

بهروز شده کووید- ۲۵ نوامبر ۲۰۲۱

طی ۷ روز منتهی به ۱۹ نوامبر (بر اساس داتای منتشر شده در ۲۴ نوامبر)، ما در برایتون و هوو شمار ۱۳۳۹ مورد تأیید شده کووید-۱۹ جدید داشته‌ایم. به شرح زیر:

- ۲۵٪ افزایش در مقایسه با میزان ۷ روز قبل
- برابر با میزان هفتگی ۴۵۹ مورد در هر ۱۰۰,۰۰۰ نفر از ساکنان
- کمتر از میزان جنوب شرقی کشور، که ۵۱۷ مورد بود در هر ۱۰۰,۰۰۰ نفر
- کمتر از میزان کلی انگلستان، که عبارت بود از ۴۲۴ مورد در هر ۱۰۰,۰۰۰ نفر

آنچه برای کمک به پائین نگاهداشتن موارد کووید میتوانیم انجام دهیم

هرگاه به شما پیشنهاد دریافت واکسن و ویروس کووید، دوز تقویتی و واکسن آنفلوآنزا شد، آنرا دریافت کنید.

- دوزهای اول و دوم در دسترس هستند که از راه آنلاین آنها را رزرو کنید یا یک مرکز مراجعه مستقیم و بدون قرار قبلی را در نزدیکی خودتان پیدا کنید.
- کسانی که سنشان ۱۸ یا بیشتر است یا در سهام آینده ۱۸ ساله میشوند میتوانند ۸ هفته پس از دوز اول، دوز دوم را دریافت کنند.
- کسانی که سنشان ۱۶ و ۱۷ سال است اکنون میتوانند ۱۲ هفته یا بیشتر پس از دریافت دوز اول، دوز دوم خود را دریافت کنند.
- بوسترهای تقویتی کووید برای همه افراد ۴۰ ساله و بالاتر، کارمندان بهداشت و مراقبتهای اجتماعی و کسانی که شرایط نهفته بیماری دارند، در دسترس است، مشروط بر اینکه مدت ۱۸۲ روز (یعنی ۶ ماه و ۱ هفته) از دریافت دوز دوم واکسن آنها سپری شده باشد. مراکز مراجعه مستقیم واکسیناسیون در دسترس هستند یا میتوانید برای دریافت آن قرار قبلی تعیین نمایید.
- امکان واکسیناسیون برای افراد ۱۲-۱۵ ساله از راه مدارس فراهم شده است و یا هم اکنون میتوانید از طریق سرویس ملی رزرواسیون، قراری برای آن تعیین کنید.
- واکسنهای آنفلوآنزاهم برای بسیاری از مردم در دسترس و مجانی است. ببینید چه کسانی استحقاق آنرا دارند و چگونه میشود آنرا رزرو نمود. دریافت همزمان واکسنهای کووید-۱۹ و آنفلوآنزا باهم، سالم است. لطفاً هر اندازه زودتر که ممکن باشد آنها را دریافت کنید.

در مکانهای شلوغ یا در بسته، شامل وسایل نقلیه عمومی، به صورت خود ماسک بزنید. این کار تنها برای محافظت خودتان و دیگران نیست، بلکه کمک میکند مطمئن شوید که دیگران هم احساس امنیت میکنند.

هرجا که ممکن باشد، در خارج ساختمان با دیگران ملاقات ننمایید، یا اجازه دهید هوای تازه داخل شود.

همچنان تست جریان جانبی را دوبار در هفته انجام دهید بویژه هنگامی که با ساکنان خانه‌های دیگر یا با کسانی معاشرت میکنید که در معرض خطر بیشتری هستند. لطفاً همه نتایج را گزارش کنید و چنانچه نتیجه تست شما مثبت بود، باید خود را منزوی نمایید و درخواست یک تست پی سی آر کنید.

- بسته‌های مجانی تست را بطور آنلاین درخواست کنید تا آنرا به آدرس منزلتان بفرستند
- بسته‌های مزبور را از کتابخانه جیوبیلی یا سالن شهرداری هوو بگیرید
- بسته‌های تست را از یک داروخانه بگیرید - لازم است قبل از گرفتن تستها از داروخانه، برای دریافت کد ویژه‌ی گرفتن تست، ثبت نام بعمل آورید
- یک تست نظارت شده از داروخانه دریافت کنید

اگر هرگونه نشانه‌ای از کووید داشتید حتی اگر علائم آن ملایم بود و یا انجام تست جریان جانبی شما مثبت بود، در هر دو صورت یک تست پی سی آر انجام دهید. اگر جواب آنها مثبت در آمد، مدت ۱۰ روز در منزل بمانید و

خود را منزوی کنید. چنانچه نشانه‌ای از کووید دارید، ضروری است که یک تست پی سی آر انجام دهید و از بسته‌های تست خانگی جریان جانبی یعنی ال اف دی استفاده نکنید.

کسانی که ارتباط نزدیک با کسی داشته باشند که نتیجه تست او مثبت باشد، باید یک تست پی سی آر انجام دهند. اگر شما ارتباط نزدیک داشته اما بطور کامل واکسینه نشده‌باشید، باید بمدت ۱۰ روز در منزل مانده خود را منزوی کنید حتی اگر نتیجه تست پی سی آر شما منفی هم باشد.

اگر ارتباط نزدیک داشته اما بطور کامل واکسینه شده‌باشید (مشروط بر اینکه دومین دوز واکسن خود را بیش از دو هفته پیش از آن دریافت کرده‌باشید) یا سنتان زیر ۱۸ سال و ۶ ماه باشد، دیگر تا زمانیکه نتیجه تست پی سی آر را دریافت می‌کنید لازم نخواهد بود خود را منزوی کنید.