කොවිඩ් 19 ව්‍යාප්තිය වළක්වමින් පොදු මහජන සහ වෘත්තිය ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ආකාරය පිළිබඳව උපදෙස්

පොදු මහජන සහ වෘත්තිය ක්‍රියාකාරකම් සඳහා උපදේශ සටහන් ලබා දී ඇත. සංචාරක සේවා, විශාල සාප්පු සංකීර්ණ, උත්සව කළමනාකරණය වැනි සමහර අංශවලට උපදෙස් සටහන් කිහිපයක් අදාළ වේ.

මෙම උපදෙස් කාර්යයන් නැවත ආරම්භ කිරීම සඳහා සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් ලබා දී ඇති සමස්ත අවසරයට යටත් වේ (මුළුමනින්ම / තෝරාගත්).

සෑම උපදෙස් සටහනක්ම සෞඛ්‍ය හා දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් විසින් නිකුත් කරනු ලබයි. COVID-19 සම්ප්‍රේෂණය වැළැක්වීම සඳහා අනුගමනය කළ ක්‍රියාමාර්ග ආයතන හිමිකරු / වගකිවයුතු පුද්ගලයා වෙත ඉදිරිපත් කර ඇත.

නව ජීවන රටාවක් උදෙසා
புதிய வாழ்க்கை முறையை நோக்கி
TOWARDS A NEW NORMAL

MINISTRY OF HEALTH AND INDIGENOUS MEDICAL SERVICES

World Health Organization

GOVERNMENT MEDICAL OFFICERS ASSOCIATION

SRI JAYAWARDENEPURA KOTTE MUNICIPAL COUNCIL

13.මත්පැන් හා දුම්කොළ අලෙවි කරන ස්ථාන

දුම් පානය - දුම්පානය කිරීමේදී ඇඟිලි (සහ සමහර විට විෂබීජ තැවරුණු සිගරට්) තොල් සමඟ ගැටෙන අතර එමඟින් වෛරසය අතින් මුඛයට සම්ප්‍රේෂණය වීමේ හැකියාව වැඩි කරයි. එම නිසා දුම් පානය කරන්නන් කොවිඩ්-19 රෝගයට ගොදුරු වීමේ අවදානමක් ඉතා වැඩිය. දුම් පානය කරන්නන්ට දැනටමත් පෙනහළු රෝග හෝ පෙනහළු ධාරිතාව අඩු වීම වැනි තත්වද තිබීම මගින් කොවිඩ්-19 රෝගය දරුණු වීමේ හැකියාවද ඉතා වැඩිය.

ඔක්සිජන් අවශ්‍යතා වැඩි කරන හෝ ශරීරයට නිසි ලෙස ඔක්සිජන් භාවිතා කිරීමේ හැකියාව අඩු කරන තත්වයන් නිසා රෝගීන්ට නියුමෝනියාව වැනි බරපතල පෙනහළු තත්වයන් ඇතිවීමේ අවදානමක් ඇත.

මධ්‍යසාර භාවිතය - මධ්‍යසාර ශරීරයේ ප්‍රතිශක්තිය අඩු කරන අතර කොවිඩ් ආසාදනය සඳහා මිනිසුන් වඩාත් අවදානමට ලක් කරයි. මීට අමතරව, මත්පැන් මාර්ග අනතුරු, ගෘහස්ථ හිංසනය සහ වෙනත් ප්‍රචණ්ඩකාරී හැසිරීම් වැඩි කරයි. එවැනි රෝගීන් හට රෝහල් පහසුකම් වෙන්කිරීම නිසා, වසංගත තත්වයකදී හදිසි වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය වන රෝගීන් සඳහා රෝහල් පහසුකම් අහිමි වනු ඇත.
මත්පැන් හා දුම් පානය යන දෙකටම බොහෝ විට ඇතුළත් වන්නේ වීදුරු, භාජන බෙදාගැනීම සහ ආහාර කැබලි හුවමාරු කරගනිමින් ආහාරයට ගැනීම වැනි පුරුදු නිසා කොවිඩ්-19 සම්ප්‍රේෂණය වේගවත් හා පහසු කරයි.

කොවිඩ් සහ කොවිඩ් නොවන කාලය තුළ බාර්, තැබෑරුම්, රාත්‍රී සමාජශාලා, කැසිනෝ, ඔට්ටු මධ්‍යස්ථාන රජයේ නීති රීති පිළිපැදිය යුතුය.

නිශ්චිත පණිවිඩ / උපදෙස්
සංවිධායක / හිමිකරු / සේවා සපයන්නා

- මත්පැන් සහ දුම්කොළ අලෙවිය හැකිතාක් සීමා කළ යුතුය. සාද, රැකියා හා වැඩබිම් ආදියෙහි දුම්කොළ සහ මධ්‍යසාර විකිණීම හා භාවිතය තහනම්ය.
- නීතිවිරෝධී මත්පැන් හා දුම්කොළ නිෂ්පාදනය හා විකිණීම පොලීසිය විසින් දැඩි ලෙස අධීක්ෂණය කළ යුතු අතර දැඩි නීතිමය ක්‍රියාමාර්ග ගත යුතුය.
- චිත්‍රපට, ටෙලි නාට්‍ය, මත්පැන් ප්‍රවර්ධනය කරන ගීත, දුම්කොළ මාධ්‍යවල විකාශය නොකළ යුතුය.
- සමාජ මාධ්‍ය සහ අන්තර්ජාලය ඔස්සේ මත්පැන් සහ දුම්කොළ ප්‍රවර්ධනය කරන සහ විකුණන ආයතන සහ පුද්ගලයින්ට දුම්කොළ හා මධ්‍යසාර පිළිබඳ ජාතික පනත යටතේ නඩු පැවරිය යුතුය.
- ලබා දී ඇති උපදෙස් වලට අනුකූල බව දක්වමින් ඔබ විසින් එකඟතා ප්‍රකාශය පිරවිය යුතුය. සම්පූර්ණ කරන ලද එකගතා ප්‍රකාශයේ මුල් පිටපත ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිවරයා වෙත යැවිය යුතුය. එහි පිටපතක් අදාළ පළාත් පාලන ආයතනයට (මහ නගර සභාව / නගර සභාව / ප්‍රාදේශීය සභාව) යැවිය යුතු අතර තවත් පිටපතක් තමන් සතුව තබා ගත යුතුය. ඉහත මාර්ගෝපදේශ දැඩි ලෙස පිළිපැදීම සහතික කිරීම අයිතිකරු / භාරකරු ගේ වගකීම වේ.

සේවාදායකයා

- මධ්‍යසාර ඔබේම ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය හා සෞඛ්‍යය අඩපණ කරන අතර අන් අයගේ සෞඛ්‍ය අවදානමට ලක් කරන බැවින් මත්පැන් හා දුම්පානයෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම වළකින්න.
- සාද වලදී දුම් පානය කිරීම හා මත්පැන් පානය කිරීම තහනම් වේ.

නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වැඩපිළිවෙල

- අවන්හල්, මත්පැන්හල්, සිල්ලර බඩු, සුපිරි වෙළඳසැල් මත්පැන් සහ දුම්කොළ නිෂ්පාදන ප්‍රදර්ශනය කිරීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

විශේෂඥ වෛද්‍ය අනිල් ජාසිංහ
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.