වසංගත රෝග විද්‍යා අංශය
සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය
231, ද සේරම් පෙදෙස, කොළඹ 10.
දුර: (+94 11) 2695112, 4740490, 4740491, 4740492 , 2681548 ෆැක්ස්: (+94 11) 2696583 ඊ මේල්: chepid@sltnet.lk, epidunit@sltnet.lk වෙබ්: www.epid.gov.lk

නිවෙස්ගත / සෞඛ්‍ය නොවන ආයතන තුළ නිරෝධායනය සඳහා මාර්ගෝපදේශය

කොරෝනා වෛරස ආසාදනය පැතිරෙමින් පවතින විදේශ රටවල සිට ශ්‍රී ලංකාවට පැමිණි ශ්‍රී ලාංකිකයන් මගින් මෙරට ප්‍රජාව තුල මෙම වෛරස රෝගය පැතිරීම වැළැක්වීම සඳහා ඔවුන් නිරෝධායනය කිරීම අනිවාර්ය වේ.

"නිවෙස්ගත නිරෝධායනය" යනු කොරෝනා වෛරස රෝගය වැළඳීමට වැඩි අවදානමක් ඇති නමුත් රෝග ලක්ෂණ නොමැති මනා සෞඛ්‍යයෙන් යුත් පුද්ගලයන් සෞඛ්‍ය ආයතනවලින් පිටත වෙන් කර තැබීමය. වැඩි අවදානමක් ඇති පුද්ගලයින් වන්නේ කොරෝනා වෛරසය රෝගය පැතිරෙමින් යන ප්‍රදේශවල සිට පැමිණි හෝ එම රෝගය වැළඳුනු පුද්ගලයෙක් සමග ළඟින් ආශ්‍රය කළ කෙනෙකි.

මෙලෙස වැඩි අවදානමක් ඇති පුද්ගලයන් නිරෝධායනය වීමට පහත සඳහන් ක්‍රම අනුගමනය කල යුතුය.

1. නිවසේ හොඳින් වාතාශ්‍රය සහිත වෙනම කාමරයක් මෙම පුද්ගලයාට ලබාදීම වඩාත් සුදුසුය. අනෙකුත් ගෘහස්ථ සාමාජිකයන් වෙනත් කාමරයක නැවතී සිටිය යුතුය.
2. එම පුද්ගලයා හා අනෙකුත් සාමාජිකයන් අතර අවම වශයෙන් මීටර 1 ක වත් දුර ප්‍රමාණයක් සැමවිටම තබාගත යුතුය (ආහාර දීම වැනි අවස්ථාවකදී).
3. වඩාත්ම සුදුසු වන්නේ නිරෝධායනය වන පුද්ගලයා වෙනම නාන කාමරයක් භාවිතා කිරීමයි. එසේ නොමැතිව අනෙකුත් සාමාජිකයන් සමග එකම නාන කාමරයක් භාවිතා කරන්නේ නම්, නිරෝධායනය කරන පුද්ගලයා නාන කාමරය භාවිතා කිරීමෙන් පසු සබන් හා ජලය යොදා ජල කරාම, දොර හැඬල හා නාන කාමර උපකරණ පිරිසිදු කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.
4. ඉතාම අත්‍යවශ්‍ය කටයුත්තකදී හැර කිසිදු බාහිර පුද්ගලයෙක් නිරෝධායනය වන පුද්ගලයාගේ නිවසට ඇතුළු නොවිය යුතුය. නිරෝධායනය වන පුද්ගලයා කිසිදු අමුත්තකු හමු නොවිය යුතුය.
5. නිරෝධායනය වන පුද්ගලයා හා නිවසේ අනෙකුත් සාමාජිකයන් නිතර සබන් යොදා සේදීම අත්‍යවශ්‍යයෙන්ම කළ යුතුය. අත් සේදීමේදී වරකට අවම වශයෙන් තත්පර 20 ක් වත් දෙඅත් සේදිය යුතුය. අත් සේදීමේ පහසුකම් නොමැති විටදී ඇල්කොහොල් අඩංගු අත් සේදුම්කාරකයක් භාවිතා කල යුතුය.
6. නොසේදූ අත් වලින් ඇස්, නාසය හා මුඛය ස්පර්ශ කිරීමෙන් වැලකිය යුතුය.
7. නිරෝධායනය වන පුද්ගලයා විසින් තම ශරීර උෂ්ණත්වය දවසට දෙවරක් උෂ්ණත්වමානයකින් පරීක්ෂා කළ යුතුය.

