What you need to know

About COVID-19 and Isolation

What you need to know

நீங்கள் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது

About covid-19 and isolation

கொவிட்-19 மற்றும் தனிமைப்படுத்தைப் பற்றி

ENGLISH

தமிழ்

What is COVID?

கொவிட் என்றால் என்ன?

COVID stands for CoronaVirus Disease. COVID-19 refers to the illness caused by the newly emerged novel coronavirus that is causing the current epidemic in China and has since spread to more than 170 countries outside China.

கொவிட் என்றால் கொரோனா கிருமித் தொற்றுநோய். கொவிட்-19 என்பது ஒரு புதிதாக தோன்றிய நொவல் கொரோனா கிருமி. இந்தக் கிருமி முதலில் சீனாவில் ஆரம்பித்து தற்போது 170 க்கும் மேலான நாடுகளில் பரவியுள்ளது.

Coronaviruses are a large family of viruses that are known to cause respiratory illnesses ranging from the common cold to more severe diseases, such as the Middle East Respiratory Syndrome (MERS) and Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

கொரோனா கிருமிகள் குடும்பத்தில் பல வகைகள் உள்ளன. இவை பொதுவாக சுவாச உறுப்பை சார்ந்த உபாதைகளை ஏற்படுத்துகின்றன. இதில் சாதாரண சளிக்காய்ச்சலும் தீவிர தொற்றுநோய்களான, மிடல் ஈஸ்ட் ரெஸ்பிரேதரி சின்றோம் (மெர்ஸ்) மற்றும் செவியர் அஃயூட் ரெஸ்பிரேதரி சின்றோம் (சார்ஸ்) உம் அடங்கும்.

How do you test for COVID-19?

கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றை எப்படி உறுதிப்படுத்துவது?

The current COVID-19 is diagnosed via a nuclei acid test (RT-PCR) that specifically detects the genome of the COVID-19 virus, usually from a sample taken from the nose, throat or sputum.

தற்போது கொவிட்-19 தொற்றை உறுதிப்படுத்த கிருமியின் மரபணுவை துரிதச் சோதனை வழியாக நம் மூக்கு, தொண்டை அல்லது சளியிலிருந்து எடுக்கப்படும் மாதிரிகளில் செய்யப்படுகிறது.

Information correct as of 9 Apr 2020
No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

How long does the test take to come back?

பரிசோதனையின் முடிவு தெரிய எவ்வளவு நேரமாகும் ?

The test results will be ready within 2 days.
2 நாட்களுக்குள் பரிசோதனையின் முடிவு தெரியும்.

If my test is negative, can I be de-isolated immediately?

பரிசோதனையின் முடிவு நெகடிவ் என்றால், நான் தனிமைப்படுத்துவதை உடனே நிறுத்தலாமா?

Depending on the doctor's risk assessment and your symptoms, a repeat test may be necessary to rule out COVID-19 infection. Even if the Nuclei Acid Test is negative, if your doctor has reasons to believe you have high risk of contracting COVID-19 infection, a repeat test may be needed. The repeat test is 24 hours after the first test. You may also be carrying the virus but have not started to show symptoms. In such instances, you will be asked to monitor yourself for 14 days from the last day of your contact with a confirmed case. Should you develop respiratory symptoms or fever during this period, you may need to repeat the test.
உங்கள் மருத்துவரின் நோய் தொற்றுக்கான சாத்தியக் கூறுகளையும் உங்களின் அறிகுறிகளையும் வைத்து, மேலும் ஒரு பரிசோதனை செய்வார். கிருமியின் மரபணு பரிசோதனையின் முடிவு நெகடிவ் என்றாலும், உங்கள் மருத்துவரின் சந்தேகத்இன் பேரில், மேலும் ஒரு பரிசோதனை மேற்கொள்ளப்படலாம். இந்தப் பரிசோதனை 24 மணி நேரத்திற்கு பின்னர் செய்யப்படும். எந்த ஒரு அறிகுறிகள் இல்லாமலும் இந்தக் கிருமி உங்களை தொற்றிக் கொண்டிருக்கலாம். அவ்வேளையில், நீங்கள் இந்த தொற்றுநோய் உறுதிப்படுத்தப் பட்டவரிடம் நெருங்கிய தொடர்பு ஏற்பட்டிருந்தால், அதை தொடர்ந்து 14 நாட்கள் ஏதேனும் அறிகுறிகள் தென்படுகிறதா என்று கண்டறிய கேட்டுக் கொள்ளப்படும். காய்ச்சல், சளி அல்லது இருமல் போன்ற அறிகுறிகள் தென்பட்டாலும், இந்த பரிசோதனை மறுபடியும் செய்யவேண்டும்.

