

অভিভাবকদের জন্য নির্দেশিকা: যদি আপনার সন্তান কোভিড-19-এ আক্রান্ত কোনো ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে এসে থাকে

অক্টোবর 6, 2021



যদি শিশু পরিচর্যা কেন্দ্রের অথবা বিদ্যালয়ের কারও কোভিড-19 পজিটিভ হয়, তাহলে অভিভাবকদের জানানো হবে।

- যে সমস্ত শিশু ঘনিষ্ঠ সম্পর্কে এসেছে, তাদের অবশ্যই পজিটিভ হওয়া ব্যক্তির সঙ্গে অন্তিমবার ঘনিষ্ঠ সম্পর্কে আসার দিন থেকে 10 দিনের জন্য বাড়িতে থাকতে হবে এবং স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকতে হবে।
- যে সমস্ত শিশুর সম্পূর্ণ টীকাকরণ হয়েছে* অথবা সম্প্রতি কোভিড-19 -এ সংক্রামিত হয়েছে**, এবং কোভিড-19 -এর কোনো লক্ষণ নেই, তাদের জনস্বাস্থ্য দপ্তরের দ্বারা নির্দেশ না দেওয়া পর্যন্ত স্ব-বিচ্ছিন্ন থাকার প্রয়োজন নেই।

প্রত্যেকদিন আপনার সন্তানের কোভিড-19-এর লক্ষণগুলি পর্যবেক্ষণ করুন:

যে সমস্ত শিশুর সম্পূর্ণ টীকাকরণ হয়েছে* অথবা অন্তিম 90 দিনের মধ্যে সম্প্রতি কোভিড-19 -এ সংক্রামিত হয়েছে**, তাদেরও লক্ষণগুলি প্রত্যেকদিন পর্যবেক্ষণ করা উচিত।

লক্ষণগুলির সম্পূর্ণ তালিকার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত আছে:



জ্বর > 37.8°C এবং/
বা শরীর ঠান্ডা হয়ে
যাওয়া



কাশি



শ্বাসকষ্ট



স্বাদ বা গন্ধ কম করে বা
একেবারে না-পাওয়া



গা গোলানো, বমি বা
ডায়রিয়া



প্রচণ্ড ক্লান্তি, পেশি
ও গাঁটে ব্যথা



গলা ব্যথা



নাক দিয়ে জল পড়া
বা নাক বন্ধ হওয়া



গলা ব্যথা



মাথা ব্যথা



চোখ গোলাপি
হওয়া



খিদে কম অথবা
অভাব

যদি আপনার সন্তানের মধ্যে এই লক্ষণগুলি দেখা দেয়:

তাহলে পিসিআর টেস্ট করাতে হবে:

- আপনার সন্তানের জন্য পিসিআর টেস্টের ব্যবস্থা করুন। আপনার বিদ্যালয় অথবা শিশু পরিচর্যা কেন্দ্র থেকে হোম পিসিআর টেস্ট কিট সংগ্রহ করুন, অথবা একটি মূল্যায়ন কেন্দ্রের অ্যাপোয়েনমেন্ট নিন।
- রেপিড অ্যান্টিজেন টেস্ট ব্যবহার করবেন না। আপনার সন্তানের জন্য পিসিআর টেস্ট প্রয়োজন।
- এমনকি যদি আপনার সন্তানের সম্পূর্ণ টীকাকরণ হয়ে থাকে* অথবা সম্প্রতি কোভিড-19 -এ সংক্রামিত হয়ে থাকে**, তবুও তাদের বাড়িতে থাকতে হবে এবং স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকতে হবে এবং টেস্টের ব্যবস্থা করাতে হবে।

বাড়ির সদস্যদেরও স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকতে হবে:

- আপনার সন্তানের নিগেটিভ টেস্ট রিপোর্ট না আসা পর্যন্ত আপনার পরিবারের প্রত্যেককেই স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকতে হবে, যতক্ষণ না পরিবারের সদস্যদের সম্পূর্ণ টীকাকরণ হয় অথবা অন্তিম 90 দিনের মধ্যে সম্প্রতি কোভিড-19 -এ সংক্রামিত না হয়ে থাকে**।

আপনার বিদ্যালয়ে জানান অথবা জনস্বাস্থ্য বিভাগের 416-338-7600 নম্বরে ফোন করুন।

আপনার সন্তান স্ব-বিচ্ছিন্ন হয়ে থাকার সময়, আপনার পরিবারের প্রত্যেককে অবশ্যই করতে হবে:

- অন্যান্যদের সুরক্ষিত রাখার জন্য প্রকাশ্য স্থানে মাস্ক পরিধান করতে হবে।
- জনবহুল স্থান পরিহার করতে হবে।
- স্বাস্থ্যজনিত সমস্যা থাকা ব্যক্তি অথবা বয়স্ক ব্যক্তি সহ অন্যান্যদের সঙ্গে সংস্পর্শ সীমিত করতে হবে।
- অন্যান্যদের থেকে দুই মিটার দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।

*সম্পূর্ণ টীকাকরণ -এর অর্থ হলো কোভিড-19 টীকার দ্বিতীয় ডোজ নেওয়ার পর 14 দিন অথবা আরও অধিক সময় অথবা অন্তিম স্বাস্থ্যমন্ত্রকের দ্বারা সংজ্ঞায়িত করা সমন্বয়সীমা।

**সম্প্রতি কোভিড-19-এ সংক্রামিত হওয়ার অর্থ হলো সংশ্লিষ্ট ব্যক্তির অন্তিম 90 দিনের মধ্যে কোভিড-19 পজিটিভ হয়েছিল এবং জনস্বাস্থ্যের দ্বারা মুক্ত করা হয়েছে।