



**Lakeridge
Health**

நவம்பர் 12, 2020

அன்பு நண்பர்களே, அயலோரே,
டுர்றாம் பிரதேசம் (Durham Region) மற்றும் லேக்ரிச் ஆரோக்கியநிலையத்தில்
(Lakeridge Health) COVID-19 உடனான போராட்டம் பற்றி இற்றைவரையான தகவலை
உங்களுடன் பகிர்வதற்கான இந்த வாய்ப்புக்கு நன்றி.

நாம் நவம்பர் மாதத்தினைக் கடந்துகொண்டிருக்கையில்,
ஒன்ராறியோ முழுவதிலும் இங்கு Durham Regionனிலும் COVID-
19 தொற்று உறுதிப்படுத்தப்பட்டோரின் எண்ணிக்கை

தொடர்ந்தும் அதிகரித்துச் செல்வதைக் காண்கின்றோம். இந்த அதிகரித்துச் செல்லும்
பரவல்வீதங்கள் கவனத்தில் கொள்ளவேண்டியதாக உள்ளதுடன் எமது ஆரோக்கியத்
திட்டம், எமது பொருளாதாரம் மற்றும் எமக்குத் தனிப்பட்ட முறையிலும் ஓர்
அச்சுறுத்தலாகவும் அமைகிறது. அதிகரித்துவரும் சமூக நோயாளர்களின்
எண்ணிக்கையின் வேகத்தைக் குறைத்து எதிர்திசையிலும் அதனைச் செல்லவைக்க,
ஒட்டுமொத்தமாக நாம் எல்லோரும், அடிப்படையான பாதுகாப்பு எச்சரிக்கைகளான –
எமது குடும்ப வட்டம் தவிர்ந்த தூரப்படுத்தல், முகக்கவசங்களை அணிதல், கைகளை
அடிக்கடி கழுவுதல் என்பவற்றில் தொடர்ந்தும் கவனம்செலுத்தவேண்டும்.



One System.
Best Health. 

COVID-19 பெருநோய்த்தொற்றின்போது ப்ளாக் காலம்

ப்ளாகாலம் தொடங்குகின்ற இவ்வேளையில், நாம் இயலுமானளவு ஆரோக்கியமாக
இருப்பது மிக முக்கியமானதாகும். Durham Region டுர்றாம் பிரதேச சமூகத்தில் உள்ள
அனைவரையும் ப்ளா தடுப்பூசி பெற்றுக்கொள்ளுமாறு நாம் ஊக்குவிக்கின்றோம். சிலர்
ப்ளா அறிகுறிகளிலிருந்து சில நாட்களில் குணப்பட்டுவிடக்கூடும், ஆனாலும் –
முதியவர்கள், மிக இளம்பராயத்தினர் மற்றும் நீண்டகால நோய் நிலைமைகள்
கொண்டோர் உட்பட பலருக்கும் – அது பாரதூரமான நோயுறுதலுக்கு

இட்டுச்செல்கின்றது. எவ்வளவுக்கு அதிகமானோர் ப்ளா தடுப்பூசி
பெற்றுக்கொள்கின்றார்களோ, அவ்வளவுக்கு அதிகமாக எமது சமூகத்தினைப்
பாதுகாப்பாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வைத்திருக்கும் மேலதிக வாய்ப்பும் ஏற்படுகின்றது.
ப்ளா மற்றும் எப்படிப் பாதுகாப்பாக இருப்பது என்பது பற்றிய மேலதிக விபரத்திற்குத்

தயவுசெய்து [Facts about the Flu page](#) என்ற இணைப்பினை Lakeridge Health லேக்ரிச் ஆரோக்கிய நிலைய இணையத்தளத்தில் சென்று பார்வையிடுங்கள்.

தடிமன், ப்ளு மற்றும் COVID-19 இனதும் அறிகுறிகள் ஒன்றுடன்ஒன்று ஒத்தவையாக இருக்கும். சில COVID-19 அறிகுறிகள் சாதாரண தடிமன், ப்ளு மற்றும் ஏனைய சுவாசத்தொகுதி நோய்களைப் போன்றதாகும். ஆனால் சிலரில் COVID-19 அதிதீவிரமாக இருக்கும். COVID-19 க்கான பரிசோதனை செய்துகொள்வது இதனை உறுதிப்படுத்த உங்களுக்கு உதவும்.