Is the test accurate? Is it possible that I don't have COVID-19 when the test is positive?

இந்தப் பரிசோதனை துல்லியமானதா? பரிசோதனை பாசிடிவ் என்றாலும், கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றுநோய் எனக்கு இல்லாமல் இருக்க சாத்தியமுண்டா?

A positive test is accurate but a negative test does not mean you are not carrying the virus. Repeat test may be needed if your doctor suspects you are at high risk of carrying the virus.
பரிசோதனையின் முடிவு பாசிடிவ் என்பது துல்லியமானது. பரிசோதனையின் முடிவு நெகடிவ் என்றாலும் இந்தக் கிருமி உங்களிடம் இல்லை என்று அர்த்தமில்லை. உங்கள் மருத்துவரின் சந்தேகத்தின்படி கிருமித் தொற்று இருக்க அதிக சாத்தியம் இருந்தால், மேலும் ஒரு பரிசோதனை மேற்கொள்ளப்படலாம்.

Is there any treatment for COVID-19?

கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றுக்கு வைத்தியம் இருக்கிறதா?

Information correct as of 9 Apr 2020

No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

No specific treatment for COVID-19 infection is currently available. Clinical management includes prompt implementation of recommended infection prevention and control measures and supportive management of complications, including advanced organ support if necessary.

கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றை குணப்படுத்தும் குறிப்பிட்ட சிகிச்சை முறை தற்போது இல்லை. உங்களின் சிகிச்சை கிருமிநோய் தடுப்பும் அதனை கட்டுப்படுத்தும் வழிமுறைகளைச் சார்ந்து இருக்கும். தேவைப்பட்டால் இந்தக் கிருமித் தொற்றால் உடலுக்கு ஏற்படும் சிக்கல்களை சீராக்க மேம்பட்ட சிகிச்சை தரப்ப்படும்.

If I am tested positive for COVID-19

என் பரிசோதனையின் முடிவு பாசிடிவ் என்றால்

What are the chances of my friends and family having COVID-19?

என் குடும்பதினருக்கும் அல்லது நன்பர்களுக்கும் இந்த கொவிட்-19 கிருமித் தொற்று வர வாய்ப்புகள் உண்டா?

This will depend on several factors. The epidemiology team from the MOH will trace all your potential contacts and determine the risk of you passing the virus to your family members and friends.

இது பல்வேறு காரணிகளைச் சார்ந்தது. சுகாதார அமைச்சின் எபிடெமியோலஜி குழு உங்களின் தொடர்பில் இருந்த அனைவரின் விவரங்களையும் சேகரித்து உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் அல்லது நண்பர்களுக்கும் கிருமித் தொற்று வரும் வாய்ப்பைத் தீர்மானிப்பார்கள்.

What happens during contact tracing?

தொடர்பில் இருந்தவர்களை தேடும் போது என்ன நடக்கும்?

During contact tracing, any persons who may have come into contact with a person infected with COVID-19 virus or any infectious material from that person, is identified. Their risk of getting infected from the contact is assessed and appropriate management instituted to prevent them from transmitting the virus to others in situations where they are identified to have early infection.

