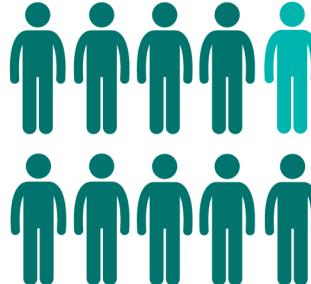


# දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය යෙතු කුමක්ද?

World  
PT Day  
2021

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය ලෙස මූලික වශයෙන් හඳුන්වනු ලබන්හේ, COVID-19 ආකාෂනය වී පවතින කාලය අතරතුර හෝ ඉන් පසුව ව්‍යුධිනය වන රෝග ලක්ෂණ සහි 12 ක් හෝ රට වැඩි කාලයක් අඩුන්බව පැවතිමයි.

සාමාජිකයෙන් මෙය සහි 4 ක් දක්වා පවතින නම්, Acute COVID-19 ලෙසද, සහ සහි 4 සිට 12 ක් දක්වා පවතින නම් Ongoing COVID-19 ලෙසද හඳුන්වනු ලැබේ.



දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය කෙනරම් සුලබ දී?

සියලුම රෝග වාර්තා වීම් වලින් 1/10 ක ප්‍රමාණයක, රෝග ලක්ෂණ සහි 12 ක් හෝ රට වැඩි කාලයක් පෙන්නුම් කරයි.



මෙම රෝගය සහිතව පිටත් වන බොහෝ දෙනා මිට පෙර ශෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටි ඇය වේ.



පමණින් තුළ පෙන්වුම් කරන දිගුකාලීන COVID රෝග ලක්ෂණ වල ස්වභාවය සහ ප්‍රබලන්වය වැඩිනිවියන්ගේ එම මට්ටම්වලට සමාන වේ.

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය යෙතු පස්දේධිත කිහිපයකට බලපානු ලබන රෝගි තත්ත්වයකි; එකවර ඇති විය හැකි ලැයිස්තුගත කරන ලද රෝග ලක්ෂණ 200 කට වඩා මාස 6 කට පස්දේධිත කිහිපයකට බලපානු ලබන රෝගි තත්ත්වයකි; එකවර ඇති විය හැකි ලැයිස්තුගත කරන ලද රෝග ලක්ෂණ 200 කට වඩා ඇති අතර, පුරුව නිගමනයක් සිදු කළ හැකි හා නොහැකි අසුරිත් ඉහළ හා පහළ යාමේ රටාවන් හි වෙනස්වීම් සිදු විය හැකේ.

Acute COVID-19 තත්ත්වය හේතුවෙන් රෝගී ගත කර සිටි පුද්ගලයන් සහ නිවසේදීම සුවය ලබාවන් සඳහා දිගුකාලීන COVID-19 තත්ත්වය බලපානු ලබයි. මධ්‍යස්ථා හෝ බරපතල COVID-19 තත්ත්වයන් අන්විද පුද්ගලයන්ට දිගුකාලීන රෝග ලක්ෂණ ඇති වීමකට හෝ දිගුකාලීන COVID තත්ත්වයක් බවට වර්ධනය වීමකට මූහුණු දීමට සිදු විය හැකිය.

## මාස 6 කට පස්දේධිත වන වඩාත් බිහුල රෝග ලක්ෂණ



- අධික වෙශෙක (නොහැරිවාව)
- වෙශෙකකාරී ක්‍රියාකාරකම් වලින් පසු රෝග ලක්ෂණ උත්සන්න වීම (PESE)
- මතකය හා අවධානය සම්බන්ධ ගැටුලු (Brain fog)



භුක්ම තිරඹීම



පසුවේ වේදනාව සහ තද බව



නිදාගැනීමේදී ඇතිවන අපහසුතා (නින්ද නොයාම්)



වේගවත්, අක්‍රමවත් හෘද ස්පන්දනය



කරකැවිල්ල



මාංශ පේශී වේදනාව



සන්ධි වේදනාව



මානසික අවසීඩනය හා කාංසාව



කන් කුරු කුරු ගැම, කනේ කැක්කුම්



අසනීප ගතිය, පාවනය, උදරාබාධ, ආහාර අරුවිය



උප්පාන්වය වැඩි වීම, කැක්ක, ඔළුවේ කැක්කුම්, උගුරේ වේදනාව, සුවද හෝ රකය තිළිබඳ සංවේදිතාව වෙනස් වීම



දෑ / ඕනෑම