மருத்துவ முக்கு வாய் கவசம் அல்லது சுவாச முக்கு வாய் கவசம் (N95, FFP2, FFP3 அல்லது சமமான)
- சுவாசத்தை இலகுபடுத்தும் செயன்முறைகளில் பங்குபற்றும்போது மாத்திரம் பயன்படுத்துங்கள்.

5. கையுறைகள் அணிதல்

பாதுகாப்பு அங்கியின் கைப்பகுதியை உறையிட்டு கையுறைகள் அணியப்படுவதை உறுதிப்படுத்துக.

முழுமையான சுயகாப்பு உபகரணங்கள்

கையுறைகள், பாதுகாப்பு மேலங்கிகள், முக்கு, வாயக் கவசம் (மருத்துவ அல்லது N95), பாதுகாப்புக் கண்ணாடிகள்.



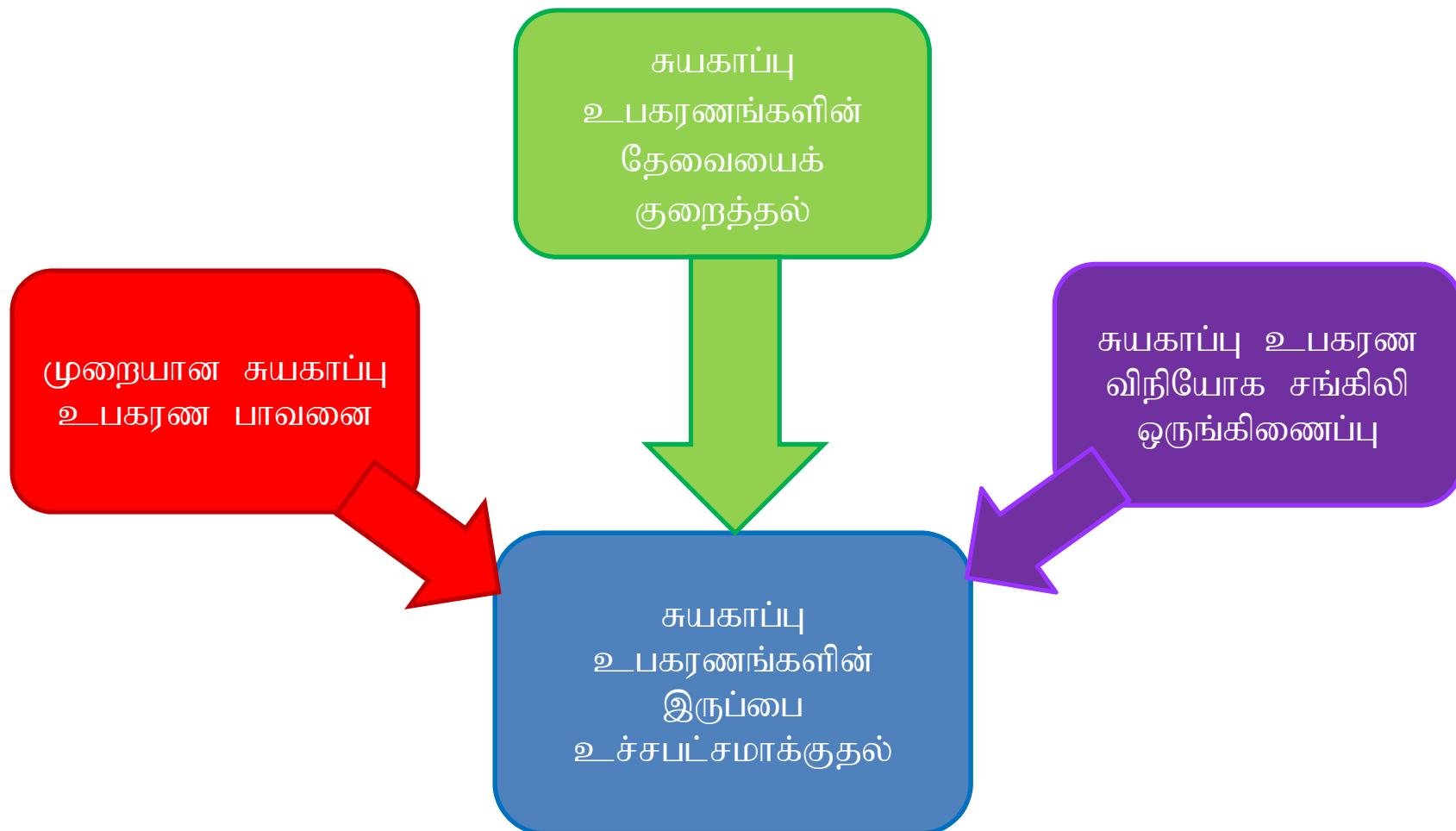
சுயகாப்பு உபகரணங்களின் அறிவார்ந்த பயன்பாடு

- சுயகாப்பு உபகரணங்களிற்கு உலகளாவியர்தியில் கடும் தட்டுப்பாடு நிலவுகின்றது.
- சுயகாப்பு உபகரணங்களை மிகவும் அவசியமான போது மட்டுமே பயன்படுத்துங்கள்.
- உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் தொடுகை மூலம் மற்றும் துளிகளின் மூலம் பரவுதலைத் தடுப்பதற்கு மட்டுமே முற்காப்பு நடவடிக்கைகளை பரிந்துரை செய்திருக்கின்றது. வேறு எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களையும் பொதுமக்களுக்கு பாவிப்பதற்கு பரிந்துரை செய்யவில்லை.
- இந்த அளிக்கையானது, இலங்கையின் பலதரப்பட்ட சூழலில்/நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டுக்கொண்டிருக்கும் சுகாதார பராமரிப்பு சேவையாளர்களுக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது.



