கோவிட்-19 தடுப்பூசி

உண்மைகளைப் பெறுக.

ஒரு முகமூடியை அணிதல்

ஒரு முகமூடியை அணிவது எப்போதும் ஆகப் பாதுகாப்பானதாகும்

கோவிட்-19 இப்போதும் ஒவ்வொரு நாளும் முதியோர், பெரியவர்கள், இளைஞர்கள், சிறுவர்கள் ஆகியோர் உட்பட ஆயிரக் கணக்கானோரைத் தொற்றுகிறது.

உமது பகுதியில் முகமூடிகள் தேவையா என்பது எவ்வாறு இருந்த போதிலும், நீர் ஒரு முகமூடியை அணிந்தால் நீரும் உமது குடும்பமும் ஆகப் பாதுகாப்படையலாம்.

முகமூடிகள் கோவிட்-19 இற்கு எதிராகப் பாதுகாக்கின்றன

கோவிட்-19 மிக எளிதாகப் பரவுகிறது என்பதால், ஒரு முகமூடியை அணிவது உம்மையும் உமது நண்பர்களையும் குடும்பத்தையும் உமது சமூகத்தையும் பாதுகாக்கிறது.

- நீர் ஒரு முகமூடியை அணியும் போது, வைரசு வளியில் இருந்தால் நீர் அதை மூச்செடுத்து அதனால் நோயுறும் சாத்தியம் குறைவு.
- நோயுற்றதாக உணர்வது எல்லாருமல்ல என்பதால், கோவிட்-19 இனால் நோயுற்று அதை அறியாதிருக்க வாய்ப்புண்டு. இந்நிலையில், ஒரு முகமூடியை அணிதல் உம்மிடமிருந்து ஏனையோருக்கு வைரசுப் பரவும் சாத்தியத்தைக் குறைக்கிறது.

முகமூடிகள் பலனுள்ளவையாக முறைப்படி அணியப்பட வேண்டும்.

- உமது மூக்கினதும் வாயினதும் மேல் உமது முகமூடியை அணிக
- மேலிருந்து அல்லது பக்கங்களிலிருந்து காற்று வெளியேறாதிருப்பதை உறுதி செய்து கொள்க
- உமது முகமூடியைத் துப்புரவான கைகளால் அணியவும் கழற்றவும் செய்க
- உமது முகமூடி உமது முகத்தில் இருக்கும் போது அதைத் தொட வேண்டாம்
- உமது மீளப் பயன்படுத்தக்கூடிய முகமூடியை குறைந்த பட்சம் நாள் தோறும் துப்புரவாக்குக
- உமது அப்புறப்படுத்தக்கூடிய முகமூடியை ஒரு முறை மட்டும் பயன்படுத்துக

தடுப்பூசிகள் ஆகக் கூடிய பாதுகாப்பை வழங்குகின்றன

- நீர் உம்மையும் உமது சமூகத்தையும் பாதுகாக்க எடுக்க வேண்டிய ஆக முக்கியமான படிமுறை தடுப்பூசி பெறுவதாகும்.
- நீங்கள் தகுதிபெறும்போது பூஸ்டர் டோஸ்களைப் பெறுவது உட்பட, உங்களின் கோவிட்-19 -இன் அனைத்து தடுப்பூசி டோஸ்களையும் போட்டுக்கொள்வது முக்கியம்.

தடுப்பூசி பெற்றோரும் ஒரு முகமூடியை அணியும் போதே ஆகப் பாதுகாப்படைகின்றனர்

நீங்கள் தடுப்பூசி போட்ட பிறகு கோவிட்-19 நோயினால் நோய்வாய்ப்பட வாய்ப்புள்ளது, ஆனால் தடுப்பூசி நோய் தீவிரமாவதிலிருந்து பாதுகாக்கும்.

ஒரு தடுப்பூசியைப் பெறுவதும் ஒரு முகமூடியை அணிவதும் கோவிட்-19 இனால் நோயுறுவதையும் அதனை மற்றையோருக்குப் பரப்புவதையும் தவிர்க்க ஆகச் சிறந்த வழியாகும்.

NRC-RIM
National Resource Center for Refugees, Immigrants, and Migrants

இன்னும் தகவல்களுக்கு: cdc.gov/coronavirus

4 Oct 2022