



## করোনাভাইরাস (Covid19)-এর জন্য নির্দেশ – বাংলা / BENGALI

COVID-19 হল একটি নতুন অসুখ যা আপনার লাংস্ এবং শ্বাসনালীর ক্ষতি করতে পারে।  
করোনাভাইরাস নামক একটি ভাইরাসের দ্বারা এই অসুখ হয়।

আপনার:

- নতুন অবিরত কাশি হলে বা
- তাপমাত্রা বেশি হলে (37.8 ডিগ্রি বা তার বেশি)

আপনার 7 দিন বাড়িতে থাকা উচিত।

### বাড়িতে থাকার বিষয়ে পরামর্শ

- কাজে, স্কুলে, GP-র ডাক্তারখানায়, ফার্মাসি বা হাসপাতালে যাবেন না
- আলাদা জিনিসপত্র ব্যবহার করুন, অথবা ব্যবহার করার পরে পরিষ্কার করে নিন
- অন্য মানুষের সংস্পর্শে আসবেন না
- খাবার ও ওষুধপত্র নিজের কাছে আনিয়ে নিন
- কোনও ব্যক্তির সাথে দেখা করবেন না
- পালিত জীব থেকে দূরে থাকবেন

কখন আমি NHS 111-র সাথে যোগাযোগ করব?

- যখন আপনার মনে হবে আপনি বাড়িতে আপনার উপসর্গ সামলাতে পারবেন না
- আপনার অবস্থার অবনতি হলে
- 7 দিন পরে আপনার উপসর্গ না কমলে

কীভাবে আমি NHS 111-এর সাথে যোগাযোগ করব?

এর পরে কী করতে হবে জানার জন্য আপনি NHS 111 অনলাইন করোনাভাইরাস পরিষেবা ব্যবহার করতে পারেন। আপনি অনলাইন পরিষেবা ব্যবহার করতে না পারলে আপনি 111 নম্বরে কল করতে পারেন (বিনামূল্যে এই নম্বরে কল করা যায়)।

আমি আমার অভিবাসন পরিস্থিতির বিষয়ে চিন্তিত থাকলে কী হবে?

যুক্তরাজ্যে প্রত্যেকে করোনাভাইরাসের জন্য সকল NHS পরিষেবা বিনামূল্যে পাবেন, তাদের অভিবাসন স্থিতি যেমনই হক। এর অন্তর্গত হল পরীক্ষা এবং চিকিত্সা করা, ফলাফল নেতিবাচক হলেও।  
করোনাভাইরাসের পরীক্ষা বা চিকিত্সা করানোর জন্য আপনার নাম হোম অফিসকে জানানো হবে না।

করোনাভাইরাস ছড়ানো বন্ধ করার জন্য আমি কী করতে পারি?

- আপনি অবশ্যই ঘন ঘন সাবান ও জল দিয়ে হাত ধোবেন, অন্তত 20 সেকেন্ড ধরে
- আপনার উপসর্গ থাকলে বাড়িতে থাকার বিষয়ে পরামর্শ মেনে চলুন

অতিরিক্ত তথ্যের জন্য NHS নির্দেশ দেখুন <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>