



করোনা ভাইরাস 2019 কি ?

এ (করোনা) ভাইরাস হলো 2019 সালে আবিস্কৃতি একটি নতুন ভাইরাস যা এই মুহূর্তে বিশ্বব্যাপী প্রচলন রয়েছে /

কভিড-19 কি ?

কভিড-19 হলো ভাইরাস দ্বারা সৃষ্টি একটি রোগ /

কভিড-19 এর লক্ষণ গুলো কি কি ?

সর্বাধিক দেখা দেয়া লক্ষণ গুলো হলো-জ্বর, ক্লান্তি বা দুর্বলতা এবং শুষ্ক কাশি /

এ ভাইরাসে আক্রান্ত কছু কছু রোগীর খতেরে মাথা ব্যথা, নাকের সমস্যা-নাক দিয়ে পানি পড়া, গলা ব্যথা অথবা দায়রগিয়া দেখা দিতে পারে / এ লক্ষণ গুলো ধীরে ধীরে প্রাথমিক ভাবে শুরু হয় /

আবার কছু লোক এ রোগে আক্রান্ত হয়েছে তবু তাদের খতেরে কোন লক্ষণ দেখা যায়না এবং অসুস্থ্য বোধ করেন না / সাধারণত এ রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি উপযুক্ত বা প্রয়োজনীয় কোন চিকিৎসা ছাড়াই সুস্থ্য হয়ে উঠে /

যাইহোক, কছু রোগী খুব গুরুতর অসুস্থ্য হয়ে পরে, কছু খতেরে মারাত্বক আকার ধারণ করে থাকে /

সাধারণত যো সকল ব্যক্তির বয়স 65 বছরের উপরে এবং যারা পূর্ব থেকেই বিভিন্ন শারীরিক সমস্যায় ভুগছে তাদের জন্যে এটা গুরুতর আকার ধারণ করতে পারে /

কিভাবে এই রোগ ছরায় ?



কভিড-19 আক্রান্ত কোন ব্যক্তির হাঁচি-কাশি বা নিশ্বাসেরে ছোট ছোট কনার দ্বারা এক ব্যক্তি হতে অন্য ব্যক্তির মধ্যে নাক ও মুখেরে মাধ্যমে ছরিয়ে থাকে /



হাঁচি-কাশি বা নিশ্বাসেরে কনা গুলো আমাদের চারপাশেরে ব্যবহারিত (যমেন-মোবাইলফোন, দরজার-হাতল, কাগজ-কলম ইত্যাদি) দ্রব্যাদি গুলোতে অবস্থান করে এবং সে সকল দ্রব্যাদি যখন অন্য কোন ব্যক্তি তা ব্যবহার করার পর, নাক-মুখ স্পর্শ করে, তখন আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে/



ভ্রমণ বা যাত্রাকালীন অবস্থায় আমি বা পরিবারের কেহ যদি অসুস্থ্য বোধ করি তাহলে কি করবো ?

যদি আপনি বিমান বন্দরে (এয়ারপোর্ট) থাকা অবস্থায় অসুস্থ্য বোধ করেন এবং সেখানে যদি কর্তব্যরত আই, ও, এম (IOM) কর্মী থাকে তাহলে তাকে সতর্ক করুন যত্নে আপনাকে সহায়তা করবে/ আপনার যদি শ্বাসনালীর সমস্যার লক্ষণ দেখা দেয়, তাহলে মাস্ক (mask) পরিয়ে পুনরায় কনফার্ম হওয়ার জন্য বিমান বন্দরেরে ক্লিনিকি-নয় হবে /



যদি আপনি বিমানে ভ্রমণের অসুস্থ্য বোধ করেন-তাহলে অনুগ্রহ করে কর্তব্যরত বিমানবাহিনীকে সতর্ক করুন, সে বিমানে রীতি নীতি অনুযায়ী ব্যবস্থা গ্রহণ করবে /



যদি ভ্রমণের দলের সাথে আই, ও, এম (IOM) মদেকিয়াল সাহায্যকারী থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে তাকে সতর্ক করুন /

ভ্রমণকালীন অবস্থায় নোভেল করোনা ভাইরাস 2019 থেকে আমি কিভাবে নিজের নিরাপত্তা ও প্রতিরোধ করতে পারি ?



1. যত্নে সকল মানুষ আক্রান্ত বা সংক্রামিত হয়েছে তাদের থেকে দূরত্ব রাখুন / সম্ভব হলে কমপক্ষে এক মটার দূরত্ব রাখুন /



2. হাঁচি-কাশি দেওয়ার পূর্বে টিস্যু বা হাতের কনুই ব্যবহার করুন, হাত ব্যবহার হতে বিরত থাকুন ! ব্যবহারিত টিস্যুটি ময়লার পাত্রে (Trash) ফেলে দিয়ে হাত পানি দিয়ে ধুয়ে পরিস্কার করুন বা স্থানটিরীজ অ্যালকোহল দ্রব্য ব্যবহার করুন /



3. নাক-চোখ-মুখ স্পর্শ হতে বিরত থাকুন /



4. মাঝে মাঝে সাবান-পানি দিয়ে হাত কমপক্ষে বার (20 sec.) সত্নে ধোয়ে পরিস্কার রাখুন অথবা সাবান পানি না থাকলে হাত স্থানটিরীজ দ্রব্য দিয়ে পরিস্কার রাখুন /



কোন কিছু জানতে চান ? কোন ইতস্তত না করে আই, ও, এম (IOM) সদস্যকে জিজ্ঞাসে করুন /

নিরাপদে থাকুন এবং ভ্রমণ করুন !