|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 참고සටහන |  |  <심각단계> 국민 행동수칙 <අවවාදයයි >කොරෝනා වෛරස් (කොවිඩ් 19) රෝගය වැළැක්වීම සදහා නිර්දේශ |

(일반국민) සාමාන්‍ය ජනතාව

1. **흐르는 물에 비누로 손을 꼼꼼하게 씻으세요.**

ඔබේ දෑත් සබන් හා ගලා යන ජලයෙන් හොදින් සෝදන්න.

**2. 기침이나 재채기할 때 옷소매로 입과 코를 가리세요.**

**කැස්ස ඇති විට ඔබේ ඇදුමේ අතින් මුඛය ආවරණය කරන්න.**

**3. 씻지 않은 손으로 눈·코·입을 만지지 마십시오.**

**ඔබගේ අත් නොසෝදා ඇති විට ඇස්, නාසය සහ මුඛය ස්පර්ශ නොකරන්න.**

**4. 의료기관 방문 시 마스크를 착용하세요.**

**සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයකට යනවිට මුඛ ආවරණයක් පළදින්න.**

**5. 사람 많은 곳에 방문을 자제하여 주세요.**

**කරුණාකර සෙනග ඇති ස්ථාන වල නොගැවසෙන්න.**

**6. 발열, 호흡기증상(기침이나 목아픔 등)이 있는 사람과 접촉을 피하세요.**

**කැස්ස ආදී ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ ඇති පුද්ගලයින් ස්පර්ශ නොකරන්න.**

(고위험군) : **임신부, 65세 이상, 만성질환자\***

**ඉහළ අවදානම් කණ්ඩායම් : ගර්භනී කාන්තාවන්, වයස අවුරුදු 65 ට වැඩි පුද්ගලයන්, නිදන්ගත රෝග ඇති පුද්ගලයන්**

\* 당뇨병, 심부전, 만성호흡기 질환(천식, 만성폐쇄성질환), 신부전, 암환자 등

\* දියවැඩියා රෝගීන්, හෘදයාබාධ, නිදන්ගත ශ්වසන රෝග (ඇදුම, නිදන්ගත පෙනහළු ආශ්‍රිත රෝග), වකුගඩු අකර්මන්‍ය වීම, පිළිකා රෝගීන් යනාදිය

1. **많은 사람이 모이는 장소에 가지 마십시오.**

**කරුණාකර සෙනග බොහෝ පිරිසක් රැස්වන ස්ථාන වල නොගැවසෙන්න.**

2. 불가피하게 **의료기관 방문**이나 **외출**시에는 **마스크를 착용**하십시오.

**සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයකට යන විට හෝ අත්‍යවශ්‍යම කාරණාවකට පිටතට යනවිට මුඛ ආවරණයක් පළදින්න.**

(유증상자) : **발열이나 호흡기증상(기침이나 목아픔 등)이 나타난 사람**

**රෝග ලක්ෂණ ඇති පුද්ගලයන් : කැස්ස ආදී ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ සහ උණ**

1. **등교나 출근을 하지 마시고 외출을 자제해 주십시오.**

**පාසලට හෝ රැකියාවට නොයන්න සහ පිටතට යෑමෙන් වළකින්න.**

2. **집**에서 **충분히 휴식**을 취하시고 **3-4일 경과를 관찰**하여 주십시오.

නිවසේ සිට ප්‍රමාණවත් විවේකයක් ගෙන දින 3-4 ක් ඔබේ රෝගී තත්වය නිරීක්ෂණය කරන්න.

3. **38도 이상 고열**이 지속되거나 **증상이 심해**지면 ① 콜센터(☎1339, ☎지역번호+120), 보건소로 문의하거나 ② 선별진료소를 우선 방문하여 진료를 받으세요.

ඔබට උණ රෝගී තත්වයක් දැනේ නම් (අංශක 38 ට වැඩි) හෝ බරපතල රෝග ලක්ෂණයක් තිබේ නම්, ➀අමතන්න (🕿1339, 🕿 දේශීය අංකය + 120) ➁ තෝරාගත් සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයකට යනවිට ඔබගේ රෝග ලක්ෂණ පිළිබද වෛද්‍ය කාර්ය මණඩලයට දැනුම් දෙන්න

4. 의료기관 방문시 **자기 차량**을 이용하고 **마스크를 착용**하십시오.

සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයට යනවිට පෞද්ගලික වාහනය භාවිතා කරන්න සහ මුඛ ආවරණයක් පළදින්න.

5. 진료 의료진에게 **해외 여행력 및 호흡기 증상자와 접촉** 여부를 알려주세요.

**ඔබගේ සංචාරක් ඉතිහාසය සහ ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ ඇති පුද්ගලයින් සමග සම්බන්ධතා පිලිබද වෛද්‍ය කාර්ය මණඩලයට දැනුම් දෙන්න.**

(국내 코로나19 유행지역)

කොරෝනා (කොවිඩ් 19) රෝගය කොරියාවෙහි පැතිරෙන ස්ථානයන්හි

1. **외출 및 타지역 방문을 자제하여 주십시오.**

**පිටතට හෝ වෙනත් ප්‍රදේශ වලට නොයන්න.**

**2. 격리자는 의료인, 방역당국의 지시를 철저히 따라 주십시오.**

**හුදකලා වූ පුද්ගලයා විසින් වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ මග පෙන්වීම අනුගමනය කළ යුතුය.**