

COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর অনুপস্থিতি: পিতামাতা / তত্ত্বাবধায়কদের জন্য একটি কুইক গাইড

**GREATER
MANCHESTER**
DOING HEALTH DIFFERENTLY

কি করতে হবে যদি...	যে পদক্ষেপ গ্রহণ করা প্রয়োজন	শিক্ষা ও চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে যাওয়া
 ...আমার সন্তানের মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর লক্ষণ রয়েছে*	- শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় - শিশুটির একটি পরীক্ষা করানো উচিত - পরীক্ষার ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময় পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট হতে হয় - পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসকে অবহিত করুন	...যখন শিশুর পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয় শর্তমতে তারা শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে আসার আগে 48 ঘন্টা যেন জ্বরমুক্ত থাকে এবং সুস্থ বোধ করে
 ...আমার শিশু COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর জন্য পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়েছে	- শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় - লক্ষণগুলি* শুরু হওয়ার থেকে কমপক্ষে 10 দিনের জন্য শিশুকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) - পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসকে অবহিত করুন - যখন থেকে লক্ষণগুলি শুরু হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) তখন থেকে 14 দিনের পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় - এমনকি যদি কারো এই 14 দিনের মধ্যে পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও	...10 দিন পরে, যখন শিশুটি সুস্থ বোধ করে এবং কমপক্ষে 48 ঘন্টা ধরে জ্বরমুক্ত থাকে যদি তাদের কাশি থাকে বা গন্ধ / স্বাদ নষ্ট হয়ে যায় তবুও তারা 10 দিন পরে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে আসতে পারে। একবারে সংক্রমণটি শেষ হয়ে যাওয়ার পরেও এই লক্ষণগুলি বেশ কয়েক সপ্তাহ ধরে চলতে পারে।
 ...আমার পরিবারের কারো একজনের মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর লক্ষণ রয়েছে*	- শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় - পরিবারের সদস্যের যার লক্ষণ আছে তার একটি পরীক্ষা করা উচিত - পরীক্ষার ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময় পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট হতে হয় - পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসকে অবহিত করুন	...যখন পরিবারের সদস্যের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয়, এবং শিশুর মধ্যে COVID-19 এর লক্ষণ* না থাকে
 ...আমার পরিবারের কারোর মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়েছে	- শিশুর সেটিং এ উপস্থিত হওয়া উচিত নয় - যখন থেকে লক্ষণগুলি শুরু হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) তখন থেকে 14 দিনের পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় - এমনকি যদি কারো এই 14 দিনের মধ্যে পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও	...যখন শিশুটি 14 দিনের সেলফ-আইসোলেশন সম্পন্ন করেছে, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও

কি করতে হবে যদি...	যে পদক্ষেপ গ্রহণ করা প্রয়োজন	শিক্ষা ও চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে যাওয়া
 ...এনএইচএস টেস্ট এবং ট্রেস আমার শিশুকে COVID-19 (করোনাভাইরাস) আছে এমন কারোর সাথে "ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ" হিসাবে চিহ্নিত করেছে	- শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় 14 দিনের জন্য শিশু সেলফ আইসলেট এ থাকবে (এনএইচএস টেস্ট এবং ট্রেস দ্বারা পরামর্শ দেওয়া হয়) – এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও - পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের সেলফ আইসলেট এ যাওয়ার দরকার নেই, যদি না তাদের খুব 'ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ' থাকে	...যখন শিশুটি সেই 14 দিনের সেলফ-আইসোলেশন সম্পন্ন করেছে, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয়
 ...আমরা / আমার শিশু বেড়িয়েছি এবং কোয়ারান্টাইনের সময়কালের অংশ হিসাবে সেলফ আইসলেট হতে হয়েছিল	- মেয়াদের মধ্যে অননুমোদিত ছুটি নেবেন না - ভ্রমণের জন্য বুকিংয়ের সময় কোয়ারান্টাইনের প্রয়োজনীয়তা এবং এক্সেস ও পরামর্শ বিবেচনা করুন - উপস্থিতির নীতি অনুযায়ী শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে তথ্য সরবরাহ করুন এমন গন্তব্য থেকে ফিরছেন যেখানে কোয়ারান্টাইন প্রয়োজন: - শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় 14 দিনের জন্য পুরো পরিবার সেলফ আইসলেট এ থাকবে – এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও	...যখন শিশুর জন্য 14 দিনের কোয়ারান্টাইনের মেয়াদ শেষ হয়ে যায়, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও
 ...আমরা একটি চিকিতসা / অফিসিয়াল উত্স থেকে পরামর্শ পেয়েছি যে আমার শিশুকে অবশ্যই প্রতিহত করা শুরু করতে হবে	- শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় - অ্যাটেনডেন্স অফিসার / প্যাস্টোরাল দল দ্বারা পরামর্শ অনুযায়ী স্কুলে যোগাযোগ করুন - শিশুকে ততক্ষণ প্রতিহত করা উচিত যতক্ষণ না আপনাকে জানানো হয় যে বিধিনিষেধ প্রত্যাহার করা হয়েছে এবং সিল্ডিং করা আবার থেমে আছে	...যখন শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিং / অন্যান্য সংস্থাগুলি আপনাকে জানায় যে বিধিনিষেধ প্রত্যাহার করা হয়েছে এবং আপনার শিশু আবার সেটিং এ ফিরে আসতে পারে
 COVID -19 (করোনাভাইরাস) এর জন্য কে পরীক্ষা করা উচিত তা নিয়ে আমি নিশ্চিত নই	- লক্ষণযুক্ত* ব্যক্তিদেরই শুধুমাত্র একটি পরীক্ষা করা দরকার - লক্ষণবিহীন লোকদের পরীক্ষা দেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয় না, এমনকি যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক এমন কোন ব্যক্তির সাথে 'ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ' থাকে	...উপরের শর্তগুলি যখন আপনার পরিস্থিতির সাথে মিলে যায়

উচ্চ তাপমাত্রা; নতুন ক্রমাগত কাশি; গন্ধ বা স্বাদের ক্ষেত্রে আপনার অনুভূতিতে ক্ষতি বা পরিবর্তনের যেকোন একটি লক্ষণের মধ্যে থাকতে পারে।

আপনার পরিবারের কারোর মধ্যে যদি লক্ষণ থাকে, nhs.uk/coronavirus এ বিনামূল্যে COVID-19 টেস্ট বুক করুন বা 119 এ কল করুন

আরো জানতে ও সহায়তার জন্য দয়া করে দেখুন