কোভিড-19 ফ্যাক্ট শিট # 2

গ্রাহকদের জন্য তথ্য

হালনাগাদ করার তারিখ: 17 মার্চ 2020
অনুমোদনকারী: জো তুহি সিইও

এই ফ্যাক্ট শিট The Benevolent Society-এর গ্রাহকদের জন্য - বিতরণের জন্য নয়।

করোনা ভাইরাস (কোভিড-19)-এর প্রভাবে The Benevolent Society-এর সাড়া দানের ব্যাপারে আক্রান্ত ব্যক্তিদেরকে পরামর্শ দেয়াই এই ফ্যাক্ট শিটের উদ্দেশ্য।

করোনা ভাইরাস এবং কোভিড-19 কী?

করোনা ভাইরাস মানুষ ও পশু-পাখিকে অসুস্থ বানিয়ে ফেলতে পারে। কিছু করোনা ভাইরাস সাধারণ ঠান্ডা'র মতো রোগের সৃষ্টি করে এবং অন্যগুলো সিভিয়ার অ্যাকিউট রেসপিরেটরি সিন্ড্রোম-সার্স (Severe Acute Respiratory Syndrome-SARS) এবং মিডল্ ইস্ট রেসপিরেটরি সিন্ড্রোম-মার্স (Middle East Respiratory Syndrome-MERS)-সহ কিছু কঠিন রোগের সৃষ্টি করে।

নতুন এই করোনা ভাইরাসের উৎপত্তি চীনের হুবেই প্রদেশে এবং রোগটির এই প্রাদুর্ভাবকে কোভিড-19 বলা হয়।

করোনা ভাইরাস কিভাবে ছড়ায়?

বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই করোনা ভাইরাস ছড়ায় ব্যক্তি থেকে ব্যক্তির মাধ্যমে:

- ভাইরাস সংক্রমিত কোনো ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ (উপসর্গ দেখা দেয়ার আগ মুহূর্তসহ)
- কাশি বা হাঁচি আছে এমন নিশ্চিতভাবে আক্রান্ত রোগীর ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ; অথবা
- নিশ্চিতভাবে আক্রান্ত ব্যক্তির কাশি বা হাঁচি থেকে দূষিত কোনো বস্তু বা বস্তুর উপরিতল স্পর্শ করে (যেমন দরজার হাতল বা টেবিল) তারপর নিজের মুখ বা মুখমন্ডল স্পর্শ।

যেসব মানুষের উপসর্গ আছে অধিকাংশ ক্ষেত্রে তাদের মাধ্যমেই সংক্রমণ ছড়ায়। এসব উপসর্গের মধ্যে রয়েছে জ্বর, কাশি, গলাব্যথা, ক্লান্তি এবং নিশ্বাস বন্ধ হয়ে আসা। কোনো ব্যক্তির মধ্যে উপসর্গ দেখা দেয়ার আগে সংক্রমণও হতে পারে, সুতরাং সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ এবং সাধারণভাবে স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলাটা খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জাতীয় পর্যায়ে সংক্রমণ ছড়িয়ে পড়া রোধে কী কী পদক্ষেপ গ্রহণ করা হচ্ছে?

27 ফেব্রুয়ারি তারিখে প্রধানমন্ত্রী নোভেল করোনা ভাইরাস, কোভিড-19 (Novel Coronavirus, COVID-19)-এর বিস্তার রোধে অস্ট্রেলিয়ার স্বাস্থ্যখাতের জন্য জরুরি সাড়াদান পরিকল্পনা (Australian Health Sector Emergency Response Plan) চালু করেন; যার ফলে ভ্রমণের উপর নিষেধাজ্ঞা আরোপের মাধ্যমে অস্ট্রেলিয়ায় ভাইরাসের প্রবেশ ঠেকানোর পাশাপাশি সম্ভাব্য বৈশ্বিক সংক্রমণ রোধে জাতীয় প্রস্তুতি গ্রহণ করা হয়েছে। কমনওয়েলথ ও প্রাদেশিক স্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষের তথ্যের ভিত্তিতে এই ফ্যাক্ট শিটের পরামর্শ লিপিবদ্ধ করা হয়েছে।

সুরক্ষামূলক পদক্ষেপ হিসেবে আরো বিস্তারিত তথ্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার (World Health Organisation) ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে।

আপনার রোগ নির্ণীত হলে বা আপনি কোভিন- 19 ভাইরাসে আক্রান্ত হয়েছেন মর্মে সন্দেহ হলে অবিলম্বে The Benevolent Society-এর কর্মীদের জানাবেন। সবচেয়ে যথাযথ উপায় খুঁজে বের করতে আমরা আপনার সঙ্গে কাজ করবো এবং সেবা পৌঁছে দেবো। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন, আপনি বা আপনার পরিবারের কোনো সদস্যের রোগ ধরা পড়লে বা হাসপাতালে চিকিৎসা নিলে সেবা স্থগিত হতে পারে।

