

දෙමාපියන් වෙත ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය නිලධාරීගේ පණිවුඩය

වික්ටෝරියාවේ කොරෝනා වෛරසය (කෝවිඩ්-19) පැතිරීමේ සිඟුතාව අඩු කිරීම වෙනුවෙන් ඔබේ සහයෝගය ලබා ගැනීම උදෙසා අද මම වික්ටෝරියාවේ සියලු දෙමාපියන්, රැකවරණ සපයන්නන් හා සිසුන් අමතා මෙසේ ලියමි.

ළදරු පාසැල් හා පාසැල් නිවාඩු සමය ආසන්න වෙමින් ඇති මේ අවස්ථාවේ, අප හා අපගේ පවුලේ අයගේ සුරක්ෂිතතාව සම්බන්ධයෙන් අවධාරනය අඩු කිරීමට අපට නොහැක. අප මී ලගට කුමක් කරන්නේද යන්න අප හා දෙවැනි රැල්ලක් පැමිණීම අතර තීරණාත්මක සාධකය සේ පවතියි.

ඔබ කොතැනක ගියත් අවදානම ගැන අවධානයෙන් සිටින්න. අනෙක් අය රෝග වාහකයන් විය හැකි බව ගැන දැනුවත් වෙමින් ශාරීරික දුරස්ථතාව පවත්වා ගන්න.

මේ අවස්ථාවේ දී මාස දෙකක් තුළ දක්නට ලැබුණු ඉහළ ම රෝගීන් සංඛ්‍යාවක් වාර්තා වෙමින් පවතියි. දැනට පවත්නා සාක්ෂි අනුව පෙනී යන්නේ, පවුල්වල සුභද හමුවීම් හා ශාරීරික දුරස්ථතාව හා සනීපාරක්ෂක පුරුදු ගැන ලබා දී ඇති උපදෙස් පිළිනොපැදීම නිසා වික්ටෝරියාවේ රෝගීන් ගණන ඉහළ ගොස් ඇති බවයි.

අවාසනාවකට, අප තවමත් ගෝලීය වසංගත තත්ත්වයක සිටින අතර පුද්ගලයන්ගේ ජීවිත තවමත් අවදානමේ පවතියි. ලොව පුරා අප දැක ඇති ආකාරයට රෝගීන් කුඩා සංඛ්‍යාවක් සීමිත දින ගණනක් තුළ සිය ගණනක් දක්වා වධර්නය විය හැකිය.

එය එසේ වීමට අපට අවශ්‍ය නැති අතර, හැකි අවස්ථාවේ දී - එනම් දැන් අපගේ ආරක්ෂාව වෙනුවෙන් කටයුතු කළ යුතුය.

අප විසින් සංශෝධිත සීමා පැනවීම් ගණනාවක් ක්‍රියාත්මක කර ඇත්තේ එබැවිනි. දැන් ඔබට සිය නිවසට කැඳවිය හැකි අමුත්තන් ගණන පහ දක්වා අඩු කර තිබේ. නිවසින් පිටත නෑ හිත මිතුරන්ට උපරිම දහයක පිරිසකට හමුවිය හැකිය.

පාසැල් ප්‍රජාවේ සෑම සාමාජිකයකුට ම මේ සඳහා සහයෝගය දැක්විය හැක්කේ මෙසේය :

- ප්‍රජාව තුළ සිටින විට ආරක්ෂිතව සිටීම
- නිවසේ සිටින විට ආරක්ෂිතව සිටීම. එමගින් අදහස් වන්නේ අත්‍යවශ්‍ය පුද්ගලයන් පමණක් හමු වීමයි. විශාල පවුලේ සාද පැවැත්වීමෙන් වැලකී සිටිය යුතු අතර, ඔබේ දුරස්ථතාව හා මනා සනීපාරක්ෂක පුරුදු පවත්වා ගැනීමට මතක තබා ගන්න.
- ආහාර හෝ බීම වගර් බෙදා හදා ගැනීම නොකරන්න.
- ඔබ හෝ පවුලේ වෙනත් අයෙකුට අසනීප ගතියක් ඇත්නම් - නිවසේ රැඳී සිටින්න. ඔබ අසනීපයෙන් පසුවන්නේ නම්, නිවාඩු ගත කිරීමට යාම හා වැඩට යාම සිදු නොකරන්න. ඔබේ දරුවන් අසනීපයෙන් පසු වන්නේ නම් ඔවුන්, ළමා රැකවරණ මධ්‍යස්ථානවලට, ළදරු පාසැල්වලට හා පාසැල්වලට යැවීමෙන් වලකින්න. - නිවසේ රැඳී සිටින්න.
- ඔබට රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම් පරීක්ෂා කරවා ගන්න.

වික්ටෝරියානුවන් අතරින් බොහෝ දෙනෙක් නිවැරදි දේ කරමින් සිටිති. එහෙත් මෙය කළින් කෙරෙන අනතුරු ඇඟවීමක් විය හැකි අතර අපට මෙපමණකින් සෑහීමට පත් විය නොහැක.

අපගේ නෑ හිත මිතුරන් ආරක්ෂා කර ගැනීම අප සියලු දෙනාගේ වගකීමයි.

කොරෝනා වෛරසය (කෝවිඩ්-19) ගැන නවතම තොරතුරු හා යාවත්කාලීන් කිරීම් දැන ගැනීමට වික්ටෝරියානු රජයේ [කොරෝනා වෛරස වෙබ් අඩවියට](#) යන්න.

ඔබේ පවුලේ සාමාජිකයෙකුට කොරෝනා වෛරස (කෝවිඩ්-19) රෝග ලක්ෂණ කිසිවක් හෝ පවතින්නේ නම්, එය කෙතරම් සුළු වුවත් ඔවුන් නිවසේ රැඳී සිට උපදෙස් ලබා ගෙන පරීක්ෂා කර ගත යුතු වේ. මෙම රෝග ලක්ෂණවලට උණ, සීතල ගතිය හෝ දහඩිය දැමීම, කැස්ස, උගුර රිදීම, පපුවේ මහන්සිය, නාසයෙන් දියර ගැලීම හෝ රස හෝ සුවද පිළිබඳ හැඟීම් නොදැනීම ඇතුළත් ය. පරීක්ෂා කරගන්නේ කොතැනින්ද යන්න ගැන වැඩි දුර විස්තර දැන ගැනීමට [කොරෝනා වෛරස පරීක්ෂාව පිළිබඳ වෙබ් අඩවියට](#) යන්න.

ඔබට හෝ පවුලේ කෙනෙකුට වෛරසය බෝවී ඇති බව සිතන්නේ නම් හා වැඩිදුර විස්තර අවශ්‍ය නම්, 1800 675 398 ඔස්සේ පැය 24 ම ක්‍රියාත්මක වන කොරෝනා වෛරස හොට්ලයින් අංකය අමතන්න.

Adj Clin Prof Brett Sutton
Victorian Chief Health Officer