World Health Organization
Sri Lanka

சுயகாப்பு உபகரணங்களின் இருப்பை உச்சபட்சமாக்கும் பொறிமுறைகள்



World Health Organization
Sri Lanka

சுயகாப்பு உபகரணங்களின் தேவையைக் குறைத்தல்

- நோயாளியை முதலில் எதிர்கொள்ளும் இடங்களில் கொவிட்-19 வைரஸ் இன் பாதிப்பைக் குறைப்பதற்கு, பெளதிகத்தடைகளை ஏற்படுத்துதல் (கண்ணாடி/பிளாஸ்டிக் யன்னல்கள்): நோயாளிகளின் சிகிச்சை முன்னுரிமைப்படுத்தும் இடம், அனுமதிச் சீட்டு பதிவு செய்யுமிடம், மருந்தகத்தின் ஜன்னல்.
- கொவிட்-19 வைரஸ் தொற்றிற்குள்ளான நோயாளியின் அறையினுள் செல்லும் சுகாதாரப் பணியாளர்களினதோ வேறு நபர்களினதோ எண்ணிக்கையை மட்டுப்படுத்துதல்.
- பலமுறை உட்செல்லல், வெளிச்செல்லல் செயற்பாட்டை தவிர்ப்பதற்காக செயற்பாடுகளை முற்கூட்டியே திட்டமிடல். பல நடவடிக்கைகளை ஒன்றாக செய்ய முயற்சிக்கவும் (உழும்:மருந்து வழங்கும்போது உடலின் உயிராதாரமான (vital) அறிகுறிகளை பரிசோதித்துக்கொள்ளல்). சுகாதாரப்பணியாளர்கள் ஏனைய சேவைகளை வழங்கும்போது உணவையும் வழங்கல்).

கொவிட்-19 நோயாளிகள் உள்ள தனிமைப்படுத்தப்பட்ட இடத்திற்கு பார்வையாளர்கள் செல்வதை அனுமதிக்காத்தார்கள் அல்லது அவர்களின் எண்ணிக்கை மற்றும் பார்வையிடும் நேரத்தை மட்டுப்படுத்துங்கள், அத்துடன் எவ்வாறு பாதுகாப்பு உபகரணங்களை அணிவது, அல்லது கழற்றுவது என்பன பற்றி தெளிவான விளக்கம் வழங்குவதன் மூலம் அவர்கள் தாமாகவே தொற்றுக்குள்ளாவதை தவிர்த்துக்கொள்ளல்.



World Health Organization
Sri Lanka

சுகாதார பராமரிப்பு சூழலில் கொவிட்-19 க்காக உபயோகிக்கப்படும் சுயகாப்பு உபகரணங்களுக்கான உதாரணங்கள்

பாதுகாப்பு மேலங்கி



உடம்பிற்கு

கையுறைகள்



கைகளிற்கு

முக்குவாய் முடி



முக்கு + வாயிற்கு

ஃ95 முக்குவாய் முடி



முக்கு + வாயிற்கு

முகக் கவசம்



கண்+ முக்கு + வாயிற்கு

பாதுகாப்புக் கண்ணாடி



கண்களுக்கு



World Health Organization
Sri Lanka

முறையான சுயகாப்பு உபகரணங்களின் பாவனை: ஆபத்து மதிப்பீடும் நியம முன்னெச்சரிக்கைகளும்

ஆபத்து மதிப்பீடு:

சுவாசத்தில் வெளியேற்றப்படும் திரவத் துளிகள், குருதி, உடல் திரவங்கள் மற்றும் தோல் காயங்கள் என்பவற்றுடன் தொடர்புபடுவதால் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்தை மதிப்பீடு செய்தல்.

- இம் மதிப்பீட்டின் அடிப்படையில் எந்த சுயகாப்பு உபகரணத்தை அணிய வேண்டும் என தேர்வு செய்தல்.
- உலக சுகாதார ஸ்தாபனத்தின் “5 தருணங்கள்” குறிப்பின்படி கைச்சுத்தத்தைப் பேணுதல்.
- இது ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் ஒவ்வொரு தடவையும் செய்யப்பட வேண்டும்.

இதை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளுங்கள்!



