

## কোভিড-19 কেসের উপর ভিত্তি করে জনস্বাস্থ্যের দল কর্তৃক সাপ্তাহিক বিবৃতি

22 এপ্রিল 2021

16 এপ্রিল পর্যন্ত সাত দিনে (20 এপ্রিল প্রকাশিত তথ্যের উপর ভিত্তি করে) আমাদের কাছে রাইটন ও হোভে 39 টি নতুন কোভিড-19 নিশ্চিত হয়েছে। এটা:

- আগের সপ্তাহ থেকে 17% হ্রাস পেয়েছে
- প্রতি 100,000 বাসিন্দার মধ্যে সাপ্তাহিক হার 13.4 এর সমান
- দক্ষিণ পূর্বের হারের চেয়ে কম যা প্রতি 100,000 জনে 17.1 ছিল
- ইংল্যান্ডের হারের চেয়ে কম, যা প্রতি 100,000 জনে 24.8 ছিল

### রাইটন ও হোভের জন্য এর অর্থ কী?

আমাদের শহরে কোভিড-19 এর আবার নিশ্চিত হওয়া হার আগের সপ্তাহের তুলনায় কম। আমরা এখন পুরো ইংল্যান্ডের হারের প্রায় অর্ধেক are

এত দীর্ঘ পরিশ্রম এবং ত্যাগের পরে বিষয়গুলি এত ভালভাবে চলে যাওয়ায় এটি আমাদের প্রহরীকে শিথিল করার লোভনীয় হতে পারে।

লকডাউন থেকে দূরে সরকারের 4 পদক্ষেপের রোডম্যাপটি ধরে রাখার জন্য, আমরা শিথিল করার সামর্থ্য রাখি না। বিশেষ করে কোভিড-19 এর নতুন রূপগুলি দেশের বিভিন্ন অংশে পাওয়া যাচ্ছে।

### সুরক্ষিত থাকুন, এটি এখনও শেষ হয়নি এবং একে অপরকেও সুরক্ষিত রাখুন।

1. **'হাত, মুখ, দূরত্ব এবং তাজা বাতাস'** এর কোভিড সুরক্ষা অভ্যাস সংক্রমণের হার হ্রাস করতে সহায়তা করেছে। এগুলি বজায় রাখলে ভাইরাসটি আটকে থাকবে। এসব ছেড়ে দিলে কোভিড আবার ছড়িয়ে পড়বে।
2. **নিয়মিত লক্ষণ-মুক্ত পরীক্ষা** অভ্যাসে পরিণত করুন। [নিখরচায় স্ব-পরীক্ষাগুলি এখন তাড়াতাড়ি ও সহজে সংগ্রহ করা যায়](#) অথবা বাড়ীতে ডেলিভারী পাওয়া যায়। এমনকি লোকেদের টিকা দেওয়ার পরেও, আমরা ভাইরাসের বিস্তার কমিয়ে দিচ্ছি তা নিশ্চিত করার জন্য আমাদের ঠিক একইভাবে ঘন ঘন পরীক্ষা করা দরকার
3. **একটি টিকা বুক করা এবং আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট রাখা।** [শহরের বিভিন্ন অঞ্চলে এখন প্রচুর পরিমাণে ভ্যাকসিন পাওয়া যায়](#), যার মধ্যে মোবাইল ভ্যাকসিনেশন পরিষেবা রয়েছে যা মূল টিকা কেন্দ্রগুলির বিকল্প সরবরাহ করতে শহরের আশেপাশের সম্প্রদায়ের লোকদের পরিদর্শন করে। আপনি যদি 45 বছরের বেশি বয়সের হয়ে থাকেন এবং আপনি যখন প্রথমবার আপনার আমন্ত্রণটি পেয়েছিলেন তখন আপনার [টিকা বুক না করে থাকেন](#), এটি করতে এখনও খুব বেশি দেরি হয় নাই। আপনি যদি প্রথম বা দ্বিতীয় অ্যাপয়েন্টমেন্ট করতে সক্ষম না হন তবে দয়া করে বাতিল করুন এবং অন্য একটি তারিখ বুক করুন, যাতে অন্য কেউ আপনার স্লট নিতে পারে। দ্বিতীয় ডোজ এর অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলি সামনে এগিয়ে আনা যায় না, সুতরাং আপনি যদি কোনও ছুটিতে বেড়াতে যাবার পরিকল্পনা করে থাকেন যেখানে সম্পূর্ণ টিকা দেওয়ার দরকার, সেক্ষেত্রে আপনার দ্বিতীয় টিকা নেবার পরে এটির আয়োজন করা উচিত।