

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

9 સપ્ટેમ્બર 2021

3 સપ્ટેમ્બરના રોજથી સાત દિવસોના અંત સુધીમાં (કે જેનો આધાર 8 સપ્ટેમ્બરના પ્રસિધ્ધ થયેલ ડેટા-માહિતી ઉપર રાખવામાં આવે છે) બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) અમારે કોવિડ-19 ના (COVID-19) નવા 876 કન્ફર્મ્ડ કે સમર્થિત કિસ્સાઓ થવા પામ્યા હતાં. આ છે:

- અગાઉના સાત દિવસો કરતાં 4% નીચા
- કે જે 100,000 રહેવાસીઓ દીઠના સમાનાર્થ કે તુલ્ય અઠવાડિક દર પ્રમાણે 300.3 કહેવાય
- સાઉથ ઈસ્ટના (South East) દર-પ્રમાણ કરતાં વધારે નીચા કે જે 100,000 દીઠ 307.6 હતાં
- ઈંગ્લેન્ડ (England) માટેના દર-પ્રમાણ કરતાં વધારે નીચા, કે જે 100,000 દીઠ 324.9 હતાં

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

શહેરમાં છેલ્લા અઠવાડિયાના સમયથી કોવિડ-19ના (COVID-19) સમર્થિત કે કન્ફર્મ્ડ કિસ્સાઓ થોડાક નીચે આવ્યા છે, અને અમારો દર ઈંગ્લેન્ડ (England) અને સાઉથ ઈસ્ટ (South East), એમ બન્ને કરતાં નીચે રહ્યો છે. આમ છતાં પણ, કેસીસની સંખ્યા ઊંચી રહી છે – કેવળ બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) નહિ, પણ સમગ્ર દેશમાં

સપ્ટેમ્બરમાં નોકરીએ અને શિક્ષણમાં પાછા આવવાથી કદાચ આવી રહેલ અઠવાડિયાઓમાં વધારે કેસીસ તરફ દોરી જઈ શકે.

શું તે શરદી કે સળોખમ છે અથવા કોવિડ (Covid) છે? જોખમ લેશો નહિ, તેનો ટેસ્ટ કરો

કૃપા કરી કોવિડ-19 ના (COVID-19) રોગના લક્ષણોની તપાસ કરી, અને જો તમને અથવા તમારા બાળકને અથવા તમે જે કોઈની સાર- સંભાળ રાખતા હોય તેની શંકા હોય તેવું જણાય કે તેમને કદાચ ચેપ લાગ્યો હોય તો જલદીથી કાર્યવાહી કરો.

તપાસ કરવા માટેના મુખ્ય લક્ષણો હોય છે:

- શરીરનું ઊંચું ઉષ્ણતામાન અથવા તાવ – પછી ભલે તે ખૂબજ હળવો હોય
- તમારી સૂંઘવાની અથવા સ્વાદ માટેની ઈન્દ્રિયમાં ખોટ- ઉણપ અથવા ફેરફાર જણાય
- કોઈ નવો અથવા સતત કે ચાલુ કફ

આવા રોગના લક્ષણો સાથે કોઈકવખત ગળામાં દરદ, ચાલુ રહેલ માથાનો દુખાવો અથવા વહી જતું નાક અને કદાચ ઠંડી સાથે કદાચ ગૂંચવણભરેલ લાગી શકે.

જો તમે વેકસીન લીધું હોય તો હજી પણ એવો કોઈ થોડોક અવકાશ રહે છે કે કદાચ તમને કોવિડ-19 (COVID-19) થયો હોય, પણ રોગના લક્ષણો થોડાક ઓછા તીવ્ર કે કઠોર જણાય અને તેની હોસ્પિટલની કેરમાં પરિણામવાની ખૂબજ ઓછી સંભાવના રહે છે.

