

# কোভিড-১৯

করোনাভাইরাস সংক্রমন ২০১৯

ইউল্যাবিয়ানদের  
যা জানা দরকার



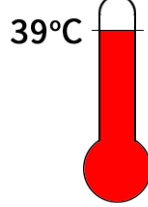
## কোভিড-১৯ কি?

কোভিড-১৯ একটি করোনাভাইরাস।

করোনাভাইরাস সাধারণ ঠাণ্ডা থেকে শুরু করে শ্বাসকষ্ট জনিত অসুস্থতা এবং আরো গুরুতর রোগ সৃষ্টি করে থাকে। কোভিড-১৯ এদের মধ্যে নতুনতম।

## লক্ষন গুলো কি কি?

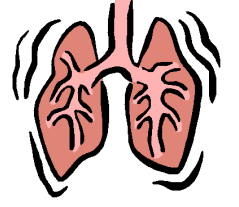
এই লক্ষন গুলো থাকা মানে এই নয় যে আপনি কোভিড-১৯ দ্বারা আক্রান্ত হয়েছেন।



জ্বর



শুককাশি



শ্বাসকষ্ট



## নিজেকে সুরক্ষিত রাখার উপায়?

- ✓ ঘন ঘন দুই হাত সাবান পানি দিয়ে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড যাবৎ পরিষ্কার করুন।
- ✓ যদি সাবান না থাকে, তবে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।
- ✓ আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।
- ✓ যারা সুস্থ আছেন তাদের জন্য মাস্ক ব্যবহার করা অপরিহার্য নয়। শুধু আক্রান্ত হলেই মাস্ক ব্যবহার করুন।



## অসুস্থ হলে আমি কি করব?

- ✓ চিকিৎসা সেবা ছাড়া অন্য সময়ে বাড়িতে অবস্থান করুন।
- ✓ পরিবারের সবার থেকে নিজেকে আলাদা রাখুন।
- ✓ নাক-মুখ ঢাকার জন্য মাস্ক ব্যবহার করুন।
- ✓ হাঁচি-কাশির সময় নাক মুখ ঢেকে রাখুন।
- ✓ কিছু সময় পর পর হাত পরিষ্কার করুন।



## ইউল্যাব কি করছে ?

- ✓ প্রতিদিন যাবতীয় আসবাবপত্রাদি স্যানিটাইজেশন করছি।
- ✓ সব হাত ধোয়ার জায়গায় সাবান সরবরাহ করছি।
- ✓ প্রত্যেকের নিজস্ব জেল স্যানিটাইজার বহন করা উচিত। সবার জন্য ব্যবহৃত জায়গাগুলোতে জেল স্যানিটাইজার সরবরাহ করছি।
- ✓ আমাদের কেউ অসুস্থ হলে, সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত বাসস্থানে স্বেচ্ছা কোয়ারান্টাইনে থাকবেন।

## কোভিড-১৯ এর জরুরী যোগাযোগের নাম্বার সমূহঃ

+৮৮০ ১৯৩৭-০০০০-১১  
+৮৮০ ১৯৩৭-১১০০-১১  
+৮৮০ ১৯২৭-৭১১৭-৮৪  
+৮৮০ ১৯২৭-৭১১৭-৮৫

আতঙ্কিত হবেন না ! শুধুমাত্র বিশ্বস্ত কর্তৃপক্ষের পরামর্শ নিন।

- বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থাঃ <https://www.who.int/>
- সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোলঃ <https://www.cdc.gov/>
- আইইডিসিআরঃ <https://www.iedcr.gov.bd/>
- প্রধান সংবাদপত্র ও স্বনামধন্য হাসপাতাল।