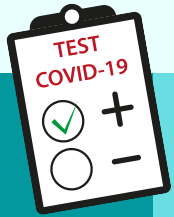


Staying in a recovery facility

Your Top 10 Questions Answered

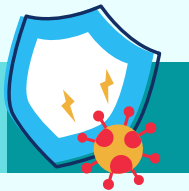


01. I am tested positive for COVID-19 but why am I not sent to a care facility or hospital?

The vast majority of COVID-19 patients who are fully vaccinated will remain well, with no or mild symptoms. You can safely recover at a centralised recovery facility.

There is no need to go to a care facility or a hospital unless there are serious medical problems. If you are unwell, approach the operator to arrange for you to seek medical help.

02. Is the recovery facility safe?



The recovery facility you are at is safe.

Those staying in the facility are just like you. They are fully vaccinated, generally well with no or mild symptoms, and have tested positive for COVID-19.



03. Is there adequate medical care for me since I am tested COVID-19 positive?

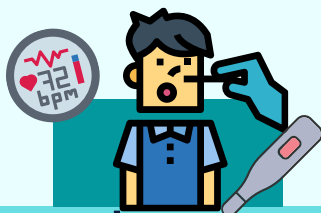
If you feel unwell, do contact the operator or a recovery buddy who will arrange for you to seek medical attention either at a nursing post, regional medical centre or through telemedicine via the FWMOMCare app.

Seek medical attention if you have a fever or cough. If you have breathing difficulties, chest pain, or palpitations, please call 995, or inform the operator or a FAST officer, who will assist you further.

04. When can I be discharged?



If you get a negative ART result on Day 4 or Day 5, you can be discharged. Otherwise, you will remain in the recovery facility and be discharged on Day 7.



05. What are the types of tests or readings that I will need to do while at the recovery facility?

Monitor your health daily by taking your temperature, heart rate, and oxygen saturation levels three times a day.

If you test positive on Antigen Rapid Test (ART) or Polymerase Chain Reaction (PCR), you will be required to perform an ART on Day 4 and/or Day 5 during your stay at the recovery facility.



07. What if I am still unwell after discharge?

Please inform your dorm operator or a FAST officer if you feel unwell and they will arrange for you to be seen at a regional medical centre.



09. Will an infected person pass the virus to a recovered person while in the recovery facility?

Persons in the recovery facility have the same condition and is safe.



06. Will I still be paid even though I am at the recovery facility?

You will still receive your salary during this period. If you do not receive your salary, please inform a FAST officer for assistance.



08. Will meals be provided for me at the recovery facility?

All your meals will be delivered to you three times daily.



10. I am feeling stressed and worried, who can I talk to?

Please reach out if you need to speak to someone or are feeling stressed and anxious. You may call the following helplines:

- HealthServe @ 3129 5000
- Migrant Workers' Centre @ 6536 2692

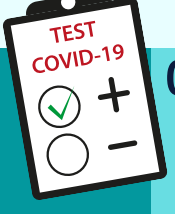
குணமடைதல் வசதியில் தங்குதல்

உங்களின் முக்கிய

10

கேள்விகளுக்கானப்

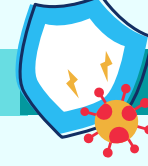
பதில்கள்



01. கொவிட்-19 கிருமித் தொற்று எனக்கு உள்ளது என்று உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளது. இருந்தாலும், கவனிப்பு வழங்கப்படும் இடத்திற்கோ அல்லது மருத்துவமனைக்கோ நான் ஏன் அனுப்பப்படவில்லை?

முழுமையாகத் தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட கொவிட்-19 நோயாளிகளில் பெரும்பாலோர் எந்த அறிகுறிகளும் இன்றி அல்லது லேசான அறிகுறிளுடன் உடல் நலமுடன் இருப்பார்கள். மத்திய குணமடைதல் வசதியில் தங்கி நீங்கள் பாதுகாப்பாக குணமடையலாம்.

கடுமையான மருத்துவப் பிரச்சனைகள் இல்லாவிட்டால், பராமரிப்பு வசதி அல்லது மருத்துவமனைக்குச் செல்ல வேண்டிய தேவையில்லை. உங்களுக்கு உடல் நலமில்லை எனில், மருத்துவ உதவி நாட நடத்துநரை அணுகி ஏற்பாடு செய்ய சொல்லவும்.