World Health Organization
Sri Lanka

சுயகாப்பு உபகரணங்களின் பாவனைக்கான பொதுவான வழிகாட்டல்கள்

- பொருத்தமான சுயகாப்பு உபகரணங்களின் பாவனைக்கு மேலாக, ஒழுங்கான கைகளின் சுத்தம் மற்றும் சவாசம் தொடர்பான சுத்தம் எப்பொழுதும் பேணப்பட வேண்டும்.
- சுகாதாரபணியாளர்கள் சுயகாப்பு உபகரணங்களை பாவித்தபின் பொருத்தமான கழிவுக்கூடையினுள் (மஞ்சள் பையுடனான முடிய கழிவுக்கூடை) இடுவதுடன் காப்பு உபகரணங்களை அணிய முன்னமும் கழற்றிய பின்பும் கைகளின் சுத்தத்தை பேணவும்.
- குறித்த செயன்முறை முடிந்த உடனேயே பாவித்த சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அகற்றப்பட வேண்டும். சிகிச்சைப் பகுதிக்கு அப்பால் குறித்த உபகரணங்களின் பாவனை ஏனைய இடங்களிலும் தொற்றை ஏற்படுத்தும்.
- பரிந்துரை செய்யப்பட்ட செயற்பாட்டிற்கு அப்பால் அதே முக்கு வாய் அணியின் பாவனையானது தவறான கையாழுகைக்கான அதிக சந்தர்ப்பத்தை கொண்டிருப்பதுடன் கைகள், முகம் என்பவற்றையும் தொற்றிற்குள்ளாக்கும்.



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (1)

சூழல்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			
நோயாளிகளி ன் சிகிச்சை முன்னுரிமைப் படுத்தும் இடம்	சுகாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள்	நேரடித்தொடர்பு அற்ற முதனிலை பரிசோதனை	<ul style="list-style-type: none"> குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளியை பேணல் சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி
	சுவாச அறிகுறிகளுடன் கூடிய நோயாளிகள்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளியை பேணல் சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி வழங்கவும்
	சுவாச அறிகுறிகளற்ற நோயாளிகள்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> எந்த விதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (2)

சூழல்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			
அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு	<p>சுகாதார பராமரிப்புப் பணியாளர்கள்</p> <p>சுகாதார பராமரிப்புப் பணியாளர்கள்</p>	<p>சுவாச அறிகுறியுடன் கூடிய நோயாளியை பராமரித்தல்-இடைவெளி 1 மீட்டர் இங்கு உட்பட்டு</p> <p>சுவாசப்பாதையினுள் குழாயிடுதல் போன்ற காற்றுத்துணிக்கைகள் உருவாக்கப்படக்கூடிய அவசர செயன்முறைகள்</p>	<ul style="list-style-type: none"> சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய் மூடி பாதுகாப்பு மேலணி கையுறைகள் முற்புற பாதுகாப்புஅங்கி கண்களின் பாதுகாப்பு (பாதுகாப்புக்கண்ணாடி அல்லது முக கவசம்) <ul style="list-style-type: none"> NIOSH ஆல் அனுமதிக்கப்பட்ட N-95 அல்லது FFP2 தரத்திலான அல்லது சமனான முக்கு வாய் மூடி உட்புகவிடும் தன்மையற்ற பாதுகாப்புமேலணி கையுறைகள் கண்களின் பாதுகாப்பு(பாதுகாப்புக்கண்ணாடி அல்லது முககவசம்) சத்திரசிகிச்சை தலையங்கி அல்லது தொப்பி மூடப்பட்டசப்பாத்து மற்றும் திரவம் உட்புகாத சப்பாத்து அல்லது மூடப்பட்ட பாதணி



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (3)

சூழல்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			
அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு	துப்புரவு பணியாளர்கள்	காற்றுத்துணிக்கைகள் உருவாக்கப்படக்கூடிய செயன்முறைகளின் பின் சுத்திகரித்தல்	<ul style="list-style-type: none"> முக்கு வாய் முடி திரவம் உட்புகாத பாதுகாப்புமேலணி பஞ்சான (Heavy duty) கையுறை கண் பாதுகாப்பு (கரிமப் பதார்த்தங்கள் அல்லது இரசாயனங்கள் தெறிப்படையக்கூடிய அபாயம் இருப்பின்) முடிய பாதணி அல்லது முடிய பஞ் வேலைக்குரியசப்பாத்து மற்றும் சப்பாத்து உறை சத்திரசிகிச்சை தலையங்கி அல்லது தொப்பி (முக்கு வாய்முடி மற்றும் கண்களின் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் உறுதிப்படுத்தப்பட்ட நோயாளிகளின் அறைகளுக்கிடையே மட்டும் மாற்றாது பாவிக்கலாம். அல்லது சந்தேகத்திற்கு இடமான நோயாளிகளின் அறைகளுக்கிடையே மட்டும் மாற்றாது பாவிக்கலாம்)



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (4)

