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

14 ઓકટોબર 2021

8 ઓકટોબરના રોજથી 7 દિવસો સુધીમાં (કે જેનો આધાર 13 ઓકટોબરના પ્રસિધ્ધ થયેલ ડેટા- માહિતી ઉપર રાખવામાં આવે છે) બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) અમારે કોવિડ-19 ના (COVID-19) નવા 730 કન્ફર્મડ કે સમર્થિત કિસ્સાઓ થવા પામ્યા હતાં. આ છેઃ

- આગળના સાત દિવસોમાં10.3% વધારે કે ઊંચા
- કે જે 100,000 રહેવાસીઓ દીઠના સમાનાર્થ કે તુલ્ય અઠવાડિક દર પ્રમાણે 250.2 કહેવાય
- સાઉથ ઈસ્ટ (South East) માટેના કરતાં વધારે ઓછા કે જે 100,000 દીઠ 350 હતાં
- ઈંગ્લેન્ડ (England) માટેના દર- પ્રમાણ કરતાં વધારે ઓછા, કે જે 100,000 દીઠ 366.8 હતાં

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

એકંદરે દર- પ્રમાણમાં ચઢઉતર થવાનું ચાલુ રહયુ છે. ગયા અઠવાડિયે નાનો ઘટાડો કે ડ્રોપ થયા બાદ, છેલ્લા સાત દિવસોમાં વળી પાછા કોવિડ-19 (Covid-19) ના પોઝિટિવ કિસ્સાઓમાં વધારો થયો છે.

બ્રાઈટન અને હોવમાં (Brighton & Hove) સાઉથ ઈસ્ટ (South East) અને ઈંગ્લેન્ડ (England) કરતાં દર- પ્રમાણ ઓછુ છે. બીજા વિસ્તારોની જેમ સરખા, માધ્યમિક સ્કૂલના વયના બાળકોની અંદર અમારો સ્થાનિક દર- પ્રમાણ સૌથી ઊચો રહયો છે.

કોવિડ (Covid) હજી પણ આજુબાજુમાં રહયો છે, અને આવો વાઈરસ હજી પણ ઘણા માણસોમાં રહયો છે, પણ તેમાં રોગના લક્ષણો નથી. હું તમને બધાને નિયમિતરીતે ટેસ્ટીંગ કે કસોટી કરવા માટે પ્રોત્સાહન કરુ છું, જેથી કરીને જો તમને કોવિડ (Covid) હોય તો તમે જલદીથી જાણી શકો અને એકલા રહો, જેથી કરીને તમે તે મિત્રો, કુટુંબ- પરિવાર અને સાથીદારોમાં ફેલાવો નહિ.

ફેલાવો ઓછો કરવામાં મદદરૂપ બનવા તમે શું કરી શકો

જયારે તમને તમારા કોવિડ (Covid) વેકસીન્સ અને બુસ્ટર ઓફર કરવામાં આવે ત્યારે તે લઈ લો. કોવિડ (Covid) બુસ્ટર હાલમાં 50 વર્ષની ઉપરનાઓને, હેલ્થ અને સોશ્યલ કેર વર્કરોને અને જેઓને અંદરની આરોગ્યની સ્થિતિ હોય તેઓને મળી રહે છે, જો તે તમારા 2 જેબના 6 મહિનાનો સમય થયો હોય, તમે ઓનલાઈન ઉપર બુક કરાવી શકો અથવા ચાલીને જઈ શકાય તેવા વોક- ઈન સેશનો દરરોજ સ્થાનિકરીતે મળી રહે છે. તમારા વેકસીન્સ મેળવવા વધારે માહિતી મેળવો વિષે.

ગિરદીવાળા અથવા બંધિયાર સ્થાનોમાં મોઢા ઉપરનું કવરિંગ કે આવરણ રાખો, ખાસ કરીને બિઝિ બસો અને ટ્રેનમાં. તે કેવળ તમારા રક્ષણ વિષે નહિ, તે બીજાને સુરક્ષિતતાની ખાતરી કરવામાં મદદરૂપ બની શકે

જયાં શકય બને ત્યાં બહાર મળો, અથવા તાજી હવા આવવા દેવા બારી ખોલો.

અઠવાડિયામાં બે વખત લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટ લેવાનું ચાલુ રાખો, પછી ભલે તમને લક્ષણો ન હોય, તેથી તમે જાણી શકો કે તમે સ્પષ્ટરીતે જાણ્યા વગર કોવિડ (Covid) ફેલાવતા નથી.

- તમારા ઘરે પહોંચતા કરવામાં આવે માટે ઓનલાઈન ઉપર ફ્રી કે મફત ટેસ્ટ પેકસ ઓર્ડર કરો
- જયૂબિલિ લાઈબ્રરિ (Jubilee Library) અથવા હોવ ટાઉનહોલમાંથી (Hove Town Hall) પેકસ લઈ લો

- કોઈ એક ફાર્મસિમાંથી પેકસ મેળવો – તમને હવે ફાર્મસિમાંથી ટેસ્ટસ લેતા પહેલાં કલેકટ કોડ માટે રજિસ્ટર કરવાની જરૂર રહે છે.
- ફાર્મસિમાંથી નિરીક્ષણ કરવામાં આવેલ ટેસ્ટ મેળવો
- વિધાર્થીઓ અને સ્ટાફે તેઓની સ્કૂલમાંથી તેઓના ટેસ્ટસ કે કસોટીઓ મેળવવી જોઈએ.

જો તમને રોગના લક્ષણો જણાય પછી ભલે તે હળવા હોય અથવા જો તમે લેટરલ ફલો ટેસ્ટમાંથી તમારો ટેસ્ટ પોઝિટિવ રહે તો PCR ટેસ્ટ કરાવો. પછી ઘરે રહો અને જો તમારો પોઝિટિવ ટેસ્ટ હોય તો 10 દિવસો સુધી એકલતા રાખો. જો તમને રોગના કોઈ પણ લક્ષણો જણાય તો તે મહત્વનું બને છે કે તમે PCR ટેસ્ટ કરાવો, અને LFD હોમ ટેસ્ટ કિટસનો ઉપયોગ કરશો નહિ. PCR ટેસ્ટ વધારે સંવેદનશીલ હોય છે કારણકે તેનું પૃથ્થકરણ લેબમાં કરવામાં આવે છે.

કોઈ એક પોઝિટિવ ટેસ્ટવાળી વ્યક્તિના ગાઢ સંપર્કમાં આવ્યા હોય તો PCR ટેસ્ટ કરાવવો જોઈએ પછી ભલે તમને કોઈ લક્ષણો હોય કે નહિ. જો તમે ગાઢ સંપર્કમાં રહયા હોય, અને પૂરેપૂરું વેકસીન લીધુ નહિ હોય તો તમારે ઘરે રહી અને 10 દિવસો સુધી સ્વયં-એકાંતવાસ રાખવો જોઈએ. પછી ભલે તમારો PCR નેગટિવ હોય. જો તમારો સંપર્ક કરવામાં આવ્યો હોય અને પૂરેપૂરું વેકસીન લીધુ હોય (કે જેમાં તમે બે અઠવાડિયા કરતાં વધારે સમયે તમારો દ્વિતીય ડોસ લીધો હોય), અથવા જો તમે 18 વર્ષ અને 6 મહિનાઓ હેઠળ હોય તો, જયારે તમે તમારું PCR પરિણામ મેળવવા રાહ જોતા હોય તો તમારે સ્વયં- એકાંતવાસ રાખવાની જરૂર રહેતી નથી.