02. குணமடையும் வசதியுள்ள இடம் பாதுகாப்பானதா?

நீங்கள் இருக்கும் குணமடைதல் வசதி பாதுகாப்பானது.

அங்கு தங்குபவர்கள் உங்களைப் போன்றவர்களே. அவர்கள் முழுமையாகத் தடுப்பூசி போட்டவர்கள். பொதுவாக லேசான அல்லது அறிகுறிகள் இன்றி, கொவிட்-19 நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள்.



03. கொவிட்-19 இருப்பதாக உறுதிசெய்யப்பட்ட எனக்குப் போதிய மருத்துவப் பராமரிப்பு கிடைக்குமா?

உங்களுக்கு உடல் நலமில்லை எனில், நடத்துநர் அல்லது அறைத் தோழரைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

ஒரு தாதிமை நிலையம், வட்டார மருத்துவ நிலையம் அல்லது FWMOMCare செயலி மூலம் தொலைமருத்துவக் கவனிப்பை நீங்கள் நாட ஏற்பாடு செய்வார்.

உங்களுக்குக் காய்ச்சல் அல்லது இருமல் இருந்தால் மருத்துவ உதவியை நாடவும். உங்களுக்கு மூச்சு விடுவதில் சிரமம், நெஞ்சு வலி அல்லது இதயப் படபடப்பு இருந்தால், தயவுசெய்து 995 என்ற எண்ணை அழைக்கவும். அல்லது நடத்துநர் அல்லது ஃபாஸ்ட் அதிகாரிக்குத் தெரிவிக்கவும். அவர்கள் உங்களுக்கு மேலும் உதவுவர்.

04. நான் எப்போது இங்கிருந்து வெளியேறிச் செல்லலாம்?



4ம் அல்லது 5ம் நாளில் தொற்று இல்லை எனும் ஏஆர்டி முடிவைப் பெற்றால், நீங்கள் வெளியேறலாம். இல்லையெனில், நீங்கள் குணமடைதல் வசதியில் தங்கி 7ம் நாளில் வெளியேறுவீர்கள்.



05. குணமடையும் வசதியுள்ள இடத்தில் இருக்கும்போது நான் எவ்வகையான பரிசோதனைகள்/அளவீடுகளைச் செய்துகொள்ளவேண்டும்?

உங்கள் ஆரோக்கியத்தைத் தினமும் கண்காணிக்கவும்.

உங்கள் உடல் வெப்பநிலை, இதயத் துடிப்பு மற்றும் உயிர்வாயு செறிவூட்டல் அளவை ஒரு நாளைக்கு மூன்று முறை பரிசோதிக்கவும். என்டிஜன் விரைவு பரிசோதனை (ஏஆர்டி) அல்லது பல்படியத் தொடர்வினை பரிசோதனையில் (PCR) உங்களுக்குத் தொற்று இருந்தால், குணமடைதல் வசதியில் நீங்கள் தங்கும்போது 4ம் மற்றும்/அல்லது 5 ம் நாளில் ஏஆர்டி செய்ய வேண்டும்.



07. வெளியேறி வந்தபிறகும் தொடர்ந்து உடல் நலம் இல்லாவிட்டால் என்ன செய்வது?

உங்களுக்கு உடல் நலம் இல்லை என்று உணர்ந்தால் தயவு செய்து விடுதி நடத்துனரிடம் அல்லது ஃபாஸ்ட் அதிகாரியிடம் தெரிவியுங்கள். வட்டார மருத்துவ நிலையத்தில் மருத்துவர் உங்களைப் பார்க்க அவர்கள் ஏற்பாடு செய்வார்கள்.



09. குணமடையும் வசதியுள்ள இடத்தில் இருக்கும்போது, குணமடைந்த ஒருவருக்கு, தொற்றுள்ள ஒருவர், தொற்றுக்கிருமியைப் பரப்பிவிடுவாரா?

குணமடையும் வசதியுள்ள இடத்தில் உள்ளவர்களுக்கு ஒரேமாதிரியான மருத்துவ நிலைதான் இருக்கும் என்பதால் அவ்விடம் பாதுகாப்பானது.