சூழல்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			
காத்திருக்கும் அறை	சுவாச அறிகுறிகளுடன் கூடிய நோயாளிகள்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய் மூடியை வழங்கவும் உடனடியாக நோயாளியை தனிப்படுத்தல் அறைக்கு அல்லது ஏனையோரில் இருந்து வேறுபடுத்திய இடத்திற்கு அனுப்புக.இது செயற்படுத்தமுடியாத நிலையிலிருப்பின் ஏனைய நோயாளிகளில் இருந்து குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளி பேணப்படுவதை உறுதிப்படுத்துக
	சுவாச அறிகுறிகளற்ற நோயாளிகள்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளி பேணப்படுதல்
நோயாளியின் இடம் மாற்றுகை (உதாரணம்:விடுதிக்கு அல்லது பகுதிகளுக்கிடையே:விடுதிகளுக்கிடையே)	சுகாதார பராமரிப்புணியாளர்கள்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய் மூடி கையுறைகள்



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (5)

சூழல்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			
வாயில்கள்/நடைக்கூடம்/அனைத்து இடங்களும்	பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்கள்	பாதுகாப்பு தொடர்பான சோதனைகளை மேற்கொள்ளும் போது	<ul style="list-style-type: none"> குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளி பேணப்படுவதை உறுதிப்படுத்துக குறைந்தது 1 மீட்டர் இடைவெளி பேணப்படுவதை உறுதிப்படுத்தமுடியாத போது சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய் முடியை பாவிக்கவும் உடற் சோதனை தேவைப் படும் போது கையுறை பாவிக்கவும் (தற்போதைய அவசர நிலையின்போது முடியுமானவரை உடற் சோதனையைத் தவிர்க்கவும்)



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (6)

இடங்கள்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள் உள்நோயாளர் வசதிகள்			
நோயாளியின் அறை / விடுதி (கொவிட்-19 நோயாளிகள்)	<p>சுகாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள்</p> <p>கொவிட்-19 நோயாளிகளுக்கு நேரடியான பராமரிப்பை வழங்குதல்</p>	<p>கொவிட்-19 நோயாளிகளில் மேற்கொள்ளப்படும் காற்றுத்துணிக்கைகளை உருவாக்கும் செயன்முறைகள்</p>	<ul style="list-style-type: none"> • NIOSH ஆல்னுமதிக்கப்பட்ட N-95 அல்லது FFP2 தரத்திலான அல்லது சமனான முக்கு வாய்மூடி • உட்புகவிடும் தன்மையற்ற பாதுகாப்புமேலணி • கையுறைகள் • கண்களின் பாதுகாப்பு(பாதுகாப்புக்கண்ணாடு அல்லது முககவசம்) • சத்திரசிகிச்சை தலை அங்கி அல்லது தொப்பி முடப்பட்ட சப்பாத்து மற்றும் திரவம் உட்புகாத சப்பாத்து அல்லது முடப்பட்ட பாதனி
			<ul style="list-style-type: none"> • NIOSH ஆல்னுமதிக்கப்பட்ட N-95 அல்லது FFP2 தரத்திலான அல்லது சமனான முகமூடி • புகவிடும் தன்மையற்ற பாதுகாப்புமேலணி • இறப்பு கையுறைகள் • கண்களின் பாதுகாப்பு(பாதுகாப்புக்கண்ணாடு அல்லது முககவசம்) • முற்பு பாதுகாப்புஅங்கி • சத்திரசிகிச்சை தலையங்கி அல்லது தொப்பி முடப்பட்டசப்பாத்து மற்றும் திரவத்தடையை சப்பாத்து அல்லது முடப்பட்ட பாதனி
		<p>ஆய்வுகூடத்திற்கு மாதிரிகளை கொண்டுசெல்லல்</p>	<ul style="list-style-type: none"> • சுத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய் மூடி • கையுறை



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (7)

இடங்கள்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள் உள்நோயாளர் வசதிகள்			
நோயாளியின் அறை/விடுதி (கொவிட்-19 நோயாளிகள்)	துப்புரவு பணியாளர்கள்	கொவிட்-19 நோயாளியின் அறையினுள் நுழைதல்	<ul style="list-style-type: none"> • NIOSH ஆல் அனுமதிக்கப்பட்ட N-95 அல்லது FFP2 தரத்திலான அல்லது சமனான முக்கு வாய் முடிதிரவும் உட்புகாத பாதுகாப்புமேலணி • பளுவான (Heavy duty) கையுறை கண்களின் பாதுகாப்பு • முடிய பாதனி அல்லது முடிய பளு வேலைக்குரியசப்பாத்து மற்றும் சப்பாத்து உறை சத்திரசிகிச்சை தலையங்கி அல்லது தொப்பி (முக்கு வாய்மூடி மற்றும் கண்களின் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் உறுதிப்படுத்தப்பட்ட நோயாளிகளின் அறைகளுக்கிடையே மட்டும் மாற்றாது பாவிக்கலாம். அல்லது சந்தேகத்திற்கு இடமான நோயாளிகளின் அறைகளுக்கிடையே மட்டும் மாற்றாது பாவிக்கலாம்)
விருந்தினர்கள் (விருந்தினர் எண்ணிக்கையை கட்டுப்படுத்தல்)		கொவிட்-19 நோயாளியின் அறையினுள் நுழைதல்	<ul style="list-style-type: none"> • சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய்மூடி • பாதுகாப்புமேலணி • கையுறைகள்



