NIPH
Norwegian Institute of Public Health

நீங்கள் கொரோனா வைரஸ் தொற்று பரிசோதனை மேற்கொண்டவராக இருந்தால் (COVID-19 க்கான பரிசோதனை)

நீங்கள் COVID-19 பரிசோதனை மேற்கொள்ளும்போது, உங்களுக்கான பரிசோதனை முடிவுகளைப் பெறுவதற்கு சில நாட்கள் ஆகலாம். உங்கள் பரிசோதனை முடிவுக்காக காத்திருக்கும்போது நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டால் அல்லது மருத்துவ உதவி தேவைப்பட்டால் உங்கள் மருத்துவரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

கொரோனா வைரஸால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம் என்று சந்தேகிக்கப்படும் எவரும் விரைவில் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும். காய்ச்சல், இருமல், தலைவலி, தொண்டை புண், சுவாசிப்பத்தில் சிரமம் அல்லது சுவை அல்லது வாசனை உணர்வு இழப்பு ஆகியவை பொதுவாகக் காணப்படும் அறிகுறிகளாகும். சிலருக்கு மிகவும் கடுமையான அறிகுறிகள் தோன்றலாம். மேலும் சிலர் அறிகுறிகள் ஏதுமின்றி கொரோனா தொற்றால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதை உணராமலும் இருக்கலாம்.

நீங்கள் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலில் இருந்தால், Smittestopp app மூலம் உங்களுக்கு அறிவிக்கப்பட்டிருந்தால், அல்லது நீங்கள் நோய்த்தொற்றுக்கு வெளிப்பட்டிருந்தால் நீங்கள் கண்டிப்பாக பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும்.

உங்களுடைய பரிசோதனை முடிவுகளைப் பெற காத்திருக்கும்போது நீங்கள் செய்ய வேண்டியது என்ன?

கொரோன பரிசோதனை எடுத்த பின்னர், சோதனை முடிவுகளுக்காக காத்திருக்கும் பெரும்பாலான மக்கள் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும் அல்லது அவர்கள் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலில் இருக்க வேண்டும். நீங்கள் வேலைக்கு அல்லது பள்ளிக்குச் செல்லக்கூடாது, நீங்கள் பொது போக்குவரத்தை உபயோகிக்கக் கூடாது, பொது இடங்களுக்குச் செல்லக் கூடாது. உங்களுடன் வசிக்கும் பெரியவர்கள் மற்றும் குழந்தைகள் உட்பட அனைவரிடமிருந்தும் நீங்கள் உடல் ரீதியான இடைவெளியைப் பின்பற்ற வேண்டும். சிறு குழந்தைகளுக்கு வழக்கமான பராமரிப்பு வழங்கப்பட வேண்டும்.

- உங்களுக்கு கொரோனா வைரஸ் தொற்று ஏற்பட்டதற்கான அறிகுறிகள் இருந்து, பரிசோதனைகள் மேற்கொண்டிருந்தால் நீங்கள் சோதனை முடிவுகள் வரும்வரை நீங்கள் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும், மற்றவர்களிடமிருந்து இடைவெளியைப் பின்பற்ற வேண்டும்.
- நீங்கள் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவருக்கு அருகில் இருந்து அல்லது Smittestopp app மூலம் உங்களுக்கு அறிவிக்கப்பட்டு, நீங்கள் பரிசோதனை

மேற்கொண்டிருந்தால், உங்கள் சோதனை முடிவுகள் வரும்வரை நீங்கள் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும்.

