

# கோவிட் - 19 அறிகுறிகள்



காய்ச்சல்



வறட்டு  
இராமல்



சுவாசக்  
கூறபாடும்

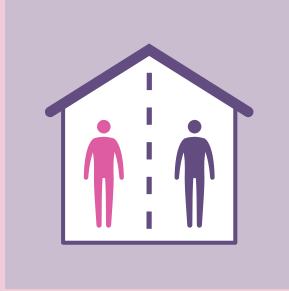


தொண்டை  
எரிச்சல்

நோய்க்கான ஏதனும் அறிகுறிகள்  
தென்பட்டாலோ அல்லது,  
நோயுற்றவரோடும்  
தொடர்பு ஏற்பட்டாலோ  
என்ன செய்ய வேண்டும்.



மரத்துவரைச் சந்திக்கவா  
அல்லது வீட்டிலயே  
தங்கி இருக்கவும்.



தன்னதானே தனிமமைப்  
படுத்தக்கொள்ளவும்.  
யாரோடும் தொடர்பு  
ஏற்படுத்த வேண்டாம்

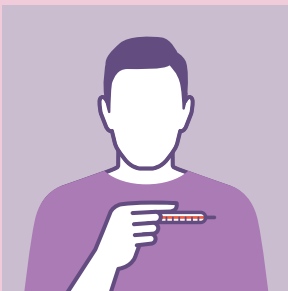
தொற்று பாதிப்பை தொடங்கும்  
காவதற்கு ஆகும் காலம்



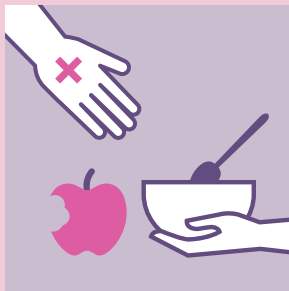
தொற்று ஏற்பட்ட  
நாளிலிருந்து  
14 நாட்கள் முடிய.



**எச்சரிக்கை.**  
நோய்க்கான எந்த  
அறிகுறிகளும்  
இல்லாமலயே ஒருவர்  
இந்த வரைசால்  
பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம்.



உடல் மாறுபாடுகளைக்  
கண்காணித்து, உடலின்  
வெப்பநிலையை தொடர்ந்து  
சோதித்துப்பார்க்கவும்.



உணவாப்  
பாத்திரங்களை  
யாராடும்  
பகிர வேண்டாம்.



அபிக்கபி களைகளைக்  
கழுவவும். பயன்படுத்திய  
துடைப்பான்களை நேரடியாக  
கூப்பதைத் தொடர்ந்தால்  
போடவும்.



கிராமி நாசினி  
கொண்டு  
இடங்களையும், பொ  
ருட்களையும் சூத்தம்  
அவ்வப்போதுசெய்யவும்.