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (8)

இடங்கள்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார பராமரிப்பு வசதிகள் உள்நோயாளர் வசதிகள்			
நோயாளியின் அறை/விடுதி (கொவிட்-19 அல்லது நோயாளிகள்)	சுகாதார பராமரிப்புப் பணியாளர்கள்	<p>சவாச அறிகுறியுடன்கூடிய நோயாளியை பராமரித்தல் (சந்தேகத்திற்கிடமல்லாத அல்லது உறுதிப்படுத்தப்படாத கொவிட்-19 நோயாளிகள்) - 1 மீட்டர் இற்கு உட்படாத இடைவெளி</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1 மீட்டர் இற்கு மேற்பட்ட இடைவெளியை பேணுக எந்தவிதமான சுயபாதுகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை
		<p>சவாச அறிகுறியுடன்கூடிய நோயாளியை பராமரித்தல் (சந்தேகத்திற்கிடமல்லாத அல்லது உறுதிப்படுத்தப்படாத கொவிட்-19 நோயாளிகள்) -1 மீட்டர் இற்கு உட்பட்ட இடைவெளி</p>	<ul style="list-style-type: none"> சத்திரசிகிச்சை மூக்கு வாய்மூடி பாதுகாப்பு மேலணி கையுறைகள் முற்புற பாதுகாப்பு அங்கி கண்களின் பாதுகாப்பு (பாதுகாப்புக்கண்ணாடி அல்லது முககவசம்) கண் பாதுகாப்பு (கரிமப் பதார்த்தங்கள் அல்லது இரசாயனங்கள் தெறிப்படையக்கூடிய அபாயம் இருப்பின்)
		காந்திருத்துணிக்கைகள் உருவாக்கப்படும் செயன்முறைகள் செய்யப்படல்	<ul style="list-style-type: none"> NIOSH ஆல்அனுமதிக்கப்பட்ட N-95 அல்லது FFP2 தரத்திலான அல்லது சமனான மூக்கு வாய்மூடி புகவிடும் தன்மையற்ற பாதுகாப்பு மேலணி கையுறைகள் கண்களின் பாதுகாப்பு(பாதுகாப்புக்கண்ணாடி அல்லது முககவசம்) சத்திரசிகிச்சை தலையங்கி அல்லது தொப்பி மூடப்பட்சப்பாத்து மற்றும் திரவத்தடையுடைய சப்பாத்து அல்லது மூடப்பட்ட பாதணி



வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (9)

இடங்கள்	இலக்கிற்குரிய நபர்கள் அல்லது நோயாளிகள்	செயற்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
ககாதார பராமரிப்பு வசதிகள்			உள்நோயாளர் வசதிகள்
ஆய்வுகூடம்			<ul style="list-style-type: none"> சத்திரசிகிச்சை முக்கு வாய்மூடி பாதுகாப்பு மேலணி பலமான கையுறை கண்களின் பாதுகாப்பு (விசிறப்படும் ஆபத்து காணப்படுமிடத்து)
நிர்வாக வலயங்கள்	ஆய்வுகூட தொழில்நுட்பவியலாளர்	சவாசப்பாதை தொடர்பான மாதிரிகளின் கையாளுகை (உயிரியல் பாதுகாப்பு அடைப்பகத்தினுள் (saftey cabinet) வேலை செய்யும் போது)	<ul style="list-style-type: none"> வழிமையான ஆய்வுகூட வழிகாட்டல்களை பின்பற்றுதல் கோவிட் 19இற்குரிய பிரத்தியேக காப்பு முறைகள் தேவையில்லை
	ஆய்வுகூட தொழில்நுட்பவியலாளர்	சவாசப்பாதை தொடர்பில்லாத மாதிரிகளின் கையாளுகை	<ul style="list-style-type: none"> 1 மீட்டர் இங்கு மேற்பட்ட இடைவெளியை பேணுக எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை
ஏனைய பகுதிகள் (நுபை: நடைக்கூடம் அல்லது தேவை அறை)	ககாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள் உள்ளிட்ட அனைத்து ஊழியர்கள்	நோயாளிகளுடன் தொடர்பு அல்லது நிர்வாகக்கடமைகள்	<ul style="list-style-type: none"> 1 மீட்டர் இங்கு மேற்பட்ட இடைவெளியை பேணுக எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை
	ககாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள் உள்ளிட்ட அனைத்து ஊழியர்கள்	சவாச அறிகுறிகளுடைய நோயாளிகளுடன் தொடர்பை ஏற்படுத்தாத அனைத்துவிதமான செயற்பாடுகள்	<ul style="list-style-type: none"> 1 மீட்டர் இங்கு மேற்பட்ட இடைவெளியை பேணுக எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (10)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார சேவை நிலையங்கள்			
வெளிநோயாளர் பிரிவு			
ஆலோசனை பெறும் அறை	சுகாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள் :	சுவாச நோயறிகுறிகளோடுள்ள நோயாளியை உடல் சோதனை செய்தல்	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய்மூடி மேலங்கி கையுறைகள் கண் பாதுகாப்பு
	சுகாதார பராமரிப்புப்பணியாளர்கள் :	சுவாச நோயறிகுறிகளற்ற நோயாளியை உடல் சோதனை செய்தல்	சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய்மூடி
	சுவாச நோயறிகுறிகளோடுள்ள நோயாளி	ஏதாவது	சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய்மூடி வழங்கல்
	சுவாச நோயறிகுறிகளற்ற நோயாளி	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை
	சத்தம் செய்பவர்கள்	சுவாச நோயறிகுறிகளோடுள்ள நோயாளி ஆலோசனை பெறும் போதும் பெற்ற பின்னரும்	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் மூடி திரவம் உட்புகாத பாதுகாப்புமேலணி நீஷ்த்த பயன்பாடுள்ள கையுறைகள் கண் பாதுகாப்பு (கரிமப் பதார்த்தங்கள் அல்லது இரசாயனங்கள் தெறிப்படையக்கூடிய அபாயம் இருப்பின்) முற்றாக மூடிய வேலைத்தள காலனிகள்



வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (11)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சுகாதார சேவை நிலையங்கள்			
வெளிநோயாளர் பிரிவு			
நிர்வாகப் பிரிவுகள்	சுகாதார பணியாளர்கள் உட்பட அனைத்து பணியாளர்களும்	நிர்வாக வேலைகள்	<ul style="list-style-type: none"> 1 மீட்டர் இற்கு மேற்பட்ட இடைவெளியை பேணுக எந்தவிதமான சுயகாப்பு உபகரணங்களும் தேவையில்லை



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (12)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
உட்செல்லும் வழிகள்/ சுகாதார பராமரிப்பு நிலையங்களுக்கிடையே இடமாற்றுதல்			
நோயாளர் காவு வண்டி அல்லது தற்காலிக இடமாற்ற வண்டிகள்	சுகாதாரப் பணியாளர்கள்	கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியை பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுகாதார நிறுவனத்திற்கு நோயாளர் காவு வண்டியின் ஒரே பிரிவில் இருந்து கொண்டு செல்லல்	<ul style="list-style-type: none"> NIOSH அனுமதிக்கப்பட்ட N95 முகமுடி அல்லது FFP2 முக்கு வாய்முடி அல்லது இவற்றிற்கு இணையானவை திரவத் தடுப்புள்ள நீளமான மேலங்கி கையுறைகள் கண் பாதுகாப்பு
	சாரதி	கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியை ஏற்றிச் செல்லல் அத்தோடு சாரதியின் பகுதி கொவிட்-19 நோயாளியிடமிருந்து வேறாக பிரிக்கப்பட்டிருத்தல்	<ul style="list-style-type: none"> பாதுகாப்பான இடைவெளியாக குறைந்தது 1 மீற்றரைப் பேணுங்கள் சுயகாப்பு உபகரணங்கள் தேவையில்லை
		கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியை ஏற்றுவதற்கு அல்லது இறக்குவதற்கு உதவி செய்தல்	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய்முடி ஊடுருவமுடியாத நீளமான மேலங்கி கையுறைகள் கண் பாதுகாப்பு
		கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியுடன் நேரடித் தொடர்பில்லையாயினும் சாரதி மற்றும் நோயாளியின் பகுதிகளுக்கிடையில் வேறுபடுத்தி இல்லாதிருத்தல்	சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய்முடி

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (13)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
உட்செல்லும் வழிகள்/ சுகாதார பராமரிப்பு நிலையங்களுக்கிடையே இடமாற்றுதல்			
நோயாளர் காவு வண்டி அல்லது தற்காலிக இடமாற்ற வண்டிகள்	கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியுடன் பயணிப்பவர் உ.ம்: நோயாளிக் குழந்தையின் தாயார்	பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுகாதார நிறுவனத்திற்கு இடமாற்றல்	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி
	சுத்திகரிப்பு பணியாளர்கள்	கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நோயாளியை பரிந்துரைக்கப்பட்ட சுகாதார நிறுவனத்திற்கு இடமாற்றும் பொழுதும் இடமாற்றிய பின்னரும் சுத்தம் செய்தல்	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி திரவம் உட்புகாத பாதுகாப்புமேலணி நீடித்த பயன்பாடுள்ள கையுறைகள் கண் பாதுகாப்பு (கரிமப் பதார்த்தங்கள் அல்லது இரசாயனங்கள் தெறிப்படையக்கூடிய அபாயம் இருப்பின்) முற்றாக முடிய வேலைத்தள காலனிகள்



