

## بیانیه هفتگی تیم بهداشت همگانی بر اساس موارد کووید-۱۹

۲۷ ماه می ۲۰۲۱

طی هفت روز منتهی به ۲۱ می (بر اساس داتای منتشرشده در ۲۶ می)، ما در برایتون و هوو شمار ۳۴ مورد تأیید شده کووید-۱۹ جدید داشته‌ایم. به شرح زیر:

- ۳۷٪ کمتر از هفته پیش بود
- برابر بود با میزان هفتگی ۱۱،۷ مورد در هر ۱۰۰،۰۰۰ نفر از ساکنان
- نزدیک بود به میزان جنوب شرقی کشور، که ۱۲،۲ مورد در هر ۱۰۰،۰۰۰ نفر بود
- کمتر بود از میزان کلی انگلستان، که ۲۳،۱ مورد در هر ۱۰۰،۰۰۰ نفر بود

### این مطلب برای برایتون و هوو چه معنی دارد؟

کاهش موارد ابتلا به کووید طی این هفته بسیار خوشحال کننده است. ولی ما باید احتیاط خود را حفظ کنیم. کووید هنوز هم در شهر ما حضور دارد و در حالیکه میزان ابتلا نسبتاً پایین است، ما هنوز شاهد شماری از موارد بوده‌ایم که در بخشهای دیگری از منطقه ما افزایش هم داشته‌اند.

بیشترین موارد افزایش بیماری طی این هفته، اینبار هم در میان بزرگسالان جوان بوده است. ما اکنون میتوانیم در گروههای کوچک تا شش نفری یا همه اعضای دو خانواده، در داخل ساختمان یا در گروههای بزرگتر ۳۰ نفره در بیرون ساختمانها همدیگر را ملاقات نمائیم، و دستورات سلامت ماندن از کووید هنوز هم بشدت حائز اهمیت هستند.

### دو بار واکسینه شدن بهتر از یکبار است

هر سه نوع واکسنی که اکنون در ممالک متحده بریتانیا موجود است همگی برای استفاده دو مرحله‌ای طراحی شده‌اند. تزریق هر دو واکسن سبب ایجاد مصونیت قویتر و و بهتر بدن شما و محافظت ماندگارتر آن خواهد بود. تزریق اول محافظت خوبی را تأمین میکند اما برای تأثیربخشی کامل به هر دو مقدار آن نیاز است. **آخرین تحقیق** نشان میدهد که تزریق هر دو دوز واکسنهای فایزر و آستروزیکا علیه گونه B.1.617.2 که ابتدا در هندوستان شناخته شد و گونه B.1.1.7 (کنت) که گونه غالب در ممالک متحده بریتانیا است، بشدت موثر واقع میشود.

برای محافظت کسانی که دوستشان داریم و کم کردن فشار روی سازمان ملی خدمات درمانی، امر مهمی است که همه مردم دو دوز یعنی دو مقدار واکسن را دریافت نمایند. هرچه زودتر تاریخی برای اولین قرار خود رزرو نمائید و دومین قرار واکسینه شدن را هم از دست ندهید.

فاصله زمانی میان اولین و دومین واکسیناسیون برای همه کسانی که بالای ۵۰ سالگی هستند یا از نظر بالینی آسیب پذیر به حساب می‌آیند، اکنون از ۱۲ هفته به ۸ هفته تقلیل یافته است. بنابراین اگر زمانی برای دومین واکسن شما تعیین شد و اطلاعیه دایر بر تغییر تاریخ آنرا دریافت کردید، آنرا پشت گوش نیاندازید.

برنامه واکسیناسیون سازمان ملی خدمات درمانی به سرعت شامل حال همگان میشود، بنابراین هرکسی که میخواهد واکسینه شود، میتواند هر دو نوبت آنرا دریافت دارد. این هفته در منطقه ساسکس ما به یک نقطه عطف بسیار مهم دست یافتیم که عبارت بود از ارائه ۱ میلیون واکسیناسیون بار اول و این حاصل کار همه افرادی بود که بطور خستگی ناپذیر کوشیدند تا این امر مهم واقعیت پیدا کند.

چنانچه از شما دعوت شده است تا زمانی برای نخستین واکسن خودتان رزرو کنید ولی تاکنون موفق به انجام آن نشده‌اید، هنوز هم دیر نیست، دعوت شما هنوز سر جای خود باقی است. به شیوه [آنلاین](#) یا از راه تلفن شماره ۱۱۹ وقتی برای واکسینه کردن خود بگیرید. ما همه توان خود را به کار گرفته‌ایم که این کار را تا جای ممکن آسان کنیم بگونه‌ای که همگان بتوانند واکسینه شوند، بنابراین [اگر نمیتوانید به یکی از مراکز اصلی واکسیناسیون دسترسی پیدا کنید](#) گزینه های دیگری هم هست. اگر مانعی بر سر راه رفتن شما به محل واکسیناسیون وجود دارد، برای کسانی که امکانات رفت

و آمد در اختیار ندارند یک سرویس مجانی تهیه شده است که میتوان آنرا روزهای دوشنبه تا جمعه در فاصله ساعات ۱۰ صبح تا ۱ بعداز ظهر و ۲ تا ۵ بعداز ظهر از راه تلفن شماره ۰۳۰۰ ۳۰۳ ۸۰۶۰ رزرو نمود.

#### موارد ابتدائی را فراموش نکنید

در حالیکه برنامه واکسیناسیون سازمان ملی خدمات درمانی در حال اجرا است، برای جلوگیری از پخش ویروس و سالم نگاهداشتن برایتون و هوو، شما باید همچنان:

- اگر بتوانید، در خارج از منزل ماسک به صورت خود داشته‌باشید و اطمینان پیدا کنید که به‌شیوه‌ای درست دماغ و دهان خود را بپوشانید
- مداوما دستهایتان را بشوید و از ژل ضدعفونی دست استفاده نمایید
- از کسانی که عضو خانه شما یا حباب وابسته به شما نیستند، یک فاصله سالم را حفظ نمایید
- از راه باز نگاهداشتن در و پنجره‌ها به هوای تازه اجازه ورود دهید – بیرون منزل از داخل آن سالمتر است
- هر هفته دوبار تست بیماری بدون علائم را انجام دهید و نتیجه مثبت یا منفی آنرا گزارش کنید هرچه زودتر واکسیناسیون خود را رزرو نمایید و هر دو دوز واکسن را دریافت کنید