STOP কোভিড-19 স্টাফ স্ক্রিনিং-এর প্রশ্নাবলি

প্রত্যেক কর্মীকে তাঁদের কাজের শিফ্ট শুরু করার আগে অথবা কর্মস্থলে প্রবেশ করার আগে আবশ্যিকভাবে সম্পূর্ণ করতে হবে।

হালনাগাদ অক্টোবর 12, 2021

নাম: _____ তারিখ: _____ সময়: _____

1. আপনার কি নীচের কোনও উপসর্গ অথবা লক্ষণ নতুন করে দেখা দিয়েছে অথবা আগে থেকেই ছিল যা এখন আরও অবনতি হয়েছে?

হ্যাঁ ☐ না ☐

জ্বর বা শরীর ঠান্ডা হয়ে যাওয়া

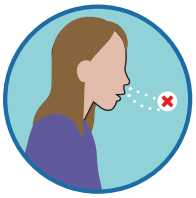
হ্যাঁ ☐ না ☐

কাশি

হ্যাঁ ☐ না ☐

শ্বাসকষ্ট

হ্যাঁ ☐ না ☐



স্বাদ বা গন্ধ কম করে বা একেবারে না-পাওয়া

হ্যাঁ ☐ না ☐

বমি-বমি ভাব, বমি বা ডায়রিয়া
(বয়স শুধুমাত্র <18)

হ্যাঁ ☐ না ☐

প্রচণ্ড ক্লান্তি, পেশি ও গাঁটে ব্যথা*
(বয়স শুধুমাত্র 18+)

যদি আপনার আগে থেকেই স্বাস্থ্যজনিত কোনো সমস্যা থাকার জন্য ওই সব উপসর্গ দেখা দিয়ে থাকে, তাহলে উত্তর হিসাবে "না" বেছে নিন। যদি সেই উপসর্গ নতুন করে, আলাদা করে দেখা দিয়ে থাকে বা আগের চেয়ে আরও বেড়ে গিয়ে থাকে, তাহলে উত্তর হিসাবে "হ্যাঁ" বেছে নিন।

*টীকা নেওয়ার 48 ঘণ্টার মধ্যে সামান্য ক্লান্তি, পেশি বা গাঁটের ব্যথার উপসর্গ দেখা দিলে, উত্তর হিসাবে **"না"** বেছে নিন এবং কাজের জায়গায় মেডিক্যাল মাস্ক পরবেন। 48 ঘণ্টা পরেও যদি উপসর্গ থেকে যায় বা বেড়ে যায়, তাহলে **"হ্যাঁ"** বেছে নিন।

যদি আপনি অসুস্থ থাকেন অথবা উপরের তালিকায় উল্লেখ না থাকা সহ অন্য কোনও রোগের উপসর্গ থাকে, তাহলে বাড়িতে থাকুন এবং প্রয়োজন পড়লে স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারীকে দেখিয়ে স্বাস্থ্য পরীক্ষা করাতে হবে।

যদি কোনও উপসর্গের উপস্থিতি সম্পর্কে "হ্যাঁ" থাকে: **তাহলে বাড়িতে থাকুন এবং স্বেচ্ছা-নিভৃতবাসে থাকুন** + **টেস্ট করান** **বা** **একজন স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারীর সঙ্গে যোগাযোগ করুন**

2. আপনার বাড়ির কোনও সদস্যের মধ্যে কি উপরে উল্লেখ করা এক বা একাধিক কোনও উপসর্গ দেখা দিয়েছে এবং/অথবা উপসর্গ দেখা দেওয়ার পর টেস্ট করিয়ে, তার রেজাল্টের অপেক্ষা করছেন কি? হ্যাঁ ☐ না ☐

- যদি আপনার সম্পূর্ণ টীকাকরণ** হয়ে থাকে অথবা বিগত 90 দিনের মধ্যে আপনার কোভিড-19 পজিটিভ হয়ে থাকে এবং এরপর সেরে গেছেন, তাহলে **"না"** বাছুন।
- কোভিড-19 টীকা নেওয়ার 48 ঘণ্টার মধ্যে যদি পরিবারের সদস্যের সামান্য ক্লান্তি, পেশি বা গাঁটের ব্যথা থাকে, উত্তর হিসাবে **"না"** বেছে নিন। 48 ঘণ্টা পরেও যদি তাঁদের উপসর্গ থেকে যায়, তাহলে **"হ্যাঁ"** বেছে নিন।