MINISTRY OF
MANPOWER



06. நான் குணமடையும் வசதியுள்ள இடத்தில் இருந்தபோதும், எனக்குச் சம்பளம் கொடுக்கப்படுமா?

இந்த காலகட்டத்தில் நீங்கள் உங்கள் சம்பளத்தைப் பெறுவீர்கள். சம்பளத்தைப் பெறவில்லை என்றால், உங்களுக்கு உதவ ஃபாஸ்ட் அதிகாரியிடம் தயவு கூர்ந்து தெரிவியுங்கள்.



08. குணமடையும் வசதியுள்ள இடத்தில் எனக்கு உணவு கொடுக்கப்படுமா?

உங்களின் எல்லா உணவும் நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று தடவை உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும்.



10. நான் மன உளைச்சலும் கவலையும் அடைகிறேன், நான் யாரிடம் பேசலாம்?

யாரிடமாவது பேசவேண்டும் என்ற தேவை இருந்தால் அல்லது மன உளைச்சல் மற்றும் மனப்பதற்றத்துடன் இருந்தால். பின்வரும் உதவிச் சேவை எண்களை அழைக்கலாம்:

- HealthServe @ 3129 5000
- குடிபெயர்ந்த ஊழியர்கள் நிலையம் @ 6536 2692

உங்களின் முக்கிய

10

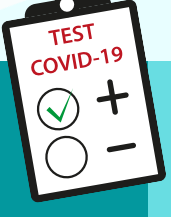
பதில்கள்

குணமடைதல்
வசதியில்
தங்குதல்

கேள்விகளுக்கானப்

আরোগ্য লাভের স্থানে থাকা

আপনার শীর্ষ 10 টি প্রশ্নের উত্তর

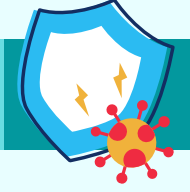


01. আমার COVID-19 টেস্ট পজিটিভ হয়েছে, কিন্তু কেন আমাকে একটি যত্ন করার স্থানে বা হাসপাতালে পাঠানো হচ্ছে না?

বেশিরভাগ COVID-19 রোগী যারা সম্পূর্ণরূপে ভ্যাক্সিন নিয়েছেন, তারা হালকা বা কোন লক্ষণ ছাড়াই
ভাল থাকবেন। আপনি একটি কেন্দ্রীয় পুনরুদ্ধার স্থানে নিরাপদে আরোগ্যলাভ করতে পারেন।

গুরুতর চিকিৎসা সমস্যা না থাকলে যত্ন পাবার স্থানে বা হাসপাতালে যাওয়ার দরকার নেই। যদি
আপনি অসুস্থ হন, তাহলে আপনার চিকিৎসা সহায়তার ব্যবস্থা করার জন্য পরিচালকের সাথে
যোগাযোগ করুন।

02. আরোগ্য লাভের স্থান কি নিরাপদ?



আপনি যে আরোগ্য লাভের স্থানে আছেন তা নিরাপদ।

যারা সেখানে থাকে তারা আপনার মতোই। তাদের সম্পূর্ণরূপে ভ্যাক্সিন দেওয়া হয়েছে, সাধারণত
তারা হালকা উপসর্গ নিয়ে বা কোন উপসর্গ ছাড়াই ভাল আছেন, এবং COVID-19 টেস্টে
পজিটিভ হয়েছেন।



03. আমার তো COVID-19 টেস্ট পজিটিভ হয়েছে আমার জন্য কি পর্যাপ্ত চিকিৎসা ব্যবস্থা আছে?

