

COVID-19 (করোনা ভাইরাস)

আপনার যদি জ্বর, কাশি, গলা ব্যথা অথবা শ্বাসকষ্ট হয়ে থাকে তাহলে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। চিকিৎসা সংক্রান্ত পরামর্শের জন্য-

- আপনার জিপিকে ফোন করুন
- নিকটস্থ হাসপাতালের জরুরী বিভাগে যোগাযোগ করুন অথবা
- Health direct এর 1800 022 222 নম্বরে ফোন করুন

নিজেকে সুরক্ষিত রাখুন

COVID-19 বা করোনা ভাইরাস থেকে নিজেকে সুরক্ষিত রাখার সবচেয়ে ভালো উপায়, ফু বা শ্বাসতন্ত্রজনিত অসুস্থতা থেকে নিজেকে রক্ষা করার উপায় একইরকম। এক্ষেত্রে আপনি যা যা করতে পারেন তা হলো-

- কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড সাবান-পানি দিয়ে অথবা কমপক্ষে ৬০% এলকোহল আছে এমন এলকোহল-নির্ভর সেনসিটাইজার দিয়ে হাত পরিষ্কার করুন
- হাঁচি বা কাশি দেবার সময় নাক-মুখ কনুই বা টিস্যু দিয়ে ঢাকুন
- অসুস্থ ব্যক্তিকে ধরা-ছোঁয়া থেকে বিরত থাকুন
- অপরিষ্কার হাতে নিজের চোখ, নাক বা মুখ ধরা-ছোঁয়া থেকে বিরত থাকুন
- নিজে অসুস্থ হলে নিজের বাড়িতেই থাকুন।

করোনা ভাইরাস সংক্রান্ত তথ্য অনুসন্ধান

করোনা ভাইরাস (COVID-19) সংক্রান্ত যে কোন তথ্য পেতে 1800 020 080 নম্বরে ফোন করুন।
এই নম্বরটি সপ্তাহের সাত দিনই দিন-রাত ২৪ ঘণ্টা খোলা থাকে।

এছাড়াও করোনা ভাইরাস (COVID-19) সংক্রান্ত তথ্যের জন্য

www.health.nsw.gov.au/Infectious ওয়েবসাইটটি দয়া করে দেখুন