



# COVID-19

కోవిడ్-19

ముఖ్య సమాచారం





For health related queries visit  
[covid19health.gov.mt](https://covid19health.gov.mt)



© 2020

## Corona వైరస్ అంటే ఏమిటి ?

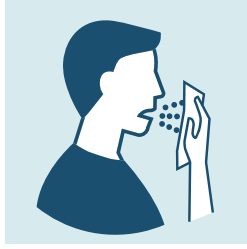
దగ్గు జలుబు లాంటి చిన్న చిన్న రోగాల నుంచి అనేక అసాధారణ రోగాలను వ్యాప్తి చేసే ఒక పెద్ద వైరస్ సంతతికు చెందిందే ఈ Corona వైరస్. Covid-19 అనేది కొరోనా వైరస్ లోని ఒక కొత్త రకమైన వైరస్.

## COVID-19 లక్షణాలు ఏమిటి ?

ఈ వైరస్ కలిగిన వారి లక్షణాలు:



(జ్వరం లేదా / మరియు)



(దగ్గు లేదా / మరియు)



(శ్వాస అందకపోవటం)

## వైరస్ లక్షణాలు తెలియటానికి పట్టే కాలము?

వైరస్ లక్షణాలు తెలియటానికి పట్టే కాలము, ఈ వైరస్ మీకు సక్రమించి మరియు ఈ వైరస్ ఒక పథమ లక్షణము మీకు తెలిసే సమయం, 2 నుంచి 14 రోజుల నిడివి కలిగి ఉండును.

## COVID-19 ఎలా సంక్రమిస్తుంది ?

COVID-19 వైరస్ అనేది ఒక మనిషి నుంచి ఇంకో మనిషికి సంక్రమించే విధానాలు రెండు. అవి COVID-19 ఉన్న వ్యక్తి దగ్గిన లేదా తుమ్మినప్పుడు విడుదలయ్యే బిందువులు వేరొక వ్యక్తి మీదకు పొరపాటున పడితే సంక్రమిస్తుంది. ఈ వైరస్ కలిగిన వ్యక్తి వాడిన వస్తువులు లేదా పదార్థాల మీద నిలిచి ఉంటుంది. మీరు కనుక ఆ వ్యక్తి వాడిన వస్తువులు లేదా పదార్థాలని అటు వెంటనే వాడి, మరల అవే చేతులతో మీ కళ్ళని, ముక్కుని లేదా నోటిని కానీ తాకితే కనుక COVID-19 వైరస్ అనేది మీకు వ్యాప్తి చెందే పమాదము ఉన్నది. ఇవే కాక మరి ముఖ్యంగా COVID-19 ఉన్న వ్యక్తి దగ్గిన లేదా తుమ్మినప్పుడు విడుదలయ్యే బిందువులు వేరొక వ్యక్తి మీదకు పొరపాటున పడితే, ఆ వ్యక్తికి ఈ COVID-19 వైరస్ సంక్రమిస్తుంది. అందుచేత ఎవరైతే COVID-19 వైరస్ కలిగి ఉన్నారో వారు ఇంటి దొగ్గర ఉండటం తప్పనిసరి మరియు ఇతరులకి వారు 2 meters దూరం పాటించటం అనేది అవసరం అలాగే పక్క వారి ఆరోగ్యం కొరకు వారు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలలో ప్రప్రథమం.

## ఈ covid-19 వైరస్ కి చికిత్స లేదా మందు ఏమైనా ఉందా ?

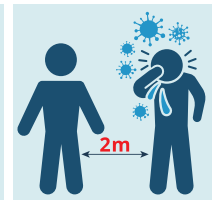
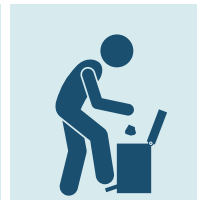
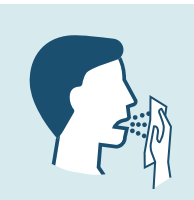
ఈ covid-19 వైరస్ కి చికిత్స ఇంకా రాలేదు కానీ వైద్యులు ఈ వైరస్ సోకిన వారికి అండగ ఉండి ఈ వైరస్ తగ్గటానికి వీలైనంత కృషి చేస్తున్నారు. ఇప్పటిదాకా ఈ వైరస్ కి మందు లేదు.