சுவாசத்தொகுதி நோய் அறிகுறிகள் எதனையும் நீங்கள் கொண்டிருந்தால், தயவுசெய்து ஒரு இணையவழி மதிப்பீட்டினை [online assessment](#) தயவுசெய்து பூர்த்தி செய்து COVID-19க்கான பரிசோதனை ஒன்றிற்கான நேரத்தைக் குறியுங்கள். அத்துடன் உங்கள் முதன்மையான நோய்பராமரிப்பு வழங்குனரோடு தொடர்பு கொண்டு உங்கள் அறிகுறிகளை விளக்குங்கள்.

COVID-19 Assessment Centres COVID-19 மதிப்பீட்டு நிலையங்கள்

Durham Regionஇல், இப்போது ஆறு [COVID-19 Assessment Centres](#) (CACs) நிலையங்கள் எமது சமூகத்தினருக்குச் சேவையளிக்கவென உள்ளன. இவை ஒரு சந்திப்புக்காக சுமார் 20மணிநேர காத்திருப்பு நேரத்தைக் கொண்டுள்ளன. ஒரு மாதத்திற்கு முன்னதாக மிகவும் புதிய பரிசோதனை நிலையம் விற்பீயின் Whitby's Heydenshore Pavilion ஹெடென்சோர் பவிலியனில் திறந்து வைக்கப்பட்டுள்ளது. இன்னொரு புதிய CAC கோவிட் பரிசோதனை நிலையம் 1101 Kingston Road முகவரியில் பிக்கரிங்கில் எதிர்வரும் தினங்களில் திறக்க உள்ளது.

Lakeridge Health லேக்ரிச் ஆரோக்கிய நிலையத்தில் குடும்பத்தினரின் இருப்பு

இந்தச் சவாலான வேளையில், வைத்தியசாலையில் உள்ள அன்புக்குரியவர்களை அவர்களது குடும்பத்தினருடன் இணைப்பதற்கான வழிகளை நாம் எப்போதும் தேடுகின்றோம். நோயாளிகள், வருகை தருவோர், மற்றும் எமது குழுக்கள் யாவரையும் இந்த பெருநோய்த்தொற்றுப் பரவலின் போது பாதுகாப்பாக வைக்குமுகமாக தயவுசெய்து பொதுசன ஆரோக்கியத்தின் எல்லா வழிகாட்டல்களையும் பின்பற்றுங்கள். இது பின்வருவனவற்றையும் உள்ளடக்கும் – உங்களுக்கு அறிகுறிகளிருப்பின் அல்லது COVID-19 கொண்ட யாருடனாவது நீங்கள் தொடர்பு கொண்டிருந்தால் வருகை தராதிருத்தல், எல்லா நேரங்களிலும் ஒரு முககவசத்தை அணிந்திருத்தல், உடல்சார் தூரத்தைப் பேணல், வழக்கமான ஒழுங்குமுறையில் கைகளைக் கழுவுதல்.

மேலும், வருகைதருவோர் வைத்தியசாலையில் இருக்கும் போது **உணவு அல்லது பானங்கள் அருந்துவதற்கு அனுமதிக்கப்படமாட்டார்கள்** என்பதை நாம் எல்லோருக்கும் நினைவுறுத்த விரும்புகின்றோம். அத்துடன் இந்நாட்களில் நாம் வைத்தியசாலையின் உள்ளே பூக்களையும் அனுமதிக்கமாட்டோம். தயவுசெய்து எமது இணையத்தளத்தில் [Visiting Us](#) பக்கத்தில் பெருநோய்த் தொற்றின்போது குடும்பத்தினது இருப்பு என்பது பற்றிய எமது இறுதித் தகவலைச் சென்று பார்வையிடுங்கள்.

எமது சமூகத்தினதும், குழு அங்கத்தவர்களினதும், குடும்பங்களினதும் வருகை தருவோரினதும் பாதுகாப்பே எமது முதன்மையான முன்னுரிமையாகும். இந்த நிலைமை மாறிக்கொண்டிருக்கும்போது நாமும் எமது [COVID-19 page](#) பக்கத்தைத் தொடர்ந்தும் மாற்றியமைப்போம்.

Durham Region டுர்றாம் பிரதேசத்தைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பதில் உங்களது தொடர்ந்த முயற்சிகளுக்கு உங்களுக்கு எமது நன்றி.

சுசன் டிரைக்,
இடைகாலத் தலைவர் மற்றும்
நிறைவேற்றுப் பொறுப்பாளர்
Susan deRyk,
Interim President & CEO

டாக்டர் ரோனி ஸ்ரோன்,
அலுவலர்கள் தலைவர்
Dr. Tony Stone,
Chief of Staff