

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

16 સપ્ટેમ્બર 2021

16 સપ્ટેમ્બરના રોજથી સાત દિવસો સુધીમાં (કે જેનો આધાર 15 સપ્ટેમ્બરના પ્રસિધ્ધ થયેલ ડેટા- માહિતી ઉપર રાખવામાં આવે છે) બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) અમારે કોવિડ-19 ના (COVID-19) નવા 724 કન્ફર્મ્ડ કે સમર્થિત કિસ્સાઓ થવા પામ્યા હતાં. આ છે:

- અગાઉના સાત દિવસો કરતાં 18% નીચા
- કે જે 100,000 રહેવાસીઓ દીઠના સમાનાર્થ કે તુલ્ય અઠવાડિક દર પ્રમાણે 247.8 કહેવાય
- સાઉથ ઈસ્ટના (South East) કરતાં વધારે નીચા કે જે 100,000 દીઠ 259.8 હતાં
- ઈંગ્લેન્ડ (England) માટેના દર-પ્રમાણ કરતાં વધારે નીચા, કે જે 100,000 દીઠ 308.3 હતાં

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

શહેરમાં સમર્થિત કે બહાલી આપવામાં કોવિડ-19 ના (COVID-19) કિસ્સાઓની સંખ્યા ગયા અઠવાડિયે વળી પાછી ઓછી થઈ કે જે આવકારલાયક સમાચાર કહેવાય. આમ છતાં પણ, જો કે દર હન્ડ્રેડ થાઉઝન્ડ લોકોનો સરેરાશ દર- પ્રમાણ ઈંગ્લેન્ડના (England) દર-પ્રમાણ કરતાં હાલ ઓછો રહ્યો છે, છતાં પણ આપણી વસ્તીમાં આવા સૂક્ષ્મજંતુ કે વાઈરસની હાજરી રાહત કે આશ્વાસન આપવા માટે ખૂબજ કહેવાય.

કોવિડ-19 (COVID-19) સામે આપણો શ્રેષ્ઠ બચાવ કે સુરક્ષા એ વેક્સીન છે

વેક્સિનેશન એ તંદુરસ્ત અને સલામત રહેવા માટેનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ હોવાનો પુરાવો છે તેથી આપણે બધા કોઈ એક સામાન્યરીતે જીવનમાં આનંદ માણવાનું ચાલુ રાખી શકીએ. તે હોસ્પિટલમાં દાખલ થવામાં અને ગંભીર બીમારી અટકાવવામાં ખૂબજ અસરકારક રહ્યું છે. જો તમે હજી પણ વેક્સીન લેવાની શરૂઆત કરી ન હોય તો, કૃપા કરી તે કોઈ પણ વધારે સમય માટે મુલતવી રાખશો નહિ.

આ અઠવાડિયે સરકારે 12 થી 15 વર્ષની વયના બાળકોનો સમાવેશ કરી આવા વેક્સિનેશનના કાર્યક્રમ કે પ્રોગ્રામને વિસ્તૃત કરેલ છે. આવા 12 થી 15 વર્ષની વયનાઓ માટે વેક્સિનેશનની વધારે વિગતો સાથે સ્કૂલો માબાપાનો સંપર્ક કરશે.

વલ્નરેબલ કે નિર્બળ અને મોટી ઉંમરના લોકોના જૂથ માટે બૂસ્ટર વેક્સિનેશન (કે જે ત્રીજો વેક્સીન ડોઝ) પણ હવે મળી રહેશે. આવા બૂસ્ટર વેક્સિનેશનની વધારે વિગતો સાથે તે કયાં અને કયારે તેઓને મળી શકશે તે માટે NHS યોગ્યતા ધરાવતા પુખ્તવયનાઓનો સંપર્ક કરશે.

બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) વેક્સીન લેવા માટે ઘણા બધા સ્થળો છે. 16 વર્ષની ઉંમરના દરેકેદરેક વોક-ઇન કે ચાલીને જઈ શકાય તેવા અથવા વેક્સીન લેવા આગળથી ચર્ચીલ સ્ક્વેર વેક્સિનેશન સેન્ટરમાં (Churchill Square vaccination centre) બુક કરાવી શકે, કે જે અઠવાડિયાના સાત દિવસોએ સવારના 8.30 વાગ્યાથી સાંજના 7 વચ્ચે હોય છે.

ચાલીને જઈ શકાય કે વોક- ઈન વેક્સિનેશનની એપોઈન્ટમેન્ટો પણ મબાઈલ સને પોપ- અપ વેક્સિનેશન ક્લિનિક્સમાં, બ્રાઈટન રેસકોર્સ (Brighton Racecourse) અને શહેરની આસપાસ રહેલ અમુક ફાર્મસિઓમાં (કેમિસ્ટો) મળી રહે છે. સ્થળો, તારીખો અને આવા બધાજ સ્થળોના સમય કે જ્યાં તમને તમારું પ્રથમ અને બીજું જેબ્સ બ્રાઈટન અને હોવ (Brighton & Hove) અને તેની આજુબાજુના વિસ્તારોમાં મળી રહે તેની યાદી ([ધ સસેક્સ હેલ્થ એન્ડ કેર](#)) [the Sussex Health and Care](#) વેબસાઈટ ઉપર હોય છે.

સારી કે સંતોષકારક આરોગ્યશાસ્ત્રની ટેવો જાળવી રાખો

ચાલો આવા સમગ્ર પેન્ડેમિક કે આખી દુનિયામાં ફેલાયેલ રોગમાં આપણે સંપાદન કરેલ સારી ટેવો જાળવી રાખીએ:

- જો તમે અંદર મળતા હો તો તાજી હવાને અંદર આવવા દો અથવા જો બની શકો તો તમે બહાર મળો
- ગિરદીવાળી અને બંધિયાર જગ્યાઓમાં મોઢા ઉપરનું આવરણ પહેરો કે જ્યાં તમે સામાન્યરીતે મળતા ન હોય તેવા લોકોના સંપર્કમાં આવતા હોય
- જો તમને કોઈ પણ કોવિડ-19ના (COVID-19) લક્ષણો જણાય તો PCR ટેસ્ટ કરાવો અને સ્વયં-એકાંતવાસ રાખો
- જો તમને સૂચના આપવામાં આવી હોય કે તમે કોઈ એક વ્યક્તિના ગાઢ સંપર્કમાં આવ્યા છો કે જેઓનો ટેસ્ટ પોઝિટિવ હતો તો શક્ય હોય તેટલી જલદીથી PCR કરાવો અને જરૂર જણાતા સ્વયં-એકાંતવાસ રાખો
- જો તમને અસ્વસ્થતા લાગે તો ઘરે રહો
- તમારા હાથો સાબુ અને પાણીથી સાફ કરો અથવા નિયમિતરીતે સમગ્ર દિવસ દરમિયાન હાથના સેનિટાઈઝરનો ઉપયોગ કરો.