అందువల్లనే, ఈ వైరస్ కలిగిన వారికి అండగ ఉండి వారికి నయం చేసి మరియు వేరొకరికి సక్రమించకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవటం తప్పనిసరి.

## వైరస్ రాకుండా ఉండటానికి నేను తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు ఏమిటి ?

ఈ వైరస్ మీకు రాకుండా ఉండటానికి మీరు లేదా ఇతరులు, చక్కని చేయి మరియు శ్వాసకోశ పరిశుభ్రత పాటించాలి, అవి ఏమిటి:

- ✓ మీ చేతులని తరచుగా సబ్బు మరియు నీళ్లతో కనీసం 20 సెకన్లు పాటు కడగాలి. అది కుదరకపోతే ఆల్కహాల్ కలిగిన హ్యాండ్ సానిటైసర్ వాడటం తప్పినిసరి.
- ✓ మీరు దగ్గటప్పుడు లేదా తుమ్మేటప్పుడు ముక్కుని మరియు నోటిని ఒక టిష్యూ పేపర్ లేదా మీ మోచేతిని అడ్డుపెట్టాలి, వాడిన టిష్యూ పేపర్ దయచేసి వెనువెంటనే చెత్తకుండీలోకి పడేయండి.
- ✓ మీరు దగ్గటప్పుడు లేదా తుమ్మేటప్పుడు ఎట్టి పరిస్థితుల్లో చేతిని అడ్డు పెట్టవద్దు ఎందుకనగా తిరిగి అవే చేతులతో వేరొక వస్తువుని లేదా పదార్థాలని త్రాకే పమాదం ఉందిగనుక. అది లేక వేరొక మనిషిని తాకే పమాదం ఉంది.
- ✓ మీ కళ్ళని, ముక్కుని మరియు నోటిని ఎట్టి పరిస్థితిలో మీరు మీ చేతులను కడుగకుండా తాకకూడదు వీలైనంత వరకు ముట్టుకోకుండా ఉండటం మంచిది.
- ✓ ఇతరులతో మాట్లాడేటప్పుడు కనీసం 1మీటరు మరియు ఈ వైరస్ ఉన్న వారితో కనీసం 2 మీటర్ల దూరంలో ఉండటం తప్పనిసరి.
- ✓ వీలైనంత వరకు ఇంటి వద్దనే ఉండుట మంచిది. జన సమాహారంలో కలవకపోవటం మరియు ఇతరులని తాకే పమాదం ఉన్న చోట్లకి దూరంగా ఉండటం అనేది మరి ముఖ్యం.
- ✓ వీరికి దూరముగా ఉండుట మంచిది: ముసలి వాళ్లతో మరియు ఎవరైతే ఇతర వ్యాధి లక్షణాలు ఉన్నాయో వారికి కూడా దూరం పాటించటం తప్పనిసరి.



## Quarantine అంటే ఏమిటి ?

Quarantine అంటే గృహ నిర్బంధం మరియు 14 రోజుల పాటు ఇతరులకి దూరముగా ఉండటం. చుట్టూలని మరియు స్నేహితులని మీ ఇంటికి పిలవకుండా ముఖ్యంగా మీ ఇంట్లో వాళ్లకి కూడా దూరముగా ఉండటం. మీరు కనుక Quarantineలో ఉంటే మీకు మీరుగా రోజుకి రెండు సార్లు చొప్పున థెర్మామీటర్ తో ఒంటి ఉష్ణోగ్రతను గమనించాలి.

## ఎవరెవరు Quarantine పాటించటం తప్పనిసరి?

ఎవరైతే వ్యక్తులు ఇతర దేశాలు పయాణించి Malta కి వచ్చారో, వాడ్రు పయాణం మొదలు పెట్టిన రోజు నుంచి మొదలుకుని 14 రోజుల పాటు తప్పనిసరిగా మరియు విధిగా గృహ నిర్బంధం అయి ఉండాలి.

Public Health Authority వారు COVID-19 రుజువైన కేసుల దెగ్గరి వ్యక్తులని గమనించి అట్టి వారిని కూడా 14 రోజుల పాటు Quarantineలో ఉంచటం జరుగుతుంది. Quarantine నిబంధనను ఉల్లంఘించిన వారు, ఒకసారికి 3000 జరిమానా చొప్పున, ఎన్నిసార్లు ఉల్లంఘిస్తే అన్ని సార్లు చెల్లించాలి.



