

করোনাভাইরাস (কোভিড-19): কোভিড-19 -এর বিষয়ে কি জানা দরকার কুইন্সল্যান্ডের অধিবাসীদের জন্য তথ্য

কোভিড-19 কি?

কোভিড-19 একটি সংক্রামক রোগ যার কারণ একটি করোনাভাইরাস। কোভিড-19 দ্বারা আক্রান্ত বেশীর ভাগ ব্যক্তিই শুধুমাত্র অল্প অসুস্থ হয় এবং কোন বিশেষ চিকিৎসা ছাড়াই সেরে ওঠে। একজন ব্যক্তি কতটা অসুস্থ হবে তা নির্ভর করে কোভিড-19-এর কোন ভেরিয়েন্ট দ্বারা সে আক্রান্ত হয়েছে।

কোভিড-19 কিভাবে ছড়ায়?

কোভিড-19 লোকেদের মধ্যে তরল পদার্থের ক্ষুদ্র কণার মাধ্যমে ছড়াতে পারে যখন একজন সংক্রামিত ব্যক্তি কাশে, হাঁচে, কথা বলে বা জোরে শ্বাস নেয়।

আপনি একজন কোভিড-19 দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তির কাছ থেকে নিঃশ্বাসের মাধ্যমে ভাইরাসটি গ্রহণ করে সংক্রামিত হতে পারেন যদি আপনি তাদের কাছাকাছি থাকেন কিংবা তারা যা স্পর্শ করেছে তা আপনার চোখ, নাক বা মুখ স্পর্শ করার মাধ্যমে স্পর্শ করে।

কোভিড-19 কিভাবে ছড়ায় এবং আপনি এর দ্বারা আক্রান্ত হওয়ার থেকে কিভাবে নিজেকে রক্ষা করতে পারেন সে সম্বন্ধে আরও তথ্য এখানে পেতে পারেন: www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/protect-yourself-others/coronavirus-prevention

একটি কোভিড-19 "ভেরিয়েন্ট" কি?

কোভিড-19 যখন ছড়ায় তখন এটি পরিবর্তিত হতে পারে, একেবারে ফ্লু-র মত। ভাইরাসের ক্ষেত্রে এটি স্বাভাবিক। এই পরিবর্তনগুলিকে "মিউটেশন" বলা হয়। মিউটেশনকে মূল ভাইরাসের একটি "ভেরিয়েন্ট" বলা হয়। ডেল্টা (পূর্বে ভারত থেকে), আলফা (পূর্বে যুক্তরাজ্য থেকে), বিটা (পূর্বে দক্ষিণ আফ্রিকা থেকে), গামা (পূর্বে ব্রাজিল থেকে) এবং আরও সহ কোভিড-19-এর বিভিন্ন ভেরিয়েন্ট আছে। এক একটি ভেরিয়েন্ট অন্যের তুলনায় আরও সহজে ছড়িয়ে যেতে পারে কিন্তু তা সত্ত্বেও সেটি একই কোভিড-19 ভাইরাস।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার কাছে কোভিড-19 ভেরিয়েন্ট সম্বন্ধে আরও তথ্য এখানে আছে: www.who.int/en/activities/tracking-SARS-CoV-2-variants/

সবচেয়ে বেশী ঝুঁকিতে

সমস্ত বয়সের বা স্বাস্থ্যের ব্যক্তির কোভিড-19 দ্বারা সংক্রামিত হতে পারে। তবে কিছু ব্যক্তি সংক্রামিত হলে ভাল রকম অসুস্থ হওয়ার আরও বেশী ঝুঁকিতে আছে এর মধ্যে আছে:

- বয়স্ক ব্যক্তির।
- ক্যান্সার, ফুসফুসের সমস্যা, ডায়াবেটিস, বা উচ্চ রক্তচাপের মতো বিদ্যমান অসুস্থতায় আক্রান্ত ব্যক্তির।
- যে ব্যক্তির গ্রুপ আবাসিক বাসস্থানে থাকেন।
- বন্দীশালায় থাকা ব্যক্তির।

এই ব্যক্তিদের সুরক্ষিত রাখার জন্য আমাদের অতিরিক্ত পদক্ষেপ নিতে হবে। কোভিড-19-এর উপসর্গ থাকলে তাদের দেখতে না যাওয়া এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত।

কোভিড-19-এর উপসর্গ

কোভিড-19-এর উপসর্গগুলির মধ্যে আছে:

- জ্বর
- কাশি
- গলা ব্যথা
- শ্বাসকষ্ট
- মাথা ব্যথা
- নাক থেকে জল ঝরা বা নাক বন্ধ হওয়া
- অবসাদ
- পাতলা পায়খানা, বমি বা বমি বমি ভাব
- স্বাদ বা গন্ধ না পাওয়া
- পেশী বা গাঁটে ব্যথা, এবং
- ক্ষিদে না পাওয়া।

লোকেদের কোভিড-19-এর বিভিন্ন উপসর্গের অভিজ্ঞতা হতে পারে। আপনার কোভিড-19-এর আরও গুরুতর উপসর্গ থাকার অর্থ হল যে আপনার সুস্থ হতে আরও সময় লাগবে। উদাহরণস্বরূপ, যাদের ভাইরাসটির চরম উপসর্গ রয়েছে তাদের সুস্থ হতে অনেক সপ্তাহ বা মাস লেগে যেতে পারে। যে ব্যক্তিদের মাঝামাঝি উপসর্গ রয়েছে তারা এক বা দুই সপ্তাহে ভাল হয়ে যেতে পারে।

আপনার যদি কোন কোভিড-19 উপসর্গ থাকে আপনার যত তাড়াতাড়ি সম্ভব পরীক্ষা করানো উচিত। আপনি আপনার সব থেকে কাছাকাছি কোভিড-19 পরীক্ষার জায়গা এখানে পেতে পারেন:

www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/stay-informed/testing-and-fever-clinics।

যে সমর্থন পাওয়া যাবে

আপনার পক্ষে কোভিড-19 পরিস্থিতি মোকাবিলা করা কঠিন মনে হলে 1300 079 020 -এ মাল্টিকালচারাল কানেক্ট-কে ফোন করুন। ভাষাগত বিষয়ে আপনার সাহায্যের প্রয়োজন হলে একজন দোভাষী চান।

কোভিড-19 জনস্বাস্থ্য নির্দেশনা বিষয়ে যেকোন তথ্যের জন্য কুইন্সল্যান্ড হেলথকে 134 COVID (13 42 68) -এ কল করুন। আপনাকে কি করতে হবে তারা বলে দেবেন।

আপনার দোভাষীর প্রয়োজন থাকলে কল করার সময় একজনকে চান। ক্রেডিটস্থানবিনে পেশাগত,