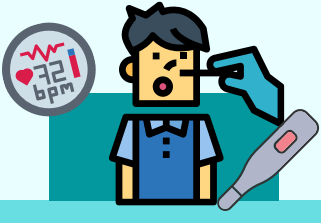
আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন, তাহলে পরিচালক বা একজন আরোগ্য লাভকারী বন্ধুর সাথে
যোগাযোগ করুন যিনি আপনাকে নার্সিং পোস্টে, আঞ্চলিক চিকিৎসা কেন্দ্রে বা FWMOMCare
অ্যাপের মাধ্যমে টেলি-মেডিসিনের চিকিৎসা নেওয়ার ব্যবস্থা করবেন।

আপনার জ্বর বা কাশি থাকলে ডাক্তারের পরামর্শ নিন। আপনার যদি শ্বাসকষ্ট, বুকে ব্যথা বা
বুক ধড়ফড় করে, অনুগ্রহ করে 995 নম্বরে কল করুন, অথবা পরিচালক বা FAST অফিসারকে
জানান, যিনি আপনাকে আরও সহায়তা দেবেন।

04. আমি কখন ছাড়া পেতে পারি?



আপনি যদি চতুর্থ বা পঞ্চম দিনে একটি নেগেটিভ ART ফলাফল পান, তাহলে আপনাকে ছেড়ে
দেওয়া যেতে পারে। অন্যথায়, আপনি আরোগ্য লাভের স্থানে থাকবেন এবং সপ্তম দিনে ছাড়া
পাবেন।



05. আরোগ্য লাভের স্থানে থাকা অবস্থায় কোন কোন ধরনের টেস্ট/রিডিং নিতে হবে?

প্রতিদিন তিনবার করে আপনার তাপমাত্রা, হৃৎস্পন্দন এবং অক্সিজেন স্যাচুরেশন মাত্রা পরিমাপ করে আপনার স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণ করুন।

আপনি যদি অ্যান্টিজেন র‍্যাপিড টেস্ট (ART) বা পলিমারেজ চেইন রিঅ্যাকশন (PCR) টেস্টে পজিটিভ ফলাফল পান, তাহলে আপনাকে আরোগ্য লাভের স্থানে থাকার সময় চতুর্থ দিন এবং/অথবা পঞ্চম দিনে একটি ART করতে হবে।



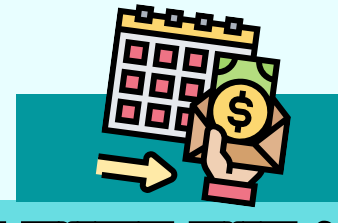
07. ছাড়া পাবার পরেও যদি আমি অসুস্থ থাকি?

আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন তাহলে আপনার ডর্ম পরিচালক বা FAST অফিসারকে জানান এবং তারা আপনাকে আঞ্চলিক চিকিৎসা কেন্দ্রে দেখাবার ব্যবস্থা করবে।



09. কোন সংক্রামিত ব্যক্তি, আরোগ্য লাভের স্থানে থাকা কালে একজন আরোগ্য লাভ করা ব্যক্তিকে ভাইরাসে সংক্রামিত করবে কী?

আরোগ্য লাভের স্থানে থাকা ব্যক্তিদেরও একই অবস্থা এবং তারা নিরাপদ।



06. আরোগ্য লাভের স্থানে থাকা সত্ত্বেও কি আমাকে বেতন দেওয়া হবে?

আপনি এই অবস্থার মধ্যে এখনও আপনার বেতন পাবেন। যদি আপনি আপনার বেতন না পান, অনুগ্রহ করে বাড়তি সহায়তার জন্য একজন FAST অফিসারকে জানান।



08. আরোগ্য লাভের স্থানে আমাকে খাবার দেওয়া হবে কি?

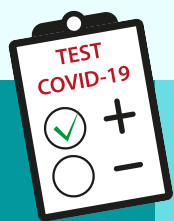
আপনার সমস্ত খাবার প্রতিদিন তিনবার করে আপনাকে সরবরাহ করা হবে।



10. আমি মানসিক চাপে আছি এবং চিন্তিত বোধ করছি, আমি কার সাথে কথা বলতে পারি?

