

## بيان أسبوعي من هيئة الصحة العامة بناءً على حالات الكورونا

4 نوفمبر 2021

في الأيام السبعة حتى 29 أكتوبر (بناءً على البيانات المنشورة في 3 نوفمبر)، كان لدينا 1174 حالة جديدة مؤكدة لعدوى الكورونا في برايتون وهوف. هذا يعني:

- أقل بنسبة 5.3٪ في السبعة أيام الماضية
- ما يعادل معدل أسبوعي 402.4 لكل 100,000 مواطن
- أقل من الجنوب الشرقي والذي كان 454.3 لكل 100,000 مواطن
- أقل من مستوى إنجلترا الذي كان 415.4 لكل 100,000 مواطن

ماذا يعني هذا لبرايون وهوف؟

على الرغم من أن البيانات تظهر انخفاضًا طفيفًا، إلا أن معدل الإصابة لدينا مماثل للأسبوع الماضي ولا يزال مرتفعًا.

الحالات هي الأعلى في سن المدرسة الثانوية، ولكنها في ارتفاع سريع في سن المدرسة الابتدائية. لذلك يقدم فريق الصحة العامة النصائح التالية للعائلات التي لديها أطفال صغار.

يجب على جميع أفراد الأسرة الذين تبلغ أعمارهم 11 عامًا أو أكثر إجراء اختبارات LFD مرتين في الأسبوع للمساعدة في تحديد العدوى في مرحلة مبكرة وكسر سلسلة الانتقال.

أنصح العائلة أو الأصدقاء الأكبر سنًا والأشخاص المعرضين للإصابة بالحصول على الجرعة المنشطة للقاح بمجرد أن يكونوا مؤهلين لذلك (182 يومًا من تاريخ تلقي الجرعة الثانية) لزيادة حمايتهم ضد عدوى الكورونا وكذلك لقاح الإنفلونزا.

هناك تغييرات بسيطة يمكننا إجراؤها على سلوكياتنا أيضًا.

قد يكون الجو باردًا جدًا في بعض الأحيان للالتقاء بالآخرين الخارج، ولكن يرجى فتح نافذة للسماح بدخول الهواء النقي. شجع كل فرد في الأسرة على غسل أيديهم بانتظام وشجع الصغار على فعل الشيء نفسه. حيث أن عدد الإصابات مرتفع، فمن الجيد تجنب إقامة الحفلات الكبيرة والمبيت عند الآخرين. استمر في ارتداء قناع الوجه حيثما تريد أن تكون قريبًا من أشخاص ليسوا من أفراد منزلك. وكما هو الحال دائمًا، إذا كانت لديك أي أعراض للكورونا، مهما كانت خفيفة، يرجى عدم الذهاب إلى المدرسة والبقاء في المنزل وإجراء اختبار الـ (PCR).

من فضلك ضع في اعتبارك جميع الأشخاص الذين تتواصل معهم. الأجداد الذين يعتنون بأطفالك، والأصدقاء الذين تقابلهم، والأقارب الذين تزورهم، والأشخاص بجوارك في الحافلة أو أمامك في قائمة الانتظار في السوبر ماركت وأولئك الذين يأتون إلى منزلك للزيارة أو العمل. فكر فيهم وافعل ما بوسعك لحمايتهم.

ما يمكنك القيام به للمساعدة في تقليل حالات الإصابة بفيروس الكورونا والتقليل من انتشاره

قم بالحصول على لقاحات الكورونا، والجرعة المنشطة، ولقاح الإنفلونزا عندما يُعرض عليك ذلك.

• الجرعات الأولى والثانية (بعد 8 أسابيع) متاحة [للحجز عبر الإنترنت](#) أو [قم بالبحث عن مواقع التطعيم بدون موعد في جميع أنحاء المدينة](#).

• الجرعات المنشطة متاحة للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 50 عامًا أو أكثر، والعاملين في مجال الرعاية الصحية والاجتماعية وأولئك الذين يعانون من ظروف صحية معينة في حالة مرور 182 يوماً (6 أشهر واسبوع) على تلقي الجرعة الثانية. يمكنك [حضور جلسة بدون حجز موعد مسبق](#) ولكن يرجى الاخذ في الاعتبار أن العديد من الجلسات مشغولة حاليًا، لذا من الأفضل [حجز موعد](#) لتجنب الانتظار الطويل.

• يتم تنظيم التطعيمات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و15 عامًا من خلال المدارس أو بالإمكان الآن حجز موعد من خلال خدمة الحجز القومية. [تعرف على المزيد حول اللقاحات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و15 عامًا](#).

• لقاحات الإنفلونزا مجانية أيضًا ومتاحة للعديد من الأشخاص. [تعرف على من يستحق وكيفية الحجز](#). كثير من الناس مؤهلون للحصول على لقاح الإنفلونزا والجرعة المنشطة للقاح الكورونا. إذا عُرض عليك كلا اللقاحين، فمن الآمن تناولهما في نفس الوقت.

قم بارتداء قناع الوجه في الأماكن المزدحمة أو المغلقة، بما في ذلك الحافلات والقطارات المزدحمة. لا يقتصر الأمر على حماية نفسك فحسب، بل يمكن أن يساعد أيضًا في التأكد من شعور الآخرين بالآمان.

[التقى بالآخرين بالخارج حيثما أمكن ذلك، أو اترك المجال لدخول الهواء النقي.](#)

يجب على كل شخص يبلغ من العمر 11 عامًا أو أكثر إجراء اختبارات التدفق الجانبي مرتين أسبوعيًا والإبلاغ عن جميع النتائج. إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، يجب عليك عزل نفسك وطلب اختبار PCR.

• [قم بطلب مجموعة الاختبار المجانية عبر الإنترنت](#) ليتم تسليمها لك في المنزل

• يمكنك الحصول على مجموعة الاختبار من مكتبة Jubilee أو Hove Town Hall

• قم بالحصول على مجموعة الاختبار من الصيدلية - تحتاج إلى [التسجيل للحصول على كود الاستلام قبل استلام الاختبارات من الصيدلية](#)

• [قم بالقيام بالاختبار تحت الاشراف في الصيدليات](#)

قم بإجراء اختبار الـ PCR إذا كان لديك أي أعراض، حتى ولو كانت خفيفة، أو إذا كانت نتيجة اختبار التدفق الجانبي إيجابية. ثم ابق في المنزل وعزل نفسك لمدة 10 أيام إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية. إذا كان لديك أية أعراض، فمن المهم إجراء اختبار الـ PCR ولا تستخدم مجموعات الاختبار المنزلي LFD.

يجب إجراء اختبار الـ (PCR) على الأشخاص الذين على اتصال عن قرب مع شخص ثبتت إصابته. إذا كنت على اتصال عن قرب مع شخص مصاب ولم يتم تطعيمك بالكامل، فيجب عليك البقاء في المنزل والعزل الذاتي لمدة 10 أيام، حتى لو كانت نتيجة اختبار الـ PCR سلبية. إذا كنت على اتصال مع شخص مصاب وتم تطعيمك بالكامل (وفي حين تلتقيت جرعتك الثانية منذ أكثر من أسبوعين) أو إذا كان عمرك أقل من 18 عامًا و6 أشهر، فلن تحتاج إلى عزل نفسك أثناء انتظار نتيجة اختبار الـ PCR.