আপনি কিংবা আপনার পরিবারের সদস্য কিংবা আপনার বন্ধু-বান্ধব কেউ নিশ্চিতভাবে কোভিড-19 আক্রান্ত হিসেবে চিহ্নিত কারও সংস্পর্শে আসলে স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিট যথাযথ পরামর্শসহ আপনার সাথে যোগাযোগ করবে। আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শের পর আপনি বা আপনার পরিবারের সদস্য/সদস্যদেরকে 14 দিনের জন্য বাড়িতে পৃথক করে রাখতে এবং আপনার স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণ করতে ও কোনো উপসর্গ থাকলে তা রিপোর্ট করতে হবে।

সাধারণত মানুষ একে অন্যের ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে গেলে করোনা ভাইরাস ছড়িয়ে পড়ে। ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ বলতে বোঝানো হচ্ছে আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে অন্তত 15 মিনিট মুখোমুখি থাকা অথবা একই বন্ধ স্থানে অন্তত 2 ঘণ্টা অবস্থান করা।

জনস্বাস্থ্য ইউনিট কোভিড-19 আক্রান্ত রোগীদের ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে থাকা ব্যক্তিদের নজরদারিতে রাখবে। কোনো প্রকার উপসর্গ দেখা দিলে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে এসব উপসর্গের বিষয়ে রিপোর্ট করার জন্য অবশ্যই জনস্বাস্থ্য ইউনিটকে কল করতে হবে।

আমি বিদেশ ভ্রমণ থেকে ফিরলে নিজেকে আলাদা করে রাখতে হবে কিনা?

The Benevolent Society অস্ট্রেলিয়ার স্বাস্থ্য বিভাগ (Australian Department of Health) ও প্রাদেশিক স্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষের নিম্নোক্ত পরামর্শ অনুসরণ করছে। এই পরামর্শের সঙ্গে সামঞ্জস্য রেখে যারা অধিক ঝুঁকিপূর্ণ এলাকায় ভ্রমণ করেছেন কিংবা যারা এই ভাইরাসের সংস্পর্শে এসে থাকতে পারেন এমন লোকজনের ব্যাপারে আমরা সংবরণের উদ্যোগ কার্যকর করছি।

আপনি যদি বিদেশ ভ্রমণ করে অস্ট্রেলিয়ায় ফেরেন, তাহলে আপনাকে অবশ্যই 14 দিন নিজেকে আলাদা করে রাখতে হবে। বাড়িতে নিজেকে আলাদা করে রাখার মানে হচ্ছে:

- আপনি কর্মস্থল, স্কুল, শপিং সেন্টার, শিশু পরিচর্যা কেন্দ্র কিংবা বিশ্ববিদ্যালয়ের মতো জনসমাগমস্থলে যাবেন না।
- অন্য কাউকে আপনার জন্য খাবার এবং অন্যান্য দরকারি জিনিস আনতে এবং আপনার সদর দরজায় সেগুলো রেখে যেতে বলবেন।
- কোনো ভিজিটরকে ভিতরে আসতে দেবেন না - যারা আপনার সাথে বাস করেন, কেবল তারাই বাড়িতে থাকবেন।
- বাড়িতে কেবল একটি কক্ষে আপনার অবস্থানের বিষয়টি নিশ্চিত করবেন, যাতে পরিবারের অন্যান্য সদস্য আক্রান্ত না হন। বিস্তারিত তথ্যের জন্য health.gov.au ওয়েবসাইট ভিজিট করুন।

বাড়িতে নিজেদেরকে আলাদা করে রাখা প্রয়োজন এমন লোকজনের জন্য The Benevolent Society-এর জাতীয় কার্যালয়ে একটি কেন্দ্রীয় রেজিস্টার রাখা হবে, যাতে কেবল The Benevolent Society-এর সংকট ব্যবস্থাপনাকারী দল (Crisis Management Team) এবং অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তিবর্গের অ্যাক্সেস থাকবে। রেজিস্টারে নিম্নোক্ত তথ্য অন্তর্ভুক্ত থাকবে:

- গ্রাহক/ব্যক্তির নাম
- প্রদানকৃত সেবা
- The Benevolent Society-এর মূল যোগাযোগকারী
- পৃথক থাকা শুরুর তারিখ এবং কারণ
- কাজে ফেরার সম্ভাব্য তারিখ

আর কার নিজেকে আলাদা করে রাখা প্রয়োজন?

যারা গত 14 দিনে **নিশ্চিতভাবে** করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে গিয়েছেন (সংস্পর্শে যাওয়ার সর্বশেষ তারিখ থেকে পরবর্তী 14 দিন অবশ্যই নিজেকে আলাদা করে রাখতে হবে)।

এই ফ্যাক্ট শিটের ব্যাপারে কোনো উদ্বেগ বা প্রশ্ন থাকলে অনুগ্রহ করে The Benevolent Society-এ আপনার যোগাযোগ ব্যক্তির সঙ্গে কথা বলবেন।

ফোন: **1800 236 762** অথবা ই-মেইল: customercare@benevolent.org.au