

Cotygodniowe oświadczenie zespołu ds. zdrowia publicznego w oparciu o przypadki Covid-19

4 listopada 2021 r.

W ciągu siedmiu dni do 29 października (na podstawie danych opublikowanych 3 listopada), na terenie Brighton i Hove mieliśmy 1174 potwierdzone nowe przypadki Covid-19.

Oznacza to, że:

- zanotowano 5,3% spadek w porównaniu do poprzedniego tygodnia
- wskaźnik tygodniowych przypadków wynosi 402,4 na 100 000 mieszkańców
- jest on niższy niż średni wskaźnik dla regionu południowo-wschodniego, który wynosi 454,3 na 100 000 mieszkańców
- jest on niższy niż średni wskaźnik dla Anglii, który wynosi 415,4 na 100 000 mieszkańców

Co to oznacza dla Brighton i Hove

Co prawda zanotowano niewielki spadek, ale liczba zachorowań w mieście jest zbliżona do zeszłotygodniowej i utrzymuje się na wysokim poziomie.

Najwięcej zachorowań odnotowuje się u młodych osób w wieku ponadpodstawowym, ale ich liczba szybko rośnie również wśród dzieci uczęszczających do szkół podstawowych. Z tego powodu zespół ds. zdrowia publicznego udziela następujących porad rodzinom z małymi dziećmi.

Wszyscy członkowie rodziny w wieku 11 i więcej lat powinni wykonywać testy przepływu bocznego dwa razy w tygodniu, aby pomóc w wykryciu infekcji na wczesnym etapie i przerwać łańcuch przenoszenia choroby.

Starszym członkom rodziny lub przyjaciółom oraz tym, którzy są narażeni na zachorowanie należy przypomnieć o tym, aby jak najszybciej zaszczepili się trzecią dawką, jak tylko będą mogli to zrobić (po 182 dniach od otrzymania drugiej dawki), aby zwiększyć swoją ochronę przed koronawirusem; osoby te powinny się również zaszczepić przeciwko grypie.

Są też inne, proste zmiany, które możemy wprowadzić w naszym zachowaniu.

Czasami jest być zbyt zimno, aby spotykać się na zewnątrz, dlatego warto otworzyć okno, aby wpuścić świeże powietrze do środka. Namawiamy wszystkich w rodzinie, w tym najmłodszych, do regularnego mycia rąk. Liczba zachorowań jest wysoka, dlatego warto unikać organizowania dużych imprez i zostawania na noc poza domem. Nośmy maseczki zawsze wtedy, gdy przebywamy w pobliżu osób spoza naszego gospodarstwa domowego. Poza tym, w przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów koronawirusa, nie idź do szkoły, zostań w domu i wykonaj test PCR.

Prosimy o to, abyście wzięli pod uwagę wszystkich ludzi, z którymi jesteście w kontakcie. Dziadkowie, którzy opiekują się waszymi dziećmi, przyjaciele, z którymi się spotykacie, krewni, których odwiedzacie, ludzie siedzący obok was w autobusie

lub stojący przed wami w kolejce w supermarkecie oraz ci, którzy przychodzą do waszych domów lub kontaktujecie się w pracy. Pomyśl o nich i zrób, co możesz, aby zapewnić im ochronę.

Co można zrobić, aby ograniczyć liczbę przypadków i rozprzestrzenianie się choroby

Poddawaj się szczepieniom i przyjmij trzecią dawkę oraz szczepienie przeciwko grypie, gdy zostanie ci ona zaproponowana.

- Pierwszą i drugą dawkę (po upływie 8 tygodni) można [zarezerwować przez internet](#) lub [znaleźć punkt walk-in na terenie miasta](#).
- Trzecia dawka szczepionki jest obecnie dostępna dla osób powyżej 50 roku życia, pracowników służby zdrowia i opieki społecznej oraz osób z chorobami współistniejącymi, o ile od otrzymania drugiej dawki minęły już 182 dni (6 miesięcy i 1 tydzień). Istnieje możliwość [udania się do punktu walk-in](#), ale należy pamiętać, że wiele terminów jest obecnie zajętych, dlatego najlepiej [zarezerwować wcześniej termin szczepienia](#), aby uniknąć długiego oczekiwania.
- Szczepienia dla większości dzieci w wieku 12-15 lat są organizowane za pośrednictwem szkół, ale możliwe jest również skorzystanie z krajowego systemu rezerwacji. [Dowiedz się więcej o szczepieniach dla osób w wieku 12-15 lat](#).
- Szczepionki przeciw grypie są również dostępne i bezpłatne dla wielu osób. [Sprawdź, kto się kwalifikuje i jak zarezerwować](#). Wiele osób kwalifikuje się do otrzymania zarówno szczepionki przeciwko grypie, jak i trzeciej dawki szczepionki na koronawirusa. Jeśli zaproponowano ci obie szczepionki, bezpiecznie jest przyjąć je w tym samym czasie.

W ruchliwych lub zamkniętych miejscach warto zakładać maseczkę, zwłaszcza w zatłoczonych autobusach i pociągach. Nie chodzi tylko o ochronę siebie, ale także o zapewnienie poczucia bezpieczeństwa innym.

W miarę możliwości spotykaj się z innymi osobami na zewnątrz lub wpuszczaj świeże powietrze do środka.

Każda osoba w wieku 11 i więcej lat powinna wykonywać testy przepływu boczego dwa razy w tygodniu i zgłaszać wyniki. Osoby, które uzyskają wynik pozytywny, muszą rozpocząć samoizolację i zamówić test PCR.

- [zamów bezpłatne testy przez internet](#), które zostaną przesłane do domu
- odbierz pakiety testowe w bibliotece Jubilee Library lub w ratuszu Hove Town Hall
- odbierz pakiet testowy z apteki - obecnie trzeba [zarejestrować się przed odebraniem testów z apteki](#)
- [zrób test pod nadzorem w aptece](#)

Wykonaj test PCR, gdy występują jakiegokolwiek objawy, nawet jeśli są łagodne, lub gdy wynik testu przepływu boczego jest pozytywny. W przypadku pozytywnego wyniku testu należy pozostać w domu i dokonać samoizolacji przez 10 dni. W przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów naprawdę ważne jest, aby

wykonać test PCR i nie korzystać z domowych zestawów testów przepływu bocznego LFD.

Bliskie kontakty osób, u których test dał wynik pozytywny, powinny wykonać test PCR. Jeśli jesteś osobą z bliskiego kontaktu, która nie jest w pełni zaszczepiona, należy pozostać w domu i dokonać samoizolacji przez 10 dni, nawet jeśli wynik badania PCR jest negatywny. Jeśli jesteś w pełni zaszczepioną osobą bliskiego kontaktu (ponad dwa tygodnie po otrzymaniu drugiej dawki) lub jeśli masz mniej niż 18 lat i 6 miesięcy, nie musisz dokonywać samoizolacji w oczekiwaniu na wynik testu PCR.