

## કોવિડ-19 (Covid-19) કિસ્સાઓ ઉપર આધારિત પબ્લિક હેલ્થ ટીમ દ્વારા અઠવાડિક નિવેદન

13 મે 2021

7 મેના રોજથી સાત દિવસો સુધીમાં (કે જેનો આધાર 12 મેના પ્રસિધ્ધ થયેલ ડેટા- માહિતી ઉપર રાખવામાં આવે છે) બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) અમારે કોવિડ-19 ના (Covid-19) નવા 43 કન્ફર્મ્ડ કે સમર્થિત કિસ્સાઓ થવા પામ્યા હતાં. આ છે:

- અગાઉના અઠવાડિયા કરતાં 5% વધારે
- કે જે 100,000 રહેવાસીઓ દીઠના સમાનાર્થ કે તુલ્ય અઠવાડિક દર પ્રમાણે 14.8 કહેવાય
- સાઉથ ઈસ્ટ (South East) માટેના દર- પ્રમાણમાં સરખા કે જે 100,000 દીઠ 14.4 હતાં
- ઈંગ્લેન્ડ (England) માટેના દર- પ્રમાણ કરતાં ઓછા કે જે 100,000 દીઠ 21.8 હતાં

બ્રાઈટન અને હોવ (Brighton & Hove) માટે આનો અર્થ શું થાય?

કેસના દર- પ્રમાણમાં થોડીક ચઢઉતર કે ફલકયુએશનની અપેક્ષા દર અઠવાડિયે રાખી શકાય હાલમાં સરખામણીમાં સંખ્યા ઓછી છે.

સમગ્ર એપ્રિલ અને મેની શરૂઆતમાં એકંદરે દર- પ્રમાણ 100,000 દીઠ 20 નીચે રહ્યું હતું, કે જે ગયા વર્ષ સપ્ટેમ્બરની શરૂઆતમાં આવું સરખું લેવલ જોવામાં આવ્યું હતું, અને હાલમાં નવા કેસીસ અઠવાડિયા દીઠ સરેરાશ પાંચની આસપાસ રહ્યા છે. આ બધાજ ગ્રૂપ્સ કે જૂથમાં લાગુ પડે છે કે જેમાં બાળકો અને 60ની ઉપરનામાં ચેપનું પ્રમાણ સૌથી ઓછું છે.

કોવિડ (Covid) હજી પણ આપણી સાથે રહેલ છે

જો કે થોડીક ચઢઉતરની અપેક્ષા રાખી શકાય, અને આવી ટકાવારીમાં આવા દર- પ્રમાણનો વધારો જોવાનું કદી પણ સારું ન કહેવાય – ભલે પછી થોડોક હોય.

કોવિડ-19 (Covid-19) વાઈરસ હજી પણ આપણી કમ્યુનિટિમાં પ્રસાર કે ફેલાઈ રહ્યો છે અને, જ્યારે વધારે લોકો ભેગા થવાની શરૂઆત કરે ત્યારે, એવો ભય રહે છે કે આપણા બધા માટે તેનો ફેલાવો કદાચ ચિંતિત બની રહે.

આવા વાઈરસ કે સૂક્ષ્મજંતુને આગળ વધતા કે ફેલાતા અટકાવવામાં, તે મહત્વનું રહે છે કે લોકો ટેસ્ટ- કસોટી કરાવતા રહે જેથી જેઓને કોવિડ (Covid) હોય તેઓના સંપર્કમાં રહેલ સ્વયં- એકાંતવાસ રાખી અને આવા પ્રસારણની ચેઈન્સ કે હારમાળાઓમાં ભંગાણ કરે.

રોગના લક્ષણોવાળા દરેકે અવશ્ય PCR ટેસ્ટ કે કસોટી કરાવી અને તાત્કાલિક સ્વયં- એકાંતવાસ રાખવો જોઈએ. આમ છતાં પણ, બધા લોકોમાંના ત્રીજા ભાગના લોકો કે જેઓને કોવિડ(Covid) થયો હોય તેઓને રોગના લક્ષણો બતાવતા હોતા નથી, કે જે કારણને લઈને નિયમિતરીતે રોગના લક્ષણોમાંથી મુક્ત- સિમ્પટન – ફી (લેટરલ ફ્લો- પાર્શ્વ પ્રવાહ) ટેસ્ટિંગ કરવાનું ઘણું મહત્વનું હોય છે.

કોવિડને (Covid) હરાવવા ટેસ્ટિંગ કરાવવાનું કોઈ રૂટીન બનાવો

[મુક્ત કે ફી સિમ્પટન- ફી કોવિડ ટેસ્ટસ](#) મેળવવાનું સરળ હોય છે અથવા તમારા ઘરે પહોંચતા તેને કરવામાં આવી શકે અને અમે તમને તમારા અઠવાડિક રૂટીનમાં તેને ભાગ બનાવવા પ્રોત્સાહીત કરીએ છીએ.

જ્યારે કોઈ સિમ્પટન- ફી લેટરલ ફ્લો કે પાર્શ્વ પ્રવાહવાળો ટેસ્ટ પોઝિટિવ બતાવતો હોય તો, તમે પોતે સ્વયં- એકાંતવાસમાં હો ત્યારે વધારે સાચા PCR ટેસ્ટ સાથે પરિણામને પાકું કે કન્ફર્મ કરવાની જરૂર રહે છે.

જો તમને રોગના લક્ષણો હોય તો, કૃપા કરી [સ્વયં- એકાંતવાસના માર્ગદર્શનને](#) અનુસરી અને PCR ટેસ્ટની [ઓનલાઇન](#) ઉપર ગોઠવણ કરો અથવા 119 ને ફોન કરી કોઈ એક ટેસ્ટિંગ સેન્ટરમાં એપોઇન્ટમેન્ટ બુક કરાવો અથવા તમારા ઘરે ટેસ્ટ કિટ પહોંચતી કરાવો.

### જ્યારે સ્વયં- એકાંતવાસ કરો ત્યારે સપોર્ટ

કોવિડના (Covid) કોઈ પણ પ્રથમ રોગના લક્ષણો અથવા કોઈ પણ પ્રકારના પોઝિટિવ કોવિડ (Covid) ટેસ્ટ પછી, દરેકેદરેક બીજી કોઈ વ્યક્તિને સુરક્ષિત રાખવા તાત્કાલિક સ્વયં- એકાંતવાસ કરવાનું એ સલામત અને જવાબદારીવાળી વસ્તુ- સ્થિતિ કહેવાય.

અમે જાણીએ છીએ કે સ્વયં- એકાંતવાસ રાખવાથી અસ્વસ્થતા, અગવડતા અને નાણાકીય ફિક્કર- ચિંતા ઊભી થઈ શકે. [જો તમે કામકાજ કે નોકરી કરી ન શકો કારણકે તમારે એકાંતવાસ રાખવાની જરૂર હોય તો નાણાકીય મદદ](#) કાઉન્સિલ કદાચ ઓફર કરી શકે. વધારાનો સપોર્ટ, કે જેમાં સમાવેશ થાય છે ખોરાક સાથેની મહત્વની ચીજ- વસ્તુઓ માટે તાકીદની મદદ, અમારી કમ્યુનિટી હબ [Community Hub](#) માંથી મળી રહે છે.