

## কোভিড -19 কেসের উপর ভিত্তি করে জনস্বাস্থ্যের দল কর্তৃক সাপ্তাহিক বিবৃতি

### 21 জানুয়ারী 2021

15 জানুয়ারী পর্যন্ত সাত দিনের মধ্যে (21 জানুয়ারী প্রকাশিত তথ্যের উপর ভিত্তি করে) আমরা ব্রাইটন এন্ড হোভে 1438 টি নতুন কোভিড -19 কেইস নিশ্চিত করেছি। এটা:

- আগের সপ্তাহের তুলনায় 36% কম
- প্রতি 100,000 বাসিন্দার সাপ্তাহিক হার 494 এর সমতুল্য
- ইংল্যান্ডের হারের সমান, যা প্রতি 100,000 এ 497 এবং দক্ষিণ পূর্ব অঞ্চলে যা প্রতি 100,000 এ 505 ছিল

আমাদের স্থানীয় হাসপাতালগুলি এখনও কোভিড-19 এর প্রচুর সংখ্যক রোগী নিয়ে কাজ করছে। ২০ শে জানুয়ারী রয়্যাল সাসেক্স কাউন্টি হাসপাতালে 180 জনেরও বেশি কোভিড-19 এর রোগী ছিলেন।

### এর মানে কি?

এই সপ্তাহে আমরা প্রথম লক্ষণগুলি থেকে দেখতে পাচ্ছি যে ব্রাইটন এন্ড হোভে লকডাউন কাজ করছে।

কোভিড-19 এর বিস্তার ধীর হতে শুরু করেছে। তবে সংখ্যা এখনও খুব বেশি।

ভাইরাসটি এখনও শহরের সব জায়গায় রয়েছে। আমরা বেশিরভাগ বয়সের গ্রুপগুলিতে হার কমতে দেখছি, তবে 60+ বয়সের মধ্যে এই হ্রাস কম। এই গ্রুপের মধ্যে হার প্রতি 100,000 জনে 571 যা ইংল্যান্ডের হারের চেয়ে 45% বেশি। এটি উদ্বেগজনক কারণ কোভিড-19 এর জন্য তাদের সম্ভবত হাসপাতালের যত্নের প্রয়োজন বেশী।

আমাদের স্থানীয় হাসপাতালগুলি 2020 সালের এপ্রিলের আগের কোভিড-19 এর সর্বোচ্চ সংখ্যার তুলনায় এখন বেশি রোগীদের চিকিৎসা করছে।

এটি সুসংবাদ যে কেসগুলি কমছে এবং এখন এনএইচএসের টিকা দেওয়ার কার্যক্রম চলছে। তবে এটি জরুরী যে আমরা সবাই যখনই ঘর থেকে বাইরে যাই তখন লকডাউন নির্দেশাবলী এবং 'হাত, মুখ, দূরত্ব' নির্দেশিকা অনুসরণ করি। টিকা কর্মসূচী আমাদের সম্প্রদায়গুলিকে সুরক্ষিত করার জন্য এই নিয়মগুলি অনুসরণ করার প্রয়োজনকে পরিবর্তন করে না।

সংক্রমণ হার কমাতে ভূমিকা নেওয়ার জন্য আপনাকে ও সবাইকে ধন্যবাদ। যদি আমরা সবাই মিলে কাজ করতে থাকি তবে আমরা সংক্রমণের হার কমিয়ে দেব এবং কোভিডকে আমাদের শহরে ছড়িয়ে পড়া বন্ধ করব।

### ঘরে থাকুন

সরকারের জাতীয় লকডাউন বিধিগুলি স্পষ্ট: সঠিক কারণ ব্যতীত আমাদের সকলকে বাড়িতেই থাকতে হবে:

- প্রয়োজনীয় কাজে যেমন খাদ্য এবং ওষুধের জন্য কেনাকাটা
- আপনার সমর্থন বা চাইল্ড কেয়ার বাবল পূরণ করা
- বাড়ি থেকে কাজ করা "অ্যোক্তিক" হলে কাজ করতে বা স্বেচ্ছাসেবকের কাজে যাওয়া
- শিক্ষা, ট্রেনিং, শিশু যত্ন, চিকিৎসা অ্যাপয়েন্টমেন্ট এবং জরুরী অবস্থায়
- ঘরোয়া সহিংসতা সহ বিপদ এবং ক্ষতি এড়াতে

- দিনে একবার বাইরে ব্যায়াম করতে

যদি আপনি এই কারণগুলির মধ্যে একটির জন্য বাড়ি ছেড়ে বাইরে যান, তবে আপনাকে স্থানীয় এলাকায় থাকা প্রয়োজন, উদাহরণস্বরূপ কাজ করতে যাওয়া। স্থানীয় থাকা মানে আপনি যে শহরের যে এলাকায় থাকেন সেখানেই থাকা।

এবং যদি আপনি কোভিড সম্পর্কিত কোনও লক্ষণগুলি ([Covid related symptoms](#)) অনুভব করেন - এমনকি খুব হালকা হলেও - দয়া করে অবিলম্বে একটি পরীক্ষা বুক করুন ([book a test](#)) এবং আপনাকে অবশ্যই নিজের পরিবারের সাথে নিজেকে বিচ্ছিন্ন ([self-isolate](#)) করতে হবে।