

করোনা ভাইরাস রোগ ২০১৯ (কোভিড-১৯) বলতে কী বোঝায়?

করোনা ভাইরাস রোগ ২০১৯ হচ্ছে শ্বাসতন্ত্রের একটি অসুস্থতা যা ব্যক্তি-থেকে-ব্যক্তিতে ছড়াতে পারে। যে ভাইরাসটি কোভিড-১৯ ঘটায় সেটি হচ্ছে একটি অভিনব করোনা ভাইরাস যেটি চীনের উহানে একটি প্রাদুর্ভাবের অনুসন্ধানের সময় প্রথম চিহ্নিত করা হয়।

যুক্তরাষ্ট্রের মানুষ কি কোভিড-১৯-এ আক্রান্ত হতে পারে?

কোভিড-১৯ চীনে ব্যক্তি-থেকে-ব্যক্তির সংস্পর্শে ছড়াচ্ছে, চীনের বাইরে যুক্তরাষ্ট্রসহ কিছু কিছু দেশে ঘনিষ্ঠ লোকজনদের মধ্যে সীমিত ভাবে ছড়াচ্ছে। এ মুহুর্তে, যাইহোক, এই ভাইরাস বর্তমানে যুক্তরাষ্ট্রে জনগোষ্ঠীর মাঝে ছড়াচ্ছে না। ঠিক এই মুহুর্তে সংক্রমণের সবচেয়ে বড় ঝুঁকি হচ্ছে চীনের জনগণের জন্য অথবা যে-সকল লোকজন চীনে ভ্রমণ করেছে। সংক্রমণের ঝুঁকি সংস্পর্শের উপর নির্ভরশীল। সংক্রমিত লোকজনের ঘনিষ্ঠ ব্যক্তির সংস্পর্শের সবচেয়ে বড় ঝুঁকিতে আছে, যেমন স্বাস্থ্য পরিচর্যা কর্মী এবং যে ভাইরাস কোভিড-১৯ ঘটায় তা দ্বারা সংক্রমিত লোকজনের ঘনিষ্ঠজনেরা। সিডিসি নিবিড়ভাবে পরিস্থিতি পর্যবেক্ষণ করছে।

যুক্তরাষ্ট্রে কি কোভিড-১৯-এর কেস পাওয়া গেছে?

হ্যাঁ। জানুয়ারি ২১, ২০২০ তারিখে যুক্তরাষ্ট্রে কোভিড-১৯-এর প্রথম কেস সম্পর্কে জানা গেছে। যুক্তরাষ্ট্রে কোভিড-১৯ এর কেসের বর্তমান সংখ্যা সিডিসি'র এই ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>

কোভিড-১৯ কীভাবে ছড়ায়?

যে-ভাইরাস কোভিড-১৯ ঘটায় তার উৎস সম্ভাবত কোন জন্তু, তবে এখন মনে হচ্ছে এই রোগ ব্যক্তি-থেকে-ব্যক্তি ছড়াচ্ছে। লক্ষ্য করা গুরুত্বপূর্ণ যে ব্যক্তি-থেকে-ব্যক্তিতে বিস্তার একটানা চলতে পারে। কিছু কিছু রোগ অত্যন্ত ছোয়াঁচে (যেমন হাম), আবার কিছু কিছু রোগ বেশ কম ছোয়াঁচে। এই মুহুর্তে, অস্পষ্ট যে যে-ভাইরাসটি কোভিড-১৯ মানুষের মধ্যে ছড়ায়, তা কতটুকু সহজে বা দীর্ঘস্থায়ীভাবে তা করে। অভিনব এই করোনা ভাইরাসের বিস্তারের বিষয়ে যা জানা আছে সে-সম্পর্কে দেখার জন্য এখানে যান:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html>

কোভিড-১৯-এর উপসর্গগুলো কী কী?

কোভিড-১৯-এর রোগীদের মধ্যে শ্বাসতন্ত্রের মৃদু থেকে গুরুতর অসুস্থতা দেখা দেয় এবং এর উপসর্গ হচ্ছে

- জ্বর
- কাশি
- শ্বাসকষ্ট



এই ভাইরাসের গুরুতর জটিলতা কী কী?

অনেক রোগীর উভয় ফুসফুসে নিউমোনিয়া দেখা দেয়।

আমি নিজেকে কীভাবে সুরক্ষা করতে পারি?

যে-সকল ভাইরাস কোভিড-১৯ ঘটায় সেগুলোর সংস্পর্শ এড়িয়ে যাওয়াই হচ্ছে প্রতিরোধের সর্বোত্তম পন্থা।

শ্বাসতন্ত্রের ভাইরাস বিস্তার প্রতিরোধ করার জন্য দৈনন্দিন প্রতিরোধমূলক কিছু সহজ পদক্ষেপ আছে। এর অন্তর্ভুক্ত

- অসুস্থ লোকজনের ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।
- অধোয়া হতে দিয়ে আপনার চোখ, নাক, এবং মুখ স্পর্শ করা এড়িয়ে চলুন।
- আপনার হাত বারবার সাবান এবং পানি দিয়ে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধুয়ে নিন। সাবান ও পানির ব্যবস্থা না থাকলে কমপক্ষে ৬০% এলকোহল যুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।

আপনি অসুস্থ হলে, অন্যদের মাঝে শ্বাসতন্ত্রের রোগ ছড়ানো বিরত রাখতে, আপনাকে যা করতে হবে

- অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন।
- আপনার কাশি বা হাঁচির সময় টিস্যু দিয়ে মুখ ঢাকুন এবং পরে টিস্যু আবর্জনার পাত্রে ফেলে দিন।
- বার বার স্পর্শ-করা জিনিস এবং স্থান পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করুন।

আমি যদি সম্প্রতি চীন ভ্রমণ করে থাকি এবং অসুস্থ হয়ে থাকি, তাহলে কী করণীয়?

আপনি যদি বিগত ১৪ দিনে চীনে যেয়ে থাকেন এবং জ্বর, কাশি, বা শ্বাসকষ্টে অসুস্থ বোধ করেন, আপনি চিকিৎসা গ্রহণ করবেন। আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদায়কের অফিসে ফোন করে সেখানে যাবেন এবং তাদেরকে আপনার ভ্রমণ এবং আপনার উপসর্গ সম্পর্কে জানাবেন। আপনার অসুস্থতার সাথে অন্যান্য লোকজনের সংস্পর্শে না ঘটিয়ে কীভাবে চিকিৎসা সেবা গ্রহণ করতে হবে সে-বিষয়ে আপনাকে তারা নির্দেশনা দিবে। অসুস্থ অবস্থায়, লোকজনের সাথে সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন, বাইরে যাবেন না এবং অন্যান্যদের মাঝে অসুস্থতা ছড়ানোর সম্ভাবনা হ্রাস করার জন্য ভ্রমণ বিলম্বিত করুন।

কোন ভ্যাকসিন আছে কি?

বর্তমানে কোভিড-১৯ থেকে সুরক্ষার জন্য কোন ভ্যাকসিন নেই। সংক্রমণ প্রতিরোধ করার সর্বোত্তম পন্থা হচ্ছে যে-ভাইরাস কোভিড-১৯ ঘটায় তার সংস্পর্শ এড়িয়ে চলা।

কোন চিকিৎসা আছে কি?

কোভিড-১৯ এর কোন সুনির্দিষ্ট এন্টিভাইরাল চিকিৎসা নেই। কোভিড-১৯-এ আক্রান্ত রোগী উপসর্গের উপশমের জন্য চিকিৎসা সেবা চাইতে পারে।