3. অন্তিম 10 দিনে আপনি কোভিড-19-এ আক্রান্ত কোনও ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছেন বলে আপনাকে জানানো হয়েছিল কি অথবা আপনাকে কি বাড়িতে থাকতে এবং স্বেচ্ছা-নিভৃতবাসে থাকতে বলা হয়েছিল? হ্যাঁ ☐ না ☐

- যদি আপনার সম্পূর্ণ টীকাকরণ** হয়ে থাকে, বিগত 90 দিনের মধ্যে আপনার কোভিড-19 পজিটিভ হয়ে থাকে এবং এরপর সেরে গেছেন, তাহলে **"না"** বাছুন।

4. অন্তিম 10 দিনে, রেপিড অ্যান্টিজেন টেস্ট বা বাড়িতে সেল্ফ -টেস্টিং কিট দিয়ে পরীক্ষা করানোর পর আপনার পজিটিভ ধরা পড়েছে কি? হ্যাঁ ☐ না ☐

- ল্যাবে PCR টেস্ট করানোর পর যদি তাদের রেজাল্ট নিগেটিভ এসে থাকে, তাহলে **"না"** বেছে নিন।

5. গত 14 দিনে, আপনি কি কানাডার বাইরে কোথাও গিয়েছিলেন এবং ফেডারেল কোয়ারেন্টিন রিকোয়্যারমেন্ট অনুযায়ী আপনাকে কি কোয়ারেন্টিনে থাকার পরামর্শ দেওয়া হয়েছিল? হ্যাঁ ☐ না ☐

2, 3, 4 অথবা 5-এর উত্তর যদি "হ্যাঁ" হয়: **এই স্থান উল্লেখ করবেন না** + **টরন্টো জনস্বাস্থ্য পরামর্শ অনুসরণ করুন**

অপারেটরদের অবশ্যই 30 দিনের জন্য সমস্ত কর্মীর উপস্থিতি + যোগাযোগের তথ্যের রেকর্ড রাখতে হবে এবং এরপর ছিঁড়ে ফেলতে হবে।

চিফ মেডিক্যাল অফিসার অফ হেল্থ -এর কার্যালয়ের দ্বারা প্রদত্ত সুপারিশ এবং নির্দেশনাগুলি অনুসারে বিকাশকৃত।

**সম্পূর্ণ টীকাকরণের অর্থ হলো কোভিড-19 টীকার দ্বিতীয় ডোজ নেওয়ার পর 14 দিন অথবা আরও অধিক সময় অথবা অন্তারিও স্বাস্থ্যমন্ত্রকের দ্বারা সংজ্ঞায়িত করা সময়সীমা।

আমার কোভিড-19-এর উপসর্গগুলি আছে, আমার কি করা উচিত

বাড়িতে থাকুন ও স্বেচ্ছা-নিভৃতবাসে থাকুন। পরীক্ষা করান।

- টীকা নেওয়ার পর **48** ঘণ্টার মধ্যে যদি সামান্য ক্লান্তির উপসর্গ দেখা দেয়, তাহলে আপনাকে বিচ্ছিন্ন থাকতে হবে না। কাজের জায়গায় মেডিক্যাল মাস্ক পরবেন। যদি **48** ঘণ্টা পরেও উপসর্গ থেকে যায় বা বেড়ে যায়, তাহলে বাড়িতে থাকুন, স্বেচ্ছা-নিভৃতবাসে থাকুন এবং পরীক্ষা করান।

আপনার কোভিড-19 পরীক্ষার ফল কি ছিল?