તેવા કારણને લઈને, એ ખૂબજ મહત્વનું રહે છે કે તમે પૂરેપૂરું વેક્સિનેશન કરાવો, જેથી કરીને તમને અને જે લોકોની તમે સંભાળ લેતા હોય તેઓ આવા વાઈરસ કે અતિસૂક્ષ્મ જંતુના સંપર્કમાં આવ્યા બાદ ખૂબ ગંભીર બીમાર થઈ શકે નહિ.

કોવિડ-19 (COVID-19) રોગના પ્રથમ ચિહ્ને, PCR ટેસ્ટ કે કસોટી બુક કરાવો

જો તમને કોરોનાવાઈરસની તપાસ કરવી હોય તો તમે કોઈ એક મફત PCR ટેસ્ટ તમે સરકારની વેબસાઈટ, www.gov.uk/get-coronavirus-test ઉપર બુક કરાવી શકો છો.

તમારે કોઈ ટેસ્ટીંગ કે તપાસ કરનાર સેન્ટરમાં જવાનું હોતુ નથી, ટપાલ દ્વારા તમારા ઘરે કરવા માટે કોઈ એક પેક મોકલવામાં આવી શકે. જ્યાં સુધી પરિણામ મળે ત્યાં સુધી તમારે અવશ્ય ઘરે રહેવું પડે. આવી સ્થિતિ ખૂબજ ઝડપી હોય છે, અને ઘણુ કરીને તમને કોવિડ-19 (COVID-19) થયો છે કે નહિ તે એક અથવા બે દિવસમાં જાણી શકાય.

બીજા લોકોને આવો રોગ ફેલાય તેના જોખમ- ભય કરતાં PCR ટેસ્ટનું પરિણામ મળે તેવા થોડાક દિવસો સુધી ઘરે રહેવું સારુ કહેવાય.

જો તમે એવી કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હોય કે જેઓનું કોરોનાવાઈરસ માટેના ટેસ્ટનું પરિણામ પોઝિટિવ હોય, અને તમને કોઈ એક હેલ્થકેર પ્રફેશનલ અથવા પબ્લિક હેલ્થ, કોન્ટેક્ટ ટ્રેસર દ્વારા ટેસ્ટ કરાવવાની વિનંતી કરવામાં આવેલ હોય તો તમારે PCR ટેસ્ટ કરાવવો જોઈએ.

જ્યારે તમને કોઈ રોગના લક્ષણો ન જણાય ત્યારે લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરો

તમારા રૂટીન કે નિત્યક્રમના ભાગરૂપે અઠવાડિયામાં બે વખત લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટીંગ કરાવો, ખાસ કરીને જો તમે બહાર એવા સ્થળોએ જતા હોય કે જ્યાં તમે તમારી સાથે રહેતા ન હોય તેવા લોકો સાથે મિક્સ થતા હોય. આવા લેટરલ ફ્લો (કે જેને LFD પણ કહેવામાં આવે છે) ટેસ્ટસ કે કસોટીઓ કોવિડ-19 ને (COVID-19) શોધી શકે કે જેમાં રોગના લક્ષણો ન હોય. રોગની સામે અમારી સુરક્ષા કે બચાવનું (ડિફેન્સ) તે કોઈ મહત્વનું સાધન કે શસ્ત્ર છે, કારણકે આવો વાઈરસ પકડી લેવામાં આવતા ત્રણ લોકોમાંના કોઈ એકને આવા મહત્વના લક્ષણો હોતા નથી, અથવા તે ખૂબજ હળવા હોઈ શકે.

લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટસ કે કસોટીઓ મફત હોય છે, અને તે જ્યૂબિલિ લાઈબ્રેરી (Jubilee Library) અને શહેરની આસપાસ આવેલ ફાર્મસિઓમાંથી મેળવી શકાય – કેવળ કાઉન્ટર ઉપર વિનંતી કરવાથી. તમને તે ઘરે મોકલી શકાય તે માટે સરકારની વેબસાઈટ www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests ઉપર તે ઓર્ડર કરી શકાય.