தொடர்பில் இருந்தவர்களை தேடும் போது, கொவிட்-19 கிருமித் தொற்று உறுதிப்படுத்திய நபரிடம் நெருங்கி பழகியவர்களை அல்லது அவர் பயன்படுத்திய கிருமி சார்ந்த பொருட்களை தொட்டிருப்பவர்களையும் அடையாளம் காணப்படுகிறது. அவர்களுக்கு கிருமித் தொற்று வரும் வாய்ப்பைத் தீர்மானித்து அதற்கு ஏற்ற செய்கைகள் மேற்கொள்ளப்படும். இது ஆரம்ப கட்ட கிருமித் தொற்று என்பதால், மேலும் பரவாமல் தடுக்க இது உதவுகிறது.

Can they stay at home or do they have to move to a quarantine location?

அவர்கள் தன் வீட்டில் இருக்கலாமா அல்லது தனிமைப்படுத்தும் இடத்தில் இருக்க வேண்டுமா?

Quarantine order is issued by the Ministry of Health.

தனிமைப்படுத்தும் உத்தரவு சுகாதார அமைச்சால் விதிக்கப்படுகிறது.

Information correct as of 9 Apr 2020

No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

Are they tested for COVID-19 if they are well?

உடல் நலமாக இருந்தால், கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றுப் பரிசோதனை செய்யப்படுமா?

Contacts who are considered high risk of getting infected will be placed on quarantine order by the MOH. If they are unwell (fever, respiratory symptoms) during quarantine period, they have been advised to call for designated ambulance transfer to a designated hospital for medical attention and review.

தொடர்பில் இருந்தவர்களில் கிருமித் தொற்றுக்கு உள்ளாக அதிக வாய்ப்பு உடையவர்களுக்கு சுகாதார அமைச்சு தனிமைப்படுத்தும் உத்தரவை விதிக்கிறது. தனிமைப்படுத்தப்பட்ட காலத்தில், காய்ச்சல், இருமல், சளி போன்றவை ஏற்பட்டால், அறிவுரையின்படி இதற்காகவே ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட அவசரவண்டியில் சென்று மருத்துவ உதவியை நாடவேண்டும்.

What happens if they test positive for COVID-19?

கொவிட்-19 பரிசோதனையின் முடிவு பாசிடிவ் என்றால் என்னவாகும்?

If any of your contacts tested positive, they are immediately isolated to prevent them from spreading the virus to other people.

உங்களால் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட நபரின் பரிசோதனையின் முடிவு பாசிடிவ் என்றால், அவர் உடனடியே இந்தக் கிருமி மற்றவர்களுக்கு பரவாமல் இருக்க தனிமைப்படுத்தப்படுவார்.

Can my family visit me?

என் குடும்பத்தினர் என்னை பார்க்க வரலாமா?

The current hospital policy does not allow visitors in isolation wards where there are COVID-19 infected patients. This is to reduce the risk of visitors contracting the infections.

மருத்துவமனையின் கொள்கையின்படி, கொவிட்-19 கிருமித் தொற்று உள்ள நோயாளிகள் இருக்கும் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட வார்டுக்கு பார்வையாளர்கள் செல்ல அனுமதியில்லை. இது இந்த நோய் மற்றவர்களுக்கு பரவும் வாய்ப்பைக் குறைக்கிறது.

How will my family be updated?

என் குடும்பதினருக்கு எப்படி தெரிவுபடுத்தப்படும்?

Your family and loved ones will receive regular updates from the medical team looking after you while you remain in the isolation ward.

தனிமைப்படுத்தப்பட்ட வார்டில் உங்களை கவனிக்கும் மருத்துவக் குழு உங்களை பற்றிய தகவல்களை உடனுக்குடன் உங்களின் குடும்பத்தாரிடமும் அன்புக்குரியவர்களிடமும் கூறுவார்கள்.

Will I end up in ICU? Will I die? How does the disease progress?

எனக்கு தீவிர சிகிச்சை தேவைப்படுமா? இந்த நோய் எப்படி தீவிரமாகும்?

No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

Most people infected with the COVID-19 virus have a mild course of illness. A small percentage of patients may develop complications such as pneumonia, or secondary bacterial infections. Among the more severe patients, a small percentage may need to receive intensive care management and support. Complications may occur during the 2nd week of illness. Your doctor will monitor your health closely throughout the isolation period to ensure that the best medical care and support are provided should you show signs of complications during the course of illness.

