

# නව කොරෝනා වයිරස් ආසාදනය වැළැක්වීම සඳහා වූ වර්යා සංග්‍රහය (COVID-19)

## විදේශීය සේවකයින් සඳහා

### ආසාදනය වැළැක්වීමේ වර්යා සංග්‍රහය



සබන් හා වතුරෙන් ඔබේ අත්, විශේෂයෙන් ඔබේ දෙඅත්ල සහ නියපොතු යට හොඳින් සෝදන්න!



කැස්ස ඇති විට ඔබේ ඇඳුමේ අතින් මුඛය ආවරණය කරන්න!



ඔබ කැස්ස වැනි ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ පෙන්වුම් කරන්නේ නම්, (විශේෂයෙන්ම සායනයකට/ රෝහලකට යන විට) මුහුණු ආවරණයක් පැළඳීමට සහතික වන්න



ඔබට වෛරසය ආසාදනය වී ඇති බවට ඔබට සැකයක් ඇත්තේ නම් (ප්‍රාදේශීය කේතය) +120 අංකයෙන් ඔබේ ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය අමතා උපදෙස් ලබා ගන්න, නැති නම් 1339 අංකයෙන් KCDC අමතන්න

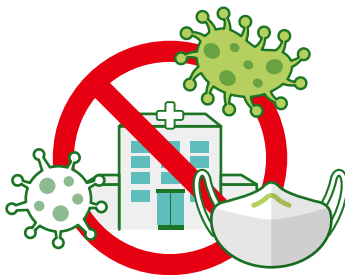


දේශීය පරීක්ෂණ සායනයකට (වෛද්‍ය ආයතනයකට) යන විට ඔබේ සංචාර ඉතිහාසය වෛද්‍ය වර්යා මණ්ඩලයට දැනුම් දෙන්න  
\*සායන විස්තර පරීක්ෂා කිරීම: KCDC වෙබ් අඩවිය පරීක්ෂා කරන්න, නැති නම් 1339 අංකයෙන් KCDC ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය හෝ (ප්‍රාදේශීය කේතය) +120 අංකයෙන් ඔබේ ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය අමතන්න

### විනයට ගමන් කරන විට පූර්වාරක්ෂා



සතුන් සමඟ සම්බන්ධ වීමෙන් වළකින්න



දේශීය වෙළඳ පොළවල් සහ වෛද්‍ය ආයතන වෙත යාමෙන් වළකින්න



උණ ඇති හෝ ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ (කැස්ස, උගුරේ අමාරු ආදිය) පෙන්වන අය සමඟ සම්බන්ධ වීමෙන් වළකින්න



- කහින විට මුහුණු ආවරණයක් පළඳින්න
- කහින විට ඔබේ අත් සෝදා මුඛය වසා ගන්න

භෞද්‍ර පෞද්ගලික සනීපාරක්ෂක පුරුදු භාවිතා කරන්න



- ඔබ විනයේ සංචාරය කර පැමිණීමේ දී සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්නාවලිය ඉදිරිපත් කරන්න
- විනයෙන් ආපසු පැමිණි පසු ඔබට උණ වැළඳී තිබේ නම් හෝ ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ (කැස්ස, උගුරේ අමාරු ආදිය) පෙන්වුම් කරන්නේ නම් (ප්‍රාදේශීය කේතය) +120 අංකයෙන් ඔබේ ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය අමතා උපදෙස් ලබා ගන්න, නැති නම් 1339 අංකයෙන් KCDC අමතන්න