- நீங்கள் கட்டாய நோய்த்தொற்று தனிமைப்படுத்தலில் இருந்தால், தனிமைப்படுத்தல் தொடங்கும் போதும், முடிவடைவதற்கு முன்பும் நீங்கள் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும். தனிமைப்படுத்தல் சட்டத்தின்படி, அவசியமான பரிசோதனைகளுக்கு நீங்கள் இணங்கவில்லை என்றால் உங்களுக்கு அபராதம் விதிக்கப்படலாம். முதல் பரிசோதனையில் எதிர்மறையான முடிவைப் பெறும்வரை உங்களுடன் வசிப்பவர்கள் காத்திருப்பு நோய்தடுப்பு தனிமைப்படுத்தலில் வைக்கப்பட வேண்டும். இந்தக் காலகட்டத்தில் நீங்கள் தொடர்ந்து நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலில் இருக்க வேண்டும். மேலும், பாதிக்கப்பட்ட நபருடன் கடைசியாக தொடர்பில் இருந்து 7 நாட்களுக்குப் பிறகு நீங்கள் மீண்டும் சோதிக்கப்பட வேண்டும். 7 நாட்களுக்குப் பிறகு சோதனை எதிர்மறையாக இருந்தால், நீங்கள் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலை முடித்து கொள்ளலாம். நீங்கள் பரிசோதனை செய்து கொள்ளாவிட்டால், பாதிக்கப்பட்ட நபருடனான கடைசி தொடர்புக்குப் பிறகு உங்களுடைய நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தல் 10 நாட்களுக்கு நீடிக்கும். உங்களுக்கு அறிகுறிகள் இருந்தால், நீங்கள் மீண்டும் சோதிக்கப்பட வேண்டும்.
- நீங்கள் நார்வேக்குள் நுழைந்தபிறகு, நீங்கள் நுழைவு தனிமைப்படுத்தலில் இருந்தால், வருகையின் போதும், வருகை நாளில் இருந்து 7 நாட்களுக்குப் பிறகும் நீங்கள் சோதிக்கப்பட வேண்டும். பரிசோதனைகள் மற்றும் தனிமைப்படுத்தல் ஆகியவை சட்டப்படி அவசியமாக செய்யப்பட வேண்டும். இணங்கவில்லை என்றால் உங்களுக்கு அபராதம் விதிக்கப்படலாம். 7 நாட்களுக்குப் பிறகு சோதனை எதிர்மறையாக இருந்தால், நீங்கள் தனிமைப்படுத்தலை முடிக்கலாம். நீங்கள் மற்றவர்களுடன் வசிப்பவராக இருந்து, உங்களால் உடல்ரீதியான இடைவெளியைப் பின்பற்ற இயலாவிட்டால், நீங்கள் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலில் இருக்கும்போது அவர்களும் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டும். உங்களுக்கு அறிகுறிகள் உண்டானால், நீங்கள் மீண்டும் சோதிக்கப்பட வேண்டும்.
- நீங்கள் கட்டாய நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலில் இருந்தால் மற்றும் உங்களுக்குக் கொரோனா வைரஸின் அறிகுறிகள் ஏற்பட்டு பரிசோதனை செய்திருந்தால், நீங்கள் தனிமைப்படுத்துவதற்கான விதிகளைக் கட்டாயம் பின்பற்ற வேண்டும், ஏனெனில் உங்களுக்கு COVID-19 ஏற்பட்டிருப்பதற்கான சாத்தியக்கூறுகள் மிக அதிகம். வீட்டில் தனிமைப்படுத்தி கொள்வதற்கான விதிகள், நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு

NIPH
Norwegian Institute of Public Health

தனிமைப்படுத்தலுக்கான விதிமுறைகளை விட கடுமையானவை. உங்கள் முதல் பரிசோதனையின் முடிவுகளைப் பெறும் வரை உங்களுடன் வசிக்கும் நபர்களும் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலுக்குச் செல்ல வேண்டும். உங்களுடன் வசிக்கும் நபர்களும் சோதிக்கப்பட வேண்டியிருக்கும்.

- உங்களுக்கு கொரோனா வைரஸ் அறிகுறிகள் இல்லை என்றாலும், நீங்கள் தொற்றுநோயால் நேரடியாக / மறைமுகமாக பாதிக்கப்படவில்லை என்றாலும், உங்கள் பரிசோதனை முடிவுகளைப் பெறும் வரை நீங்கள் வீட்டிலேயே இருக்கத் தேவையில்லை. உதாரணமாக, நீங்கள் ஒரு ஆய்வுத் திட்டத்தில் பங்கேற்கிறீர்கள், நீங்கள் ஒரு நிறுவனத்தைப் மேற்பார்வையிடப் போகிறீர்கள், அல்லது பயணம் ஒன்றை மேற்கொள்ளவுள்ளீர்கள் போன்றவை இதில் பொருந்தும்.

உங்கள் பரிசோதனை முடிவுகளை பெறுவது எப்படி?

சுமார் 1-2 நாட்களுக்குப் பிறகு, Helsenorge.no (https://www.helsenorge.no/en/test-results/) இல் உங்கள் கொரோனா வைரஸ் பரிசோதனையின் முடிவுகளைப் பற்றி காணலாம். சில நேரங்களில் இதற்கு சிறிது தாமதமும் ஏற்படலாம்.