8. උණ, කැස්ස, හුස්ම ගැනීමේ අපහසුතා, උගුරේ වේදනාව, ඇඟපත රුදාව, සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව වැනි රෝග ලක්ෂණ ඇතිනම් තම ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි / මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂක වෙත වහාම දැනුම් දිය යුතුය.
9. මුහුණු ආවරණ සහ අත්වැසුම් භාවිතයෙන් පසු නැවත නැවත භාවිතා නොකර නිසි ලෙස බැහැර කළ යුතුය. වඩාත් සුදුසු වන්නේ පියන සහිත බඳුනකට බැහැර කිරීමය. ඉන්පසු සුදුසු පරිදි වැළලීම හෝ පිළිස්සීම කළ යුතුය.
10. නිරෝධායනය වන පුද්ගලයින් සඳහාම වෙන්වූ පිගන් කෝප්ප, වතුර වීදුරු, හැඳි ගෑරුප්පු, තුවා, ඇඳ ඇතිරිලි හා අනෙකුත් අයිතමයන් ලබාදිය යුතුය.
11. නිරෝධායනය කරන පුද්ගලයා භාවිතා කරන උපකරණ, ඇඳ ඇතිරිලි හා ඇඳුම් වෙනම සබන් යොදා සෝදා ගත යුතුය.

නිවෙස්ගතව නිරෝධායනය වන පුද්ගලයන් ක්ෂේත්‍ර සෞඛ්‍ය නිලධාරින් විසින් අධීක්ෂණය කිරීම

1. නිරෝධායනය වන පුද්ගලයා ක්ෂේත්‍රය තුල අධීක්ෂණය හා පසු විපරමට ලක් කිරීම එම ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිගේ වගකීම වේ.
2. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිගේ අධීක්ෂණය මත අදාල ප්‍රදේශයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂකවරයා එම පුද්ගලයා පිළිබඳව පසුවිපරම් කිරීම සිදුකළ යුතුය.
3. මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂක විසින් නිරෝධායනය වන පුද්ගලයාගේ සෞඛ්‍ය තත්වය දින 14 ක නිරෝධායන කාලය තුළ එම නිවසට යාමෙන් / දුරකථනයෙන් / කෙටි පණිවිඩ මාර්ගයෙන් දිනපතා පරික්ෂා කල යුතුය.
4. මෙම නිරෝධායනය වන පුද්ගලයන් හට රෝග ලක්ෂණ පහල වූයේ නම්, මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂක විසින් ඒ බව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි සහ ප්‍රාදේශීය වසංගත රෝග විද්‍යාඥ හට වහාම දැනුම් දිය යුතුය.
5. රෝගය වැළඳී ඇති බවට අනුමාන කරන තැනැත්තන් ළඟම ඇති රජයේ රෝහලට හෝ කොරෝනා රෝගයට ප්‍රතිකාර කිරීමට විශේෂයෙන් නම් කරන ලද රෝහලක් වෙත ප්‍රවාහනය කිරීම 1990 සුවසැරිය ගිලන්රථ සේවය මගින් සිදුකළ යුතුය.
6. පලාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ හා ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ මේ සම්බන්ධ පරිපාලන කටයුතු සඳහා උපදෙස් ලබා දෙනු ඇත. පලාත් / දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා සෞඛ්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන් හා ප්‍රාදේශීය වසංගත රෝග විද්‍යාඥවරුන් මගින් තාක්ෂණික සහාය ලබාදෙනු ඇත.