কারো সাথে কথা বলার প্রয়োজন হলে অথবা মানসিক চাপ এবং উদ্বেগ বোধ করলে অনুগ্রহ করে কারো সাথে যোগাযোগ করুন। আপনি নিম্নলিখিত হেল্প-লাইনগুলিতে কল করতে পারেন:

- হেলথসার্ভ @ 3129 5000
- অভিবাসী শ্রমিক কেন্দ্র @ 6536 2692



01. 我的冠病检测结果虽呈阳性，为何不被送到护理设施或医院？

绝大部分已经全面接种疫苗的2019冠病患者，身体依然保持健康，而且，没有出现症状，或者只是出现轻微的症状。您可到集中康复设施，安然康复痊愈。

除非患者有严重疾病，否则不需要入住护理设施或入院。若是感到身体不适，请要求宿舍业者安排您去看医生。

02. 康复设施是否安全？



您所入住的康复设施是安全的。

入住这里的人都和您一样，已完成接种疫苗，一般上身体状况良好，没有出现任何症状或只出现轻微症状，但冠病检测结果呈阳性。



03. 既然我的冠病检测结果呈阳性，我是否会获得足够的医疗照顾？

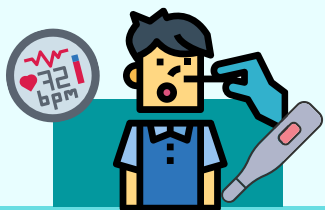
若是您感到身体不适，请和宿舍业者或一名康复伙伴联系。他们会安排您到护理站或区域医疗中心去求诊，或通过FWMOMCare手机应用寻求远程医疗。

若是您发烧或咳嗽，请去看医生。若是您有呼吸困难，胸痛或心悸，请拨电话995，或通知宿舍业者或[前线保障支援小组]（FAST）人员。他们会进一步助您一臂之力。

04. 我什么时候才能获准离开？



若是您第4或第5天的抗原快速检测（ART）结果呈阴性，您将获准离开康复设施。否则您得留在康复设施直至第7天才能获准离开。



05. 在康复设施期间，我必须做哪些检测或记录哪些读数？

请密切注意您的健康状况，每日定时测量您的体温，脉率和血氧饱和度三次。

若是您的抗原快速检测（ART）或聚合酶链式反应（PCR）检测结果呈阳性，您必须在入住康复设施的第4及/或第5天进行抗原快速检测（ART）。



07. 若是离开后我的身体还是感到不适怎么办？

若是您身体感到不适，请通知您的宿舍业者或FAST人员，他们会安排您到区域医疗中心求诊。



09. 在康复设施期间，一个受病毒感染的人会不会把病毒传给一个已康复的人？

入住康复设施的人身体状况都一样，因此是安全的。



06. 虽然我人在康复设施，我还会不会领到薪水？

在入住康复设施期间，您仍旧会领到薪水。若是您没领到薪水，请通知FAST人员给予协助。



08. 在康复设施期间有没有伙食供应？

您的所有伙食将有人送来给您，每日三次。



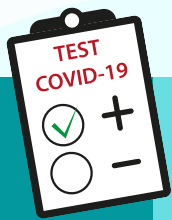
10. 我感到压力和担忧，能与谁交谈？

若是您需要和某人说话或是感到压力和焦虑，请与人联系。您可拨打以下求助热线：

- 康侍 @ 3129 5000
- 外籍劳工中心 @ 6536 2692

การเข้าพัก ในสถานที่ พักฟื้น

คำถาม 10 ข้อของคุณได้ ตอบมาแล้ว



01. ข้าฯมีผลตรวจเชื้อโควิด-19 เป็นบวก แต่ทำไมไม่ถูก ส่งไปที่สถานพยาบาลหรือโรงพยาบาล

ผู้ป่วยส่วนใหญ่ของ โควิด-19 ที่ได้รับวัคซีนครบสมบูรณ์จะอยู่ในสภาพปกติดี โดยไม่มีอาการใดๆ หรือมีอาการแต่เล็กน้อย คุณจะหายป่วยได้ที่สถานที่ฟื้นตัว ส่วนกลางอย่างปลอดภัย

ไม่จำเป็นต้องไปสถานพยาบาลหรือโรงพยาบาล เว้นแต่จะมีปัญหาทาง การแพทย์ร้ายแรง หากคุณไม่สบาย ให้ติดต่อเจ้าหน้าที่เพื่อเตรียมการให้คุณไป พบแพทย์

