



Charity 1067406

করোনাভাইরাস

Reference: www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/

করোনাভাইরাস (COVID-19) কি?

Covid19 একটি নতুন অসুখ যা আপনার লাংস, শ্বাসনালীর এবং অন্য অঙ্গের ক্ষতি করতে পারে



এটি করোনাভাইরাস নামক একটি ভাইরাস থেকে হয়



উপসর্গ

তাপমাত্রা বেশি হলে
($>38^{\circ}\text{C}$)



একটি নতুন অবিরত
কাশি হলে



স্বাদ বা স্নাণের ক্ষেত্রে আপনার
স্বাভাবিক বোধ হারিয়ে গেলে বা
তার পরিবর্তন হলে (অ্যানোসমিয়া)

আপনার যদি উপসর্গ দেখা দেয় তাহলে কি করবেন?

যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনাকে এই পদক্ষেপগুলি অবশ্যই অনুসরণ করতে হবে:

1. স্ব-বিচ্ছিন্নতা

অন্তত **10** দিনের জন্য বাড়িতে থাকুন

আপনার পরিবারের অন্য কেউ অথবা যাদের আপনার সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ ছিল তাদের অবশ্যই নিজেদের বিচ্ছিন্ন রাখতে হবে **10** দিনের জন্য



2. উপসর্গগুলি হওয়ার প্রথম পাঁচ দিনের মধ্যে করোনাভাইরাসের জন্য পরীক্ষা করান:



আপনি হয় সেখানে থাকেন
যেখানে পরীক্ষাটি সরবরাহ
করতে পারেন



অথবা আপনি একটি টেস্ট
সাইটে যেতে পারেন

করোনাভাইরাসের জন্য পরীক্ষা করান



www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test-এ
যান একটি পরীক্ষা বুক করতে অথবা অনলাইনে
সেটিকে অর্ডার করার জন্য



আপনার যদি অনলাইন অ্যাক্সেস না থাকে তাহলে
ইংল্যান্ড, ওয়েলস এবং উত্তর আয়ারল্যান্ডে 119 অথবা
স্কটল্যান্ডে 0800 028 2816 কল করুন।

যদি পরীক্ষার ফলাফল...

যদি ইতিবাচক হয়:

- আপনাকে আপনার বাকি দশ-দিনের স্ব-বিচ্ছিন্নতা সম্পূর্ণ করতে হবে
- আপনার এলাকার ট্রেসিং পরিষেবা আপনার সাথে যোগাযোগ করবে ভাইরাসের আরও ছড়ানো বন্ধ করতে আপনার সাহায্য চাওয়ার জন্য

নেতিবাচক হয়:

- আপনি যদি সুস্থ অনুভব করেন এবং আপনার আর উপসর্গগুলি না থাকলে আপনি স্ব-বিচ্ছিন্নতা বন্ধ করতে পারেন
- আপনার পরিবারের অন্য সদস্যরা অথবা যাদের আপনার সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ আছে তারাও স্ব-বিচ্ছিন্নতা বন্ধ করতে পারেন