পজিটিভ

- আপনার কর্মস্থলে জানিয়ে দিন।
- আপনার যেদিন থেকে উপসর্গ দেখা দেবে, সেদিন থেকে **10** দিন পর্যন্ত আপনাকে বাড়িতে থাকতে হবে এবং সবার থেকে আলাদা থাকতে হবে।
- টরন্টো পাবলিক হেল্থ বা আপনার স্থানীয় স্বাস্থ্য ইউনিট থেকে আপনার খবরাখবর নেওয়া হবে এবং আপনাকে কী করতে হবে, তা জানিয়ে দেবে।

নিগেটিভ

অন্তিম 10 দিনে আপনি কি কোভিড-19-এ আক্রান্ত কোনও ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে এসেছেন?

না ☐ আপনার উপসর্গ যখন ক্রমশ ঠিক হতে থাকবে, তার **24** ঘণ্টা*** পর আপনি ফের কাজে যাওয়া শুরু করতে পারবেন।

হ্যাঁ ☐ **যদি আপনার সম্পূর্ণ টীকাকরণ না হয়ে থাকে****: পজিটিভ ব্যক্তির সঙ্গে শেষবার সংস্পর্শে আসার দিন থেকে **10** দিনের জন্য আপনাকে স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকতে হবে।

হ্যাঁ ☐ **যদি আপনার সম্পূর্ণ টীকাকরণ হয়ে থাকে****: আপনার উপসর্গ যখন ক্রমশ ঠিক হতে থাকবে, তার **24** ঘণ্টা*** পর আপনি ফের কাজে যাওয়া শুরু করতে পারবেন।

হ্যাঁ ☐ **যদি শুধুমাত্র কোভিড অ্যালার্ট অ্যাপ থেকে আপনাকে জানানো হয়ে থাকে যে, আপনি পজিটিভ ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছিলেন:** আপনার উপসর্গ যখন ক্রমশ ঠিক হতে থাকবে, তার **24** ঘণ্টা*** পর আপনি ফের কাজে যাওয়া শুরু করতে পারবেন।

টেস্ট করানো হয়নি

- যেদিন থেকে আপনার উপসর্গ দেখা দেবে, সেদিন থেকে **10** দিন পর্যন্ত আপনাকে বাড়িতে থাকতে হবে এবং সবার থেকে আলাদা থাকতে হবে। **10** দিন পর আপনার উপসর্গ যখন ঠিক হতে থাকবে, তখন অন্তত **24** ঘণ্টা*** অপেক্ষা করার পর আপনি ফের কাজে যাওয়া শুরু করতে পারেন।
- স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারী যদি রোগ নির্ণয় করে জানান যে, আপনার উপসর্গ কোভিড-19 সংক্রান্ত নয়, তাহলে আপনি উপসর্গ ঠিক হওয়ার **24** ঘণ্টা*** পর ফের কাজে যাওয়া শুরু করতে পারেন।

বিগত 14 দিনের মধ্যে আমি কানাডার বাইরে ভ্রমণে গিয়েছিলাম, আমাকে কি করতে হবে?

- আপনার টেস্ট রেজাল্ট নিগেটিভ হলেও আপনাকে **14** দিন বাড়িতে থাকতে হবে এবং সবার থেকে আলাদা থাকতে হবে।
- কোয়ারেন্টিন অ্যাক্ট-এর গ্রুপ এগজেম্পশন্স, কোয়ারেন্টিন রিকোয়্যারমেন্ট অনুযায়ী আপনাকে যদি অব্যাহতি দেওয়া হয়, তাহলে আপনাকে নিভৃত বাসে থাকতে হবে না।
- ফেডারেল কোয়ারেন্টিন-এর থেকে অব্যাহতি পাওয়া সত্ত্বেও আপনার যদি কোনও উপসর্গ থাকে, তাহলে আপনাকে টেস্ট করাতেই হবে।

সম্পূর্ণ টীকাকরণের অর্থ হলো কোভিড-19 টীকার দ্বিতীয় ডোজ নেওয়ার পর **14 দিন অথবা আরও অধিক সময় অথবা অন্তারিও স্বাস্থ্যমন্ত্রকের দ্বারা সংজ্ঞায়িত করা সময়সীমা।
***গ্যাস্ট্রোইনটেস্টাইনাল উপসর্গের জন্য **48** ঘণ্টা