பெரும்பான்மையோருக்கு, இந்த கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றுநோய் மிகவும் சாதாரண பாதிப்பையே ஏற்படுத்தும். இந்த தொற்றுநோய் உள்ளவர்களில் சிறு சதவிகிதத்தினர், நிமோனியா மற்றும் வேறு கிருமிகளாலும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இவர்களில் சிலருக்கு மட்டுமே தீவிர சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. கிருமித்தொற்றின்போது, 2 வது வாரத்தில் சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். உங்கள் மருத்துவர். உங்கள் உடல் நலத்தை தனிமைப்படுத்தப்பட்டுள்ள பிரிவில் அனுமதித்து கண்கானித்துக்கொள்வார். உங்கள் நோய் தீவிரமடைந்தால் உங்களுக்கு தேவையான சிறந்த மருத்துவ சேவையும் ஆதரவும் அளிப்பார்கள்.

If I am tested positive for COVID-19, how long do I have to be isolated?

கொவிட்-19 பரிசோதனையின் முடிவு பாசிடிவ் என்றால், எவ்வளவு காலம் நான் தனிமைப்படுத்தப் பட்டிருக்கவேண்டும்?

You will have to remain in the isolation room for as long as there is still evidence of the virus infection in your throat or respiratory samples.

உங்கள் தொண்டை அல்லது சளி மாதிரி பரிசோதனைகளில் கிருமி இருக்கும் வரை நீங்கள் தனிமைப்படும் அறையில் இருக்கவேண்டும்.

After I am discharged, how long do I have to stay home?

மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின், நான் எவ்வளவு காலம் வீட்டிலே இருக்க வேண்டும்?

After you are discharged, as long as you are feeling well, and the doctors have documented that you are no longer carrying the virus in your respiratory tract, you do not need to remain at home.

மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின், உங்கள் மருத்துவர் உங்களிடம் கிருமி இல்லை என்று ஆவணப்படுத்தப்படுத்தியதால் உங்கள் உடல் ஆரோக்கியமாக இருந்நால், நீங்கள் வீட்டிலேயே இருக்க வேண்டுடிய அவசியம் இல்லை.

Can I see my family after I am discharged or do they have to stay apart from me?

மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின் , நான் என் குடும்பத்தினரை சந்திக்கலாமா அல்லது அவர்களிடமிருந்து தனித்து இருக்க வேண்டுமா?

Yes, you can mingle with your family and the public. You are no longer considered infectious after you have recovered and discharged from the hospital.

ஆமாம். நீங்கள் உங்கள் குடும்பத்தினரோடும் பொது மக்களுடனும் பழகலாம். மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின், உங்களிடம் இருந்து இந்தக் கிருமி பரவும் அபாயம் இல்லை.

How did I get this infection?

இந்தக் கிருமித் தொற்றுநோய் எனக்கு எப்படி வந்தது?

Information correct as of 9 Apr 2020
No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

Most often, the virus is spread from person-to-person among close contacts (within1-2 metres). Person-to-person spread is thought to occur mainly via respiratory droplets produced when an infected person coughs or sneezes, similar to how influenza and other respiratory germs spread. These droplets can land in the mouths or noses of people who are nearby or possibly be inhaled into the lungs. It is also possible that one can get the COVID-19 virus by touching a surface or object that has the virus on it and then touch their own mouth, nose, or possibly eyes.

பொதுவாக, வைரஸ் கிருமி ஒருவருக்கு ஒருவர் நெருங்கி (1-2மீட்டர் இடைவெளி) பழகுபவர்களைத் தொற்றிக்கொள்கிறது. இன்ஃபுளுவென்சா மற்றும் சுவாச உறுப்பை பாதிக்கும் வைரஸ் கிருமிகள், பாதித்த ஒருவர் இருமும்போதும் அல்லது தும்மும்போதும் சளித்துளிகள் சிதறி மற்றவரை தொற்றிக் கொள்கிறது. சளித்துளிகள் அருகில் இருப்பவரின் வாயின் அல்லது மூக்கின் வழியாக நுரையீரலுக்கு செல்கிறது. வைரஸ் கிருமிகள் பொருட்களில் அல்லது அதன் மேல்பரப்பில் இருப்பதால், இதை தொட்டப் பின் வாய், மூக்கு மற்றும் கண்களை தொட்டால், கிருமி தொற்றிக் கொள்ளும்.

