

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

17 জুন 2021

10 জুন অবধি সাত দিনের মধ্যে (15 জুন প্রকাশিত তথ্যের উপর ভিত্তি করে) আমাদের ব্রাইটন ও হোভে 213 টি নতুন কোভিড-19 কেস সনাক্ত হয়েছে – যা আগের সপ্তাহের 82 টির চেয়ে বেশি। এটা:

- আগের সপ্তাহের চেয়ে 160% বৃদ্ধি
- প্রতি 100,000 জন বাসিন্দার মধ্যে সপ্তাহে 733 এর সমতুল্য
- দক্ষিণ পূর্বের চেয়ে বেশি যা প্রতি 100,000 জনে 41.2 ছিল
- ইংল্যান্ডের হারের চেয়ে বেশি, যা প্রতি 100,000 জনে 72.7 ছিল

### ব্রাইটন ও হোভের জন্য এর অর্থ কী?

গত মাসে বেড়ে ওঠা এবং কমে যাবার পরে, এই সপ্তাহে আমাদের শহরে কোভিড-19 এর নিশ্চিত হওয়া কেইস হঠাৎ করে তীব্র বৃদ্ধি পেয়েছে।

এই সপ্তাহে রেকর্ড করা বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই ৫০% এর বেশি রোগ সনাক্ত হয়েছে ১৫ থেকে ২৫ বছর বয়সী তরুণদের মধ্যে যারা এখনও টিকা পাননি।

যদিও নতুন ডেল্টা ভ্যারিয়েন্ট এবং লকডাউন বিধিনিষেধের শিথিলতার কারণে কেস রেট দেশজুড়ে বাড়ছে, আমাদের স্থানীয় বৃদ্ধি জাতীয় প্রবণতাকে ছাড়িয়ে গেছে।

সর্বাধিক দুর্বল 60+ বয়সের লোকদের মধ্যে হারগুলি কম রয়েছে। তবে আরও দুর্বল বাসিন্দাদের মধ্যে ভাইরাস ছড়িয়ে পড়া বন্ধ করতে আমাদের যুবক-যুবতী সহ সকল বয়সের ক্ষেত্রে কেস কম রাখার জন্য আমাদের যথাসাধ্য চেষ্টা করা উচিত।

### সাবধানতা: কোভিড বন্ধ করুন

এখন যেহেতু আরও সংক্রামক ডেল্টা স্ট্রেন (ধরণ) আমাদের সাথে রয়েছে, নিয়মিত লক্ষণমুক্ত পরীক্ষা, টিকা এবং কোভিডের নির্দেশিকা আরও বেশি গুরুত্বপূর্ণ।

লক্ষণ-মুক্ত পার্শ্ব প্রবাহ পরীক্ষা (লেটারাল ফ্লো টেস্টিং) সাম্প্রতিক স্থানীয় কেসগুলি সনাক্ত করেছে। প্রাথমিক সনাক্তকরণের অর্থ হ'ল কোভিড এবং তাদের সংস্পর্শে আসা ব্যক্তির ভাইরাসটির বিস্তার ধীর করতে স্ব-বিচ্ছিন্ন করতে সক্ষম হওয়া।

প্রাপ্ত ভ্যাকসিনগুলির সম্পূর্ণ কোর্স কোভিডের বিরুদ্ধে চরম সুরক্ষা প্রদান করে – ডেল্টা ভেরিয়েন্ট সহ। এই সপ্তাহে নতুন গবেষণা প্রকাশিত হয়েছে যাতে দেখা যাচ্ছে যে দুটি ডোজ হাসপাতালে ভর্তির বিরুদ্ধে অত্যন্ত কার্যকর

আমরা জানি যে লোকেরা ঘন ঘন ঘনিষ্ঠ যোগাযোগে সামাজিকীকতা করার সময় প্রচুর সংক্রমণ ঘটে থাকে।

কোভিড ভাইরাস আমাদের শ্বাসের কণায় ছড়িয়ে পড়ে যখন আমরা কথা বলি, কাশি এবং হাসি – [এই নিবন্ধটি তা ব্যাখ্যা করে](#) লোকেরা যখন একে অপরের সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ রাখে তখন এই কণায় শ্বাস নেওয়ার মাধ্যমে এই রোগটি হবার ঝুঁকি থাকে। এ কারণেই যখন আপনি অন্য ব্যক্তির সাথে

থাকেন তখন 'হাত, মুখ, স্থান, তাজা বাতাস' নির্দেশিকা মনে রাখা এত গুরুত্বপূর্ণ - ভিতরে এবং বাইরে উভয় ক্ষেত্রে।

### কোভিডকে আবার আমাদের আনন্দ নষ্ট করতে দেবেন না

- বাড়ীতে বা সপ্তাহে দু'বার লক্ষণমুক্ত (এলএফডি) পরীক্ষা নিন এবং ফলাফলটি নেতিবাচক এবং ইতিবাচক উভয়ই জানান
- কোভিড-19 উপসর্গের প্রথম লক্ষণ বা ইতিবাচক এলএফডি পরীক্ষার সাথে সাথে নিজেকে সাথে সাথে বিচ্ছিন্ন করুন এবং একটি পিসিআর পরীক্ষা বুক করুন
- আপনার পরিবার বা বাবলে নেই এমন লোকের থেকে নিরাপদ দূরত্ব রাখুন - ভিতরে এবং বাইরে উভয়ই
- বাড়ি থেকে দূরে থাকাকালীন মুখের আচ্ছাদনগুলি পরুন, আপনি যদি পারেন তবে তা পরা নিশ্চিত করুন এবং তা যাতে নাক এবং মুখ উভয়কেই সঠিকভাবে ঢেকে রাখে তা নিশ্চিত করুন।
- নিয়মিত হাত ধোনা বা হ্যান্ড জেল ব্যবহার করুন
- দরজা এবং জানালা খোলার মাধ্যমে তাজা বাতাস সঞ্চালন করতে দিন - বাইরে বাড়ীর ভেতরের চেয়ে নিরাপদ
- যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার প্রথম টিকার অ্যাপয়েন্টমেন্ট বুক করুন
- উভয় টিকার ডোজ নিন - প্রথম টিকা ভাল সুরক্ষা সরবরাহ করে তবে ভ্যাকসিনগুলি সম্পূর্ণ কার্যকর হওয়ার জন্য উভয় ডোজ প্রয়োজন।
- আপনার টিকা দেওয়ার পরে সিকল কোভিড সুরক্ষা নির্দেশিকা বজায় রাখা চালিয়ে যান।