

১৩.৩.২০২০

করোনা ভাইরাস সম্পর্কে সাধারণ তথ্য তুলুতে অভিভাষণ সেবা গ্রহণকারীদের উদ্দেশ্যে।

এখানে ফিনিশ সরকারের দেওয়া কিছু তথ্য সংক্ষিপ্ত ভাবে প্রদান করা হলো

করোনা ভাইরাসের লক্ষণ ?

অনেক বেশি জ্বর

শরীর ব্যথা

কাঁশি

শ্বাসকষ্ট

ক্লান্তি অনুভব

যদি আপনার মনে হয়ে থাকে যে আপনি এই অসুখে আক্রান্ত, সেই ক্ষেত্রে নিকটস্থ স্বাস্থ্য কেন্দ্রে ফোন করুন।

- যদি আপনার অবস্থা তেমন খারাপ না হয়ে থাকে, তবে বাসায় থেকে সুস্থ হওয়ার চেষ্টা করুন।
- যদি আপনার সর্দি হয়ে থাকে অথবা করোনা ভাইরাস হবার সন্দেহ থেকে থাকে, সেই ক্ষেত্রে কাজে যাবেন না কিংবা বন্ধুদের সাথে দেখা করবেন না।
- বড়ো অনুষ্ঠান এড়িয়ে চলবেন।
- বৃদ্ধ কারো বাসাতে যাবেননা যেহেতু তারা ঝুঁকিপূর্ণ অবস্থায় আছেন।
- হাত দৌত করবেন এবং সঠিক ভাবে কাশি দিবেন।

- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এবং স্বাস্থ্যবিধি অবলম্বের মাধ্যমে করোনা ভাইরাস কিংবা অন্য যে কোনো ভাইরাস থেকে রক্ষা পাওয়ার উত্তম পন্থা।
- ভালো করে ঘনঘন সাবান ও পানি দিয়ে হাত দৌত করবেন।
- যদি হাত ধোয়ার সম্ভবনা না থাকে তবে হাতের স্যানিটাইজার ব্যবহার করতে হবে।
- হাঁচি এবং কাঁশি দেওয়ার সময়ে মুখ ঢাকতে হবে। রুমাল কিংবা জামার হাত ব্যবহার করতে হবে। সরাসরি হাতের তালুতে হাঁচি কিংবা কাশি দেওয়া যাবেনা।

করোনা ভাইরাস সম্পর্কে সাধারণ কিছু তথ্য

১. করোনা ভাইরাস খুব সম্ভবত বাচ্চাদের জন্য বিপদজনক না। যদি বাচ্চারা ভয় পেয়ে থাকেন , তবে তাদেরকে শান্ত করুন।
২. করোনা ভাইরাস সাধারণত সুস্থস্বাভাবিক মানুষদের জন্য বিপদজনক নয়।
৩. যদি আপনার বাচ্চার সর্ষি এর উপসর্গ হয়ে থাকে (নাক দিয়া পানি, কাঁশি) তবে তাকে স্কুল কিংবা ডেকেয়ারএ পাঠাবেন না।
৪. গণপরিবহন (ট্রেন, ভিড়ের বাস, মেট্রো) এড়ানোর চেষ্টা করবেন।
৫. খাবার কিংবা অন্য দ্রব্যাদী ফিনল্যাণ্ড এর দোকান থেকে শেষ হয়ে যাবেনা। ফিনিস সরকারের নিজস্ব গুদাম আছে এবং ফ্যাক্টরি থেকে মালামাল স্বাভাবিক ভাবে প্রদান করা হবে।
৬. আমরা মনোবল ঠিক রাখবো এবং একজন আরেকজনকে সহযোগিতা করবো। এটার অবশ্যই পরিভ্রান হবে।