02. สถานที่พักฟื้นปลอดภัยหรือไม่



สถานที่พักฟื้นที่คุณอยู่นั้นปลอดภัย

ผู้ที่อยู่ในสถานที่พักฟื้นเป็นเหมือนคุณทั้งนั้น พวกเขาได้รับการฉีดวัคซีนอย่าง ครบถ้วน โดยทั่วไปแล้วจะไม่มีอาการหรือมีอาการอ่อน ๆ และมีผลตรวจโควิด-19 เป็นบวก



03. มีการดูแลทางการแพทย์อย่าง เพียงพอไหมเนื่องด้วยข้าฯมีผลตรวจ โควิด-19 เป็นบวก

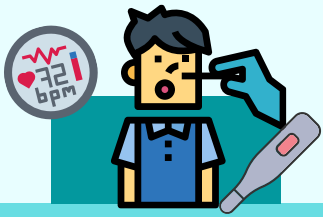
หากคุณรู้สึกไม่สบาย โปรดติดต่อเจ้าหน้าที่หรือผู้เป็นบัดดี้พักฟื้นที่จะจัดการให้ คุณไปพบแพทย์ที่สถานพยาบาล หรือศูนย์การแพทย์ระดับภูมิภาค หรือทาง telemedicine ผ่านแอป FWMOMCare

จงไปหาแพทย์ถ้าคุณมีไข้หรือมีอาการไอ หากท่านมีอาการหายใจลำบาก เจ็บ หน้าอก หรือใจสั่น โปรดโทร 995 หรือแจ้งผู้ประกอบการหรือเจ้าหน้าที่ FAST ซึ่งจะจัดการช่วยเหลือคุณต่อไป

04. ข้าฯจะออกจากสถานที่พักฟื้นได้เมื่อไหร่



หากคุณได้รับผล ART เป็นลบในวันที่ 4 หรือวันที่ 5 คุณก็จะได้ถูกปลดปล่อย มิฉะนั้น คุณจะยังคงอยู่ในสถานที่พักฟื้นแล้วก็จะถูกปลดในวันที่ 7



05. มีการทดสอบ/ค่าอ่านได้แบบ ประเภทอะไรบ้างที่ข้าฯต้อง ทำขณะอยู่ที่สถานที่พักพื่น

คอยติดตามดูแลสุขภาพของคุณทุกวัน
โดยวัดอุณหภูมิ อัตราการเต้นของหัวใจ
และความอึดตัวของออกซิเจนวันละ
สามครั้ง

หากคุณทดสอบผลบวกโดยการ
ทดสอบอย่างรวดเร็วของแอนติเจน
(ART) หรือ ปฏิกริยาลูกโซ่โพลีเมอเรส
(PCR) คุณจะต้องถูกทดสอบโดย ART
ในวันที่ 4 และ/หรือวันที่ 5 ระหว่างที่
คุณอยู่ที่สถานที่พักพื่น



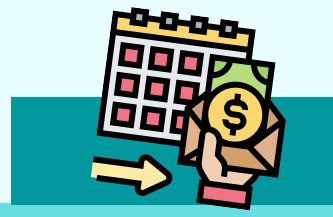
07. จะว่าอย่างไรหากข้าฯยังรู้สึก ไม่สบายหลังจากถูกปลดแล้ว

ขอแจ้งผู้ดูแลหอพักหรือเจ้าหน้าที่
FAST หากคุณรู้สึกไม่สบาย และพวก
เขาจะจัดการให้คุณรับการรักษาที่ศูนย์
การแพทย์ภูมิภาค



09. ผู้ติดเชื้อจะส่งไวรัสไปยัง บุคคลที่หายดีแล้วขณะอยู่ใน สถานที่พักพื่น ได้หรือไม่

บุคคลในสถานพักพื่นมีสภาพเดียวกัน
และปลอดภัยด้วย



06. ข้าฯจะยังคงได้รับเงินเดือน แม้ว่าจะอยู่ที่ศูนย์พักพื่น ไข้ หรือไม่

คุณจะยังคงได้รับเงินเดือนของคุณใน
ช่วงเวลานี้ หากคุณไม่ได้รับเงินเดือน
โปรดแจ้งเจ้าหน้าที่ FAST เพื่อขอความ
ช่วยเหลือเพิ่มเติม



