

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

11 listopada 2021 r.

W ciągu siedmiu dni do 5 listopada (na podstawie danych opublikowanych 10 listopada), na terenie Brighton i Hove mieliśmy 899 potwierdzonych nowych przypadków Covid-19.

Oznacza to, że:

- zanotowano 23% spadek w porównaniu do poprzedniego tygodnia
- wskaźnik tygodniowych przypadków wynosi 308,2 na 100 000 mieszkańców
- jest on niższy niż średni wskaźnik dla regionu południowo-wschodniego, który wynosi 379,2 na 100 000 mieszkańców
- jest on niższy niż średni wskaźnik dla Anglii, który wynosi 356,1 na 100 000 mieszkańców

Co to oznacza dla Brighton i Hove

Dobrze jest widzieć kolejny spadek ogólnej liczby przypadków w tym tygodniu, ale nasze wskaźniki są nadal wysokie, zwłaszcza wśród dzieci w wieku szkolnym.

Aby powstrzymać wzrost liczby zachorowań, ważne jest, abyśmy reagowali na wszelkie oznaki koronawirusa i upewnili się, że każda osoba, u której wystąpiły objawy, wykona testy i przeprowadza samoizolację.

Koronawirus, obok grypy i zimowych przeziębień, stał się ostatnio bardzo powszechny, dlatego trudno powiedzieć, którą konkretnie z tych chorób zaraziliśmy się.

Choroba ujawnia się w różny sposób, ale typowe jej objawy to ciągły kaszel, wysoka temperatura, a także utrata/zmiana zmysłu smaku lub zapachu.

Często towarzyszą im inne, rzadziej spotykane objawy, takie jak ból głowy, choroba, bóle mięśni, ból gardła lub katar, które łatwo pomylić z przeziębieniem lub grypą.

W przypadku zauważenia któregośkolwiek z głównych objawów koronawirusa, nawet łagodnego, należy jak najszybciej zamówić test PCR i pozostać w domu do czasu otrzymania wyniku. A jeśli przyjaciele, rodzina lub współpracownicy zaczną uskarżać się na złe samopoczucie, proszę im przypomnieć, aby się przebadali.

Jeśli nie czują się Państwo dobrze, ale okaże się, że to nie jest koronawirus, to i tak najlepiej jest pozostać w domu, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się infekcji na innych.

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 8 tygodniach) 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 szczepienie](#), 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 jedynie o ochronę siebie, ale także o zapewnienie poczucia bezpieczeństwa innym.

W miarę możliwości spotykać się z innymi osobami na zewnątrz lub wpuszczać 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 boczego 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 dał wynik 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.

