Are you planning a visit to or returning from MERS-CoV spreading country ?
(Middle East countries, South Korea etc...)

Then you should be concerned about the Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus (MERS-CoV) Infection

This is a serious respiratory infection that is has been spreading in the Middle east countries mainly Saudi Arabia. Recently new cases of MERS-CoV infection have been reported in South Korea. It carries a high fatality rate of around 40% which sometimes has been attributed to delayed diagnosis and lack of effective therapy. The disease is characterized by fever, headache and upper respiratory symptoms and may lead to complications such as pneumonia and respiratory failure that might be life threatening

MERS-CoV infection is transmitted via droplets during the patients coughing and sneezing, touching the nose, mouth or eyes with hands contaminated with secretions of infected individuals. Direct contact with the infected patients or coming into contact with equipments used by patients facilitate the transmission of MERS-CoV infection.

On average it may take about 5 days to develop symptoms following exposure (Incubation Period). However, this period can be as short as 2 days or extend up to 12 days.

The instructions given below will ensure that you and others are protected from this potentially life threatening disease.

- Avoid close contact with people suffering from acute respiratory infections.
- Avoid touching eyes, nose and / or mouth as much as possible.
- Wash hands frequently with soap and water or other disinfectants, especially, after direct contact with ill people or their environment.
- Avoid over crowded places.
- Cover coughs and sneezes (using a handkerchief / tissue / your elbow) and discard the tissues safely/ wash handkerchief when soiled.
- If you are suffering from a chronic disease (Diabetes, Kidney or Lung disease etc.), seek proper medical attention to control the disease before setting off on your visit. These diseases will increase your risk of getting MERS-CoV infection.
- Maintain good hygienic habits as general.
- Maintain other healthy habits such as balanced diet, physical activity etc.

If you develop the following symptoms during your stay in Korea or within two weeks of arrival from Korea consult a qualified medical practitioner.

- Fever
- Cough
- Runny nose
- Congestion in the nose and throat
- Shortness of breath or breathing difficulties

Contact Epidemiology Unit if you need further information
011 2681548

ඔබ මර්ස් කොරෝනා ආසාදනය පැතිරෙන රටකට යාමට බලාපොරොත්තු වන්නේද නොඑසේ නම් එම ආසාදනය පැතිරෙන රටක සිට යළි මෙරටට පැමිණි අයෙක්ද ?
(මැද පෙරදිග රටවල්, දකුණු කොරියාව, වෙනත්)

එසේ නම් MERS-CoV ආසාදනය (Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus Infection) රෝගය පිළිබඳව ඔබේ අවධානය යොමු විය යුතුයි.

මෙය ප්‍රධාන වශයෙන් මැද පෙරදිග රටවල පැතිර යන දරුණු ශ්වසන රෝග තත්ත්වයකි. මෑතකදී කොරියාවෙන්ද MERS-CoV ආසාදිත රෝගීන් වාර්තා වී ඇත. රෝගය හඳුනාගැනීමේ පමාව හා නිසි ප්‍රතිකාර නොකිරීම හේතුවෙන් මෙම රෝගයේ මරණ ප්‍රතිශතය 40 ක් පමණ වේ. උණ, හිසරදය හා ශ්වසන අපහසුතා මෙහි රෝග ලක්ෂණ වන අතර නියුමෝනියා හා ශ්වසන අපහසුතා වැනි සංකූලතා ඇති වීමෙන්, මාරාන්තික විය හැක.

රෝගීන් ගේ කැස්ස, කිවිසීම ආසාදිත පුද්ගලයන් නාසය, මුහුණ හෝ ඇස් අතින් ස්පර්ශ කිරීමෙන් ඇතිවන බිඳිති මගින් මෙම රෝගය බෝවීමට හේතුවේ. ආසාදිත රෝගීන් ඇසුරු කිරීමෙන් හා රෝගීන් විසින් පරිහරණය කරන ලද භාණ්ඩ භාවිතය MERS-CoV පැතිරීමට උපකාරී වේ.

වෛරසය ශරීරගත වීමෙන් අනතුරුව සාමාන්‍යයෙන් රෝග ලක්ෂණ පහළ වීමට දින 5 ක් පමණ ගතවේ. කෙසේ වුවද මෙම කාලය අවම වශයෙන් දින 2 ක් ද උපරිමයෙන් දින 12 ක් ද පමණ විය හැක.

පහත සඳහන් උපදෙස් පිළිපැදීම මෙම මාරාන්තික රෝගයෙන් ඔබත් අන් අයත් ආරක්ෂා වීමට හේතුවනු ඇත.

- ඔබ දියවැඩියාව, නිදන්ගත පෙනහළු හෝ වකුගඩු රෝග, ප්‍රතිශක්ති හීනතාව වැනි රෝග වලින් පෙළෙන අයෙක් නම් සංචාරය ඇරඹීමට පෙර එම රෝග තත්වය පාලනය සඳහා නිසි වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගන්න.
  මෙවන් රෝග MERS-CoV ආසාදනය කෙරෙහි ඔබේ අවදානම වැඩි කරයි.
- සෙනඟ රැස්වන ස්ථාන හා අවස්ථා මග හරින්න.
- කැස්සක් හෝ කිවිසුමක් ඇතිවන විටකදී මුව හා නාසය ලේන්සුවකින්, ටිෂු කඩදාසියකින් හෝ තම වැලමිටෙන් ආවරණය කරගන්න.
- නිතර දෑත් සබන් යොදා පිරිසිදු කරගන්න. ලේන්සුව නිතර සෝදන්න. ටිෂු කඩදාසි ආරක්ෂිත අන්දමින් ඉවතලන්න.
- හොඳින් පිසින ලද ආහාර පමණක් කෑමට ගන්න.
- අමුවෙන් ආහාරයට ගන්නා එළවළු හෝ පලතුරු හොඳින් සෝදා ගන්න.
- අනවශ්‍ය ලෙස ගෘහස්ත, ගොවිපල හා වන සතුන් ස්පර්ශ කිරීමෙන් වළකින්න.

මැද පෙරදිග රටක රැඳී සිටියදී හෝ මැද පෙරදිග රටක සිට මෙරටට පැමිණ **සති 2 ක් ඇතුළතදී** ඔබට පහත සඳහන් රෝග ලක්ෂණ ඇතිවුව හොත් වහාම සුදුසුකම් ලත් වෛද්‍යවරයෙකු හමුවන්න.

- උණ
- කැස්ස
- සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව
- හතිය හෝ හුස්ම ගැනීමේ අපහසුතා
- පාචනය / වමනය (මෙය තිබීමට හෝ නොතිබීමට පුළුවන)

වැඩි විස්තර සඳහා වසංගත රෝග විද්‍යා අංශය අමතන්න
011 2681548