08. จะมีการจัดเตรียมอาหารให้ ข้าฯที่สถานที่พักพื่น ไข้ไหม

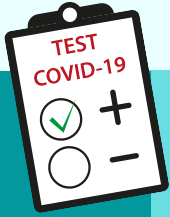
อาหารทุกมื้อจะส่งให้ถึงคุณสามครั้งต่อ
วัน



10. ข้าฯรู้สึกเครียดและวิตกกังวล จะคุยกับใครได้บ้าง

ขอติดต่อใครสักคนหนึ่งหากคุณ
ต้องการพูดคุยด้วย หรือรู้สึกเครียดและ
วิตกกังวล ขอโทรสายด่วนต่อไปนี้:

- HealthServe @ 3129 5000
- ศูนย์แรงงานข้ามชาติ @ 6536 2692



01. ကျွန်တော်သည် COVID-19 ရောဂါရှိကြောင်းစစ်ဆေးတွေ့ရှိရသော်လည်း၊ ကျွန်တော့်အားဘာကြောင့်care facility သို့မဟုတ်ဆေးရုံသို့မပို့သလဲ။

များလှစွာသောCOVID-19 ဖြစ်ပွားသူတို့သည်ကာကွယ်ဆေးအပြည့်အဝထိုးထားသောကြောင့်၊ရောဂါလက္ခဏာအနည်းငယ်သာ၊သို့မဟုတ်ပြင်းထန်စွာမဖြစ်ဘဲနေကောင်းကြပါသည်။ သင်သည် Centralized Recovery Facility တွင်ရောဂါပျောက်ကင်းအောင်စိတ်ချစွာနေနိုင်သည်။ သင့်တွင်ကြီးမားသောရောဂါလက္ခဏာမရှိပါက၊ဆေးဝါးကုသပေးသည့် care facility သို့မဟုတ်ဆေးရုံတွင်သွားနေစရာမလိုပါ။ သင်နေမကောင်းပါကသင့်အားဆေးကုသပေးရန်ဒေါ်မက်ထရီတာဝန်ခံကိုပြောပါ။

02. ရောဂါပျောက်ကင်းအောင်နားနေသည့်ပံ့ပိုးမှုရှိသောအဆောင် Recovery facilityသည်စိတ်ချရပါသလား။



သင်ရောက်ရှိနေသောပံ့ပိုးမှုနှင့်ပြည့်စုံသည့်facility တွင်ရောဂါ ပျောက်ကင်းအောင်စိတ်ချစွာနေနိုင်သည်။ Facility ၌နေသောသူများမှာသင်ကဲ့သို့ပင်ဖြစ်သည်။သူတို့မှာ စမ်းသပ်မှုအရCOVID-19 ရှိသည်ဟုသိရသော်လည်း ကာကွယ်ဆေးအပြည့်အဝထိုးထားသောကြောင့်၊နေကောင်းကြပြီးရောဂါလက္ခဏာမရှိ၊သို့မဟုတ်အနည်းငယ်သာရှိကြပါသည်။



03. ကျွန်တော်သည်COVID-19ရောဂါပိုးရှိသည်ဟုစစ်ဆေးမှုကပြသောကြောင့်ပြည့်စုံသောဆေးကုသမှုခံယူရနိုင်မှာလား။

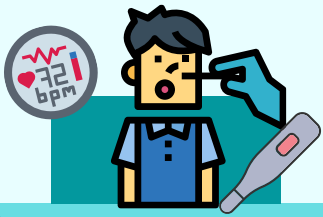
သင်နေမကောင်းပါက အဆောင်တာဝန်ခံသို့မဟုတ် recovery buddyကိုဆက်သွယ်ပါလျှင်သူတို့ကသင့်အားနားဆင်းပိုစ် သို့မဟုတ်Regional Medical Centreသို့မဟုတ် FWMOMCare app သုံးပြီးtelemedicine ဖြင့်ဆေးကုသမှုခံယူရန်စီစဉ်ပေး ပါမည်။

သင်သည်ကိုယ်ပူခြင်း၊သို့မဟုတ်ချောင်းဆိုးခြင်းဖြစ်ပါကဆေးကုသမှုခံယူပါ။အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ရင်ပတ်အောင့်ခြင်း၊သို့မဟုတ်၊ နှစ်လုံးခုန်မြန်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါကဇရုဏ်ကိုခေါ်ပါ။သို့မဟုတ်သင့်အားကူညီနိုင်မည့်အဆောင်တာဝန်ခံ၊FASTအရာရှိတို့ကိုအကြောင်း ကြားပါ။