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (14)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
சமுகம்			
பொது இடங்கள் (உடம்: பாடசாலைகள், பேரங்காடுகள், புகையிரத் நிலையங்கள்)	சுவாச நோயறிகுறிகளற்ற ஒருவர்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> பாதுகாப்பான இடைவெளியாக குறைந்தது 1 மீற்றரைப் பேணுங்கள் சுயகாப்பு உபகரணங்கள் தேவையில்லை
	சுவாச நோயறிகுறிகளோடுள்ள ஒருவர்	ஏதாவது	<ul style="list-style-type: none"> சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி



World Health Organization
Sri Lanka

வேறுபட்ட சூழல்களிற்காக பரிந்துரை செய்யப்பட்ட சுயகாப்பு உபகரணங்கள் (15)

அமைப்பு	குறிப்பிட்ட ஒரு நபர் அல்லது நோயாளி	செயல்பாடு	சுயகாப்பு உபகரணங்கள் அல்லது செயன்முறை வகைகள்
---------	------------------------------------	-----------	--

பொதுச் சுகாதார ஆய்வுகளில் உதவிசெய்யும் விரைந்து செயலாற்றும் குழுக்களுக்கான விசேட பரிந்துரைகள்

சமூகம்

எங்கும்	ஆய்வுகளில் விரைந்து செயலாற்றும் குழு	கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் அல்லது நோயார்களை அவர்களோடு தொடர்புபட்டவர்களை நேர்காணல்	<ul style="list-style-type: none">சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடிபாதுகாப்பான இடைவெளியாக குறைந்தது 1 மீற்றரைப் பேணுங்கள்நேர்காணலானது கட்டாயமாக வீட்டிற்கு வெளியே அல்லது வெளியிடங்களில் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும் அத்துடன் கொவிட்-19 தொற்றிருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் கட்டாயமாக சத்திர சிகிச்சை முக்கு வாய் முடி அணிய வேண்டும்
---------	--------------------------------------	---	--



World Health Organization
Sri Lanka

HOW TO GUIDE - PUTTING ON PPE FOR CONTACT/DROPLET PRECAUTIONS

1 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub

Rub hands for 20-30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40-60 seconds.



2 Put on the gown



3 Put on the mask

Medical mask.



4 Put on eye protection

Put on goggles or face shield.



Full PPE



HOW TO GUIDE - TAKING OFF PPE FOR CONTACT/DROPLET PRECAUTIONS

1 Remove gloves



2 Remove the gown

Ensure gown is taken off in a manner in which it does not spread anything off of the gown



3 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub

Rub hands for 20-30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40-60 seconds.



4 Remove eye protection

Remove goggles or face shield.



5 Remove the mask



6 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub

Rub hands for 20-30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40-60 seconds.



சுயகாப்பு சாதனங்களை அணிவதை எவ்வாறு வழிப்படுத்தல். தொடர்பு அல்லது துளித்தொற்று என்பவை தொடர்பான எச்சரிக்கை

1. கைகள் தொடர்பான சுத்தம் மதுசாரம் கொண்ட கலவையினால் கைகளை சுத்தம் செய்தல் 20 - 30 வினாடிகளுக்கு கைகளை கழுவதல் அல்லது சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் பாவித்து 40 - 60 வினாடிகளுக்கு கைகளை கழுவதல்
2. மேலங்கியை அணிதல்
3. மூக்கு வாய் மூடி - மருத்துவ மூக்கு வாய் மூடி
4. கண்களை பாதுகாக்கும் சாதனங்களை அணிதல் - கண் பாதுகாப்பு கண்ணாடி அல்லது முக பாதுகாப்பு கவசம் அணிதல்
5. கையறை அணிதல்-மேலங்கியின் மணிக்கட்டு முனையை கையறைகள் மூடியிருப்பதை உறுதிப்படுத்த வேண்டும்
6. இதுவே முழுமையான சுயகாப்பு சாதனமாகும்

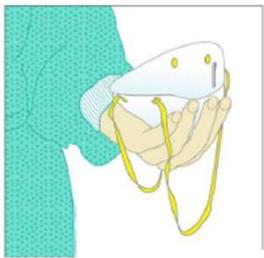
சுயகாப்பு சாதனங்களை கழுற்றுதலை எவ்வாறு வழிப்படுத்தல். தொடர்பு அல்லது துளித்தொற்று என்பவை தொடர்பான எச்சரிக்கை

1. கையறைகளை கழுற்றுங்கள்
2. மேலங்கியை கழுற்றுங்கள் மேலங்கியில் இருந்து எந்தவிதத்திலும் எதுவும் பரவாததை உறுதிப்படுத்தும் வகையில் சிந்தித்து மேலங்கியை கழுற்றுங்கள்
3. கைகள் தொடர்பான சுத்தம் மதுசாரம் கொண்ட கலவையினால் கைகளை சுத்தம் செய்தல் (20 - 30 வினாடிகளுக்கு) அல்லது சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் பாவித்து 40 - 60 வினாடிகளுக்கு கைகளை கழுவதல்
4. கண்களை பாதுகாக்கும் சாதனங்களை கழுற்றுதல் கண் பாதுகாப்பு கண்ணாடி அல்லது முக பாதுகாப்பு கவசம் என்பவற்றை கழுற்றுங்கள்
5. மூக்கு வாய் மூடியை கழுற்றுங்கள்
6. கைகள் தொடர்பான சுத்தம் மதுசாரம் கொண்ட கலவையினால் கைகளை சுத்தம் செய்தல் (20 - 30 வினாடிகளுக்கு) அல்லது சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் பாவித்து 40 - 60 வினாடிகளுக்கு கைகளை கழுவதல்