Ways to protect ourselves and our loved ones from respiratory illness include observing cough etiquette i.e. wearing a surgical mask when sick with respiratory illnesses and washing our hands frequently

நம்மையும் நம் அன்புக்குரியவர்களையும் இந்த சுவாச நோயிடமிருந்து பாது காத்துக்கொள்ள, பொதுவில் இருமும் பழக்கத்தை கண்கானிக்க வேண்டும். உதாரணத்திற்கு சுவாச நோய் இருந்தால் முகக் கவசம் அணிவதுடன் அடிக்கடி கைகளையும் கழுவ வேண்டும்.

After I get COVID-19, does it mean that I am immune to it?

கொவிட்-19 கிருமித் தொற்றுநோய் குணமாகியதும், இந்த நோய்க்கான எதிர்ப்புச்சக்தி என்னிடம் இருக்குமா?

There is still a lot that we do not know about this virus right now. You are still required to observe strict hand hygiene and social distancing practices upon discharge.

இந்தக் கிருமியைப் பற்றி நாம் இன்னும் முழுதாக அறிந்திருக்கவில்லை. அதனால், மருத்துவமணையை விட்டு வெளியேறிய பின்னும் நீங்கள் தொடர்ந்து கை சுகாதாரத்தையும் சமூக இடைவெளியையும் கண்டிப்பாக பின்பற்ற வேண்டும்.

What will happen to my personal items that I bring into the isolation room? Will I be allowed to take them home when I am discharged?

நான் தனிமைப் படுத்தப்பட்ட பின் நான் கொண்டு வந்த என் தனிப்பட்ட பொருட்கள் என்னவாகும்? மருத்துவமணையை விட்டு வெளியேறிய பின்னும் அவைகளை என்னோடு எடுத்துச் செல்லலாமா?

We will let you decide if you would like to bring your personal items home. If you are not keen to bring them home, we will help to discard them upon your discharge. If you decide to bring home any items such as your handphone, we will use hospital approved disinfectant wipes to disinfect your personal items and put them into a clean plastic bag for you to bring home.

Information correct as of 9 Apr 2020
No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

What you need to know

About COVID-19 and Isolation

நீங்கள் கொண்டு வந்த தனிப்பட்ட பொருட்களை எடுத்துச் செல்வதைப் பற்றி நாங்கள் தீர்மானிப்போம். உங்களுக்கு தேவை இல்லை என்றால் அந்தப் பொருட்களை அப்புரப் படுத்திவிடுவோம். உங்களின் தனிப்பட்ட பொருட்களை உதாரணத்திற்கு கைத்தொலைபேசியை எடுத்துச் செல்வதற்க்கு முன் மருத்துவமனையை அங்கீகரிக்கப்பட்ட கிருமிகளை அகற்றும் துடைப்பான்களை கொண்டு சுத்தம் செய்யலாம். பிறகு அதை ஒரு சுத்தமான நெகிழிப் பையில் எடுத்துச் செல்லலாம்.

Information correct as of 9 Apr 2020

No parts of the information may be reproduced without prior permission from SGH

Source: Singapore General Hospital

These translations are done by well-minded volunteers. Please excuse any minor imperfections :)

SingHealth

Singapore General Hospital | Changi General Hospital | Sengkang General Hospital | KK Women's and Children's Hospital | National Cancer Centre Singapore | National Dental Centre Singapore

National Heart Centre Singapore | National Neuroscience Institute | Singapore National Eye Centre | SingHealth Community Hospitals | Polyclinics SingHealth | Bright Vision Hospital