04. ကျွန်တော်ဘယ်တော့ထွက်ခွာနိုင်မလဲ



သင်သည် ၄ ရက်သို့မဟုတ်၅ ရက်မြောက်နေ့တွင် ART စမ်းသပ်မှုအရရောဂါမရှိဟုအဖြေထွက်ပါက၊ထိုနေရာမှထွက်ခွာနိုင်သည်။သို့မဟုတ်ပါကဆက်လက်နေပြီး ၇ ရက်မြောက်နေ့တွင်ထွက် ခွာနိုင်သည်။



05. ကျွန်တော် recovery facility မှာနေစဉ် ဘာစစ်ဆေးမှု/ဖတ်ကြားမှုတွေလုပ်ရမှာလဲ။

သင့်ကျန်းမာရေးအခြေအနေကိုနေ့စဉ်စစ်ဆေးရန်ကို ယ်အပူချိန် နှစ်လုံးခုန်နှုန်းနှင့်၊ အောက်ဆီလျင်ပြည့်ဝမှုတို့ကိုတနေ့ ၃ ကြိမ်တိုင်းပါ။

သင်သည် Antigen Rapid Test (ART) သို့မဟုတ် Polymerase Chain Reaction (PCR) စစ်ဆေးမှုအရရောဂါရှိသည်ဟုအဖြေ ထွက်ပါက၊ ရောဂါပျောက်ကင်းအောင် facility ဌာနနေစဉ် ART စစ်ဆေးမှုကို ၄ ရက်နှင့်/သို့မဟုတ် ၅ ရက်မြောက်နေ့တို့တွင်ပြု လုပ်ရမည်။



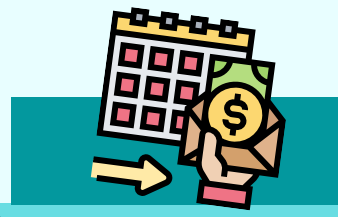
07. ကျွန်တော်ထွက်ခွာလာပြီးနောက်နေမကောင်း သေးလျှင်ဘာလုပ်ရမည်နည်း

နေမကောင်းပါကသင့်ဒေါ်မက်ထရီတာဝန်ခံသို့မ ဟုတ် FAST အရာရှိကိုပြောပြပါ။ သူတို့ကသင့်အား Regional Medical Centre တွင်ဆေးကုသနိုင် ရန်စီစဉ်ပေးပါမည်။



09. Recovery facility တွင်ရောဂါပိုးရှိသူကရော ဂါပျောက်ကင်းပြီးသူကိုကူးစက်စေနိုင်လား။

Recovery facility တွင်ရှိသူများသည်ခြေအနေ အတူတူဘဲဖြစ်ကြသဖြင့်အန္တရာယ်မရှိပါ။



06. ကျွန်တော် Recovery Facility မှာနေစဉ် လစာရမှာလား။

ဒီအချိန်အတွင်းမှာသင့်အားလစာဆက်လက်ပေး နေပါမည်။ သင်လစာမရရှိပါက FAST အရာရှိကိုကူညီ ပေးရန်အကြောင်းကြားပါ။



08. Recovery Facility တွင်အစားအသောက် ကျွေးပါမည်လား။

သင့်အတွက်အစားအသောက်တို့ကိုနေ့စဉ်တနေ့ ၃ ကြိမ်ပို့ပေးပါမည်။



10. ကျွန်တော်စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်ပြီးပူပန်သောက ဖြစ်နေပါသည်။ မည်သူနှင့်စကားပြောရမည်န ည်း။

စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်ပြီးပူပန်သောကဖြစ်နေပါက တစုံ တဦးနှင့်စကားပြောပါ။ အောက်ပါအကူအညီပေးရေးဖု န်းလိုင်းတို့ကိုဆက်သွယ်နိုင်သည်။

- HealthServe @ 3129 5000
- Migrant Workers' Centre @ 6536 2692