நார்வே தேசிய அடையாள எண் அல்லது டி-எண் கொண்டுள்ள அனைவருக்கும், Helsenorge.no இல் (“Kontaktinformasjon”) இன் கீழ் தொடர்பு விவரங்களாக பதிவு செய்துள்ள மொபைல் எண் அல்லது மின்னஞ்சல் முகவரி உள்ள அனைவருக்கும் பரிசோதனை முடிவுகள் வந்தவுடன் குறுஞ்செய்தி அல்லது மின்னஞ்சல் மூலம் அறிவிக்கப்படும். உங்களிடம் நார்வே தேசிய அடையாள எண் அல்லது டி-எண் இல்லை என்றால், நீங்கள் சோதனை செய்து கொண்ட சோதனை மையத்தை அல்லது உங்கள் முடிவுகளைப் பெற உங்கள் நகராட்சியில் உள்ள கொரோனா ஹெல்ப்லைன் எண்ணைத் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்.

உங்களுக்கு கொரோனா வைரஸ் தொற்று இருந்தால், உங்களுடைய பரிசோதனை முடிவுகள் நேர்மறை அல்லது உறுதிப்படுத்தப்பட்டதாக காண்பிக்கும் (“positivt / påvist”). உங்களுக்கு கொரோனா வைரஸ் தொற்று இல்லையென்றால், உங்களுடைய முடிவுகள் எதிர்மறை அல்லது உறுதிப்படுத்தப்படவில்லை(“negativt/ikke påvist”) என்று காண்பிக்கும்.

உங்களுடைய கொரோனா பரிசோதனை முடிவுகள், கொரோனா வைரஸ் தொற்று இருப்பதை உறுதி செய்தால் (நேர்மறை சோதனை முடிவு)

உங்களுக்கு COVID-19 (கொரோனா வைரஸ்) தொற்று இருப்பதாக பரிசோதனை முடிவுகள் உறுதி செய்தால், நீங்கள் தனிமைப்படுத்தலுக்குச் செல்ல வேண்டும். உங்கள் நகராட்சியில் உள்ள தொடர்பு தடமறிதல் குழு உங்களை தொடர்பு கொள்வார்கள்.

நோய்த்தொற்று பரவுவதைத் தடுக்க தொடர்புத் தடமறிதல் செய்வது முக்கியமானது. உங்கள் நெருங்கிய தொடர்புகள் அனைவரும் (உங்களுடன் வசிக்கும் மற்றும் நீங்கள் நெருங்கிய தொடர்பில் இருந்த அனைவருமே) எனவே நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலுக்குச் செல்ல வேண்டும். அவர்களும் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும்.

நகராட்சியில் உங்களைப் பற்றிய ரகசியம் காக்கப்படும். நீங்கள் ஒருவருக்கொருவர் புரிந்துகொள்வது முக்கியம், எனவே உங்களுக்கு ஏற்படும் சந்தேகங்கள் அனைத்தையும் கேட்கலாம். மொழியைப் புரிந்துகொள்வது கடினம் எனில் நீங்கள் ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளர் உதவியைக் கோரலாம். மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை ஒரு இலவச சேவை ஆகும். நீங்கள் தனிமையில் இருக்கும்போது உங்களுடன் வசிப்பவர்களுடன் உடல்ரீதியான இடைவெளியைப் பின்பற்ற முடியாவிட்டால், வேறு ஒரு வசிப்பிடத்தைக் கண்டுபிடிக்க நகராட்சி உங்களுக்கு உதவக்கூடும்.

தனிமைப்படுத்தல் மற்றும் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தல் பற்றிய ஆலோசனை மற்றும் விதிமுறைகள்

- தனிமைப்படுத்தல் மற்றும் நோய்த்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தல் தொடர்பான ஆலோசனை மற்றும் விதிமுறைகள்: https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/facts-and-general-advice/social-distance-quarantine-and-isolation/
- நோய்த்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தல் மற்றும் சுய தனிமை தொடர்பான ஆலோசனைகளும் விதிமுறைகளும் பல மொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளன https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/information-material/informasjon-different-languages/
- தற்போதைய சட்டத்தின்படி, தனிமைப்படுத்தல் மற்றும் நோய்தடுப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு தனிமைப்படுத்தலுக்கான விதிகளை மீறுவது கிரிமினல் குற்றமாகும்.