

உண்மைகளைப் பெறுக. கோவிட்-19 உம் சளிக்காய்ச்சலும்

கோவிட்-19 ஒரு மோசமான சுகவீனமாகும். சளிக்காய்ச்சல் ஏற்படுவது எந்நேரத்திலும், விசேடமாக இந்த ஆண்டு ஆபத்தானதாக இருக்கலாம், காரணம்:

- ✓ சளிக்காய்ச்சலும் கோவிட்-19 உம் ஒரே நேரத்தில் ஏற்படுவோர் சில வேளைகளில் கடுமையான சிக்கல்களும் இறப்பும் எனும் உயர் இடர்ப்பாட்டைக் கூட ஏற்படுத்தலாம்.
- ✓ சளிக்காய்ச்சலினால் நீர் மிகவும் நோயுற்றால் மருத்துவ உதவி பெறுவது கடினமாக இருக்கலாம். ஏராளமானோர் கோவிட்-19 இனால் நோயுற்றிருப்பதால் மருத்துவர்களும் மருத்துவமனைகளும் தாம் வழமையாகச் செய்வதைப் போன்று பல சளிக்காய்ச்சல் நோயாளிகளைக் கவனித்துக் கொள்ள இயலாமற் போகலாம்.



உறுதியாகத் தெரிந்து கொள்ளச் சோதித்துக் கொள்க

கோவிட்-19 இன் நோயறிகுறிகளும் பருவகாலச் சளிக்காய்ச்சலின் நோயறிகுறிகளும் மிகவும் ஒத்தவை:

- காய்ச்சல்
- இருமல்
- மூச்சிறுக்கம்
- அயர்வு (களைப்பு)
- தொண்டை கமறல்
- மூக்கு ஒழுக்குதல் அல்லது நிறைந்திருத்தல்
- தசை வலி அல்லது உடல் வலிகள்
- தலைவலி
- வாந்தியும் வயிற்றோட்டமும்

உமக்கு கோவிட்-19 அல்லது சளிக்காய்ச்சல் உள்ளதாவென உறுதியாகத் தெரிந்து கொள்ளக்கூடிய ஒரே வழி சோதித்துக் கொள்வதே.



ஆகவும் பாதுகாப்படைய
கோவிட்-19
தடுப்பூசியையும்
சளிக்காய்ச்சல்
தடுப்பூசியையும் பெறுக

- சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி, கோவிட்-19 தடுப்பூசி ஆகிய இரண்டும் உம்மையும் உமது குடும்பத்தையும் உமது சமூகத்தையும் பாதுகாக்கின்றன.
- இரு தடுப்பூசிகளும் நீர் நோயுறவும் ஏனையோருக்கு நோயைப் பரப்புவமான சாத்தியத்தைக் குறைக்கின்றன. நீர் நோயுற்றால், அவை உமக்கு ஆபத்தானவாறு சுகவீனம் ஏற்படாமலும் தடுக்கின்றன.



சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசிகளும் கோவிட்-19 தடுப்பூசிகளும் பாதுகாப்பானவை

- கோவிட்-19 தடுப்பூசி, சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஆகிய இரண்டையும் ஒருசேரப் பெறுவது பாதுகாப்பானதும் பலனுள்ளது ஆகும்.
- கோவிட்-19 தடுப்பூசிக்குப் போதிய வயதில்லாத சிறுவர்கள் ஒரு சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசியைப் பெறலாம்.



உம்மையும் உமது சமூகத்தையும் சளிக்காய்ச்சலிலும் கோவிட்-19 இலும் இருந்து பாதுகாத்துக் கொள்க



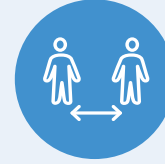
நீர் நோயுற்றதாக உணரும் எந்நேரத்திலும் வேலைக்கோ பாடசாலைக்கோ சமூக நிகழ்வுகளுக்கோ செல்லாமல் வீட்டில் தங்கியிருக்க.



கோவிட்-19 தடுப்பூசி, சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஆகிய இரண்டையும் பெறுக



நீர் தடுப்பூசி ஏற்றப்பட்டிருந்த போதிலும் ஒரு முகமூடியை அணிக.



சமூக இடைவெளியைப் பழகுங்கள்.



கைகளையும் மேற்பரப்புகளையும் அடிக்கடி கழுவുക.