## నా కుటుంబ సభ్యులు లేక నాతోటి నివసించే ఎవరైనా ఇతర వ్యక్తులు కూడా Quarantine పాటించాల్సిన అవసరం ఉందా ?

అవును, మీతో ఉంటున్న వారు లేక మీ కుటుంబ సభ్యులు కూడా Quarantine పాటించుట తప్పనిసరి.

Quarantine గురించి ప్రశ్నలు మరియు సలహాల గూర్చి,  
[covid19health.gov.mt](https://covid19health.gov.mt) సందర్శించండి  
Quarantine లో ఉన్న వారు ఎటువంటి సహాయం కొరకైనను,  
21 411 411 కాల్ చేయండి.

## ఇంట్లో ఉండటం ఎందుకు ముఖ్యం?

మీరు ఇంట్లో ఉండటం వల్ల మీ స్నేహితులకి, తోటి వారికి మరియు మీ సమాజానికి రానివ్వకుండా ఉంటారు. అంతే కాక ఈ వైరస్ వ్యాప్తి చెందకుండా ఉంచుతారు. ఈ సమయంలో కొంత ఇబ్బందికి, నిస్పృహకి లోనవుతారు, కానీ ఈ క్రింద తెలిపిన కొన్నిటి వలన మీకు కొంత ఉపశమనం కలుగుతుంది అని ఆశిస్తున్నాం. అవి:

- ✓ మీకు కావాల్సిన వస్తువులని మీ కుటుంబ సభ్యుల లేదా మీ స్నేహితులని కోరి తెప్పించుకోవటం! అది కాక, మీరు 21 411 411 కాల్ చేసిన యెడల వారు మీ ఇంటి వద్దకే వచ్చి మీకు కావాల్సిన సరుకుల్ని తెచ్చిపెడతారు.
- ✓ మీ కుటుంబ సభ్యులను, స్నేహితులని ఫోన్ ద్వారా కాల్ చేసి లేదా సోషల్ మీడియా ద్వారా వారి గురించి తెలుసుకుంటు ఉండచ్చు.
- ✓ వంట వండుతూ, పుస్తకాలు చదువుకుంటూ, ఆన్లైన్ లో కొత్త విషయాలు నేర్చుకుంటూ మరియు సినిమాలు చూస్తూ మీ సమయాన్ని వెచ్చించవచ్చు.
- ✓ ఆన్లైన్ లో పాఠాలు వల్లన లేదా కోర్సుల వల్లన కానీ కొత్త వ్యామాయలను నేర్చుకొని పాటించవచ్చు.

## వైరస్ యొక్క లక్షణాలు నాకొస్తే నేను చేయాల్సింది ఏమిటి?

మీకు గనుక వైరస్ లక్షణాలు ఐన జ్వరం, దగ్గు, లేదా శ్వాస తీసుకోవటంలో ఇబ్బంది ఉంటే:

- ✓ దయచేసి ఇంటి వద్దనే ఉండండి.
- ✓ ప్రైవేట్ ఆసుపత్రికి/ అత్యవసర విభాగానికి/ హెల్త్ సెంటర్ కి/ మందుల షాపుకి/ లేదా ఏ ఇతర వైద్యరంగానికి వెళ్ళవద్దు.
- ✓ Public health హెల్ప్ లైన్ నెంబర్ 111కి సహాయం కొరకు కాల్ చేయండి.

ఈ వైరస్ Covid-19 లక్షణాలు ఉన్నవారు, దయచేసి ప్రైవేట్ ఆసుపత్రికి/ అత్యవసర విభాగానికి/ హెల్త్ సెంటర్ కి/ మందుల షాపుకి/ లేదా ఏ ఇతర వైద్యరంగానికి వెళ్ళవద్దు. దానికి బదులుగా Public health హెల్ప్ లైన్ నెంబర్ 111కి సహాయం కొరకు కాల్ చేయండి. లక్షణాలు ఉన్న వారిని కమబద్ధంలో మరియు ప్రాధాన్యతను చూసుకుని అట్టి వారికి పరీక్షలు నిర్వహించటం జరుగును. వైరస్ నిర్ధారణ పరీక్షలు అనేవి అపాయింట్మెంట్ ఉన్న వారికి మాత్రమే చేస్తారు, కావున వైరస్ లక్షణాలు వారు అపాయింట్మెంట్ తీసుకుని మాత్రమే రావాలి.