World Health Organization
Sri Lanka

N95 මුක්කු බාය් මුදියෙ පොරුත්තුතල් අනෙයිනුள් පිරවෙසික්කුම් මුණ් පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශෝතිත්තල්



5A. නොර්මල පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතිත්තල්

- ඩිජ්‍යාලිංගු පාතුකාප්පු සාකච්ඡා වෙතිවිටුම්පොතු N95 මුක්කු බාය් මුදියිනුள් නොර් වැනි අමුත්තම් උණර්තල් = අතාවතු ක්‍රිඩ් අන්තර්තාක.
- ක්‍රිඩ් කාණ්ඩාප්ටාල් සරියාක නිලධායිල් බෙවත්තු ප්‍රාග්ධනාල් තීරුක්කවුම්. මීண්ඩුම් පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතියුණ්කள්.
- සාකච්ඡා ක්‍රිඩ් සරියාක පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ ඉහුතිප්පාඩුත්තුම් වරේ නිත්‍ය මීණ්ඩුම් මීණ්ඩුම් රුහුණුවුන් යුතු ඇති ප්‍රාග්ධනාල් පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතියුණ්කൾ.

5B. එත්‍රම පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතිත්තල්

- ආදාශ මාන උත්සවාසත්තා රුහුණුවුන්ක්. ක්‍රිඩ් කාණ්ඩාප්ටාල් = එත්‍රව්‍යයාන අමුත්තමානතු සාකච්ඡා ක්‍රිඩ් මානතු ඉත්තු ඇතුළු පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතියුණ්ක්.
- ක්‍රිඩ්, එත්‍රව්‍යයාන අමුත්තත්ත්වානී සාකච්ඡා ක්‍රිඩ් මානතු පාතුකාප්පු ඉමුක්කු අභේපපේ පරිශ්‍යාතියුණ්ක්.



World Health Organization
Sri Lanka

சுய பாதுகாப்பு சாதனங்களை வழங்கும் தொடர் நடவடிக்கைக்கான இணைப்பு முகாமைத்துவ பொறிமுறை

- நிறுவனங்களின் தலைமைகள் வேண்டப்படும் சுயகாப்பு சாதனங்களுக்கான தேவை பற்றிய எதிர்வுகூறுகள் அறிவுசார் அளவுறி மாதிரிகளின் அடிப்படையில் மேற்கொள்ளப்படுவதோடு சுய பாதுகாப்பு சாதனங்களுக்கான வேண்டுகோள் தொடர்பில் கண்காணித்தலும் கட்டுப்படுத்தலும்.
- ஒரு நிறுவனமயமாக்கப்பட்ட (குறிப்பாக கண்ணி முறை அடிப்படையில்) கோரிக்கை மேலாண்மை அணுகுமுறையானது விரயமாதல் அல்லது கையிருப்பு தீர்ந்துபோதலை தவிர்க்க ஆரம்பம் முதல் இறுதிவரையான விநியோக கண்காணிப்பு மற்றும் வைத்திய வசதிகளின் சேமிப்பிலிருந்தான் நுகர்வின் கண்காணிப்பும் கட்டுப்படுத்தலும் உள்ளடங்கலான அவசியமான கையிருப்பு முகாமைத்துவ விதிகளுடன் கட்டாயமாக இணைந்திருத்தல் வேண்டும்.



World Health Organization
Sri Lanka

தொகுப்பு - சுயகாப்பு உபகரணங்களின் அறிவார்ந்த பாவனை

- எப்போதும் கைகளின் சுத்தத்தை கடைப்பிடியுங்கள்.
- எப்பொழுதும் மேல் குறிப்பிட்ட வழிகாட்டுதல்களை சுகாதார பராமரிப்பு சூழல் மற்றும் செயற்பாடுகளுக்கு ஏற்ப பின்பற்றவும்.
- உலகளாவிய ரீதியில் சுயகாப்பு உபகரணங்களுக்கு தட்டுப்பாடு உள்ளது. நியாயமான பாவனைக்கு பொறுப்புடன் செயற்படவும்.
- ஆபத்திற்குட்படும் அளவை அறிந்து உண்மையான தேவைகள், இருக்கும்போது மட்டுமே சுயகாப்பு உபகரணங்களை பாவியுங்கள்.



World Health Organization
Sri Lanka

මෙහික ඉසාත්තුණෙකள් කොවිඩ්-19

WHO Coronavirus Homepage

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

All coronavirus (COVID-19) technical guidance documents

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance>

IPC documents

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control>

<https://www.who.int/infection-prevention/publications/en/>

Questions and Answers

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>



World Health Organization
Sri Lanka