অবিলম্বে প্রকাশের উদ্দেশ্যে: 11/21/2022 **গভর্নর ক্যাথি হোকল**

এই ছুটির মৌসুমে শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত অসুস্থতার ঝুঁকি কমাতে পদক্ষেপ গ্রহণের জন্য নিউ ইয়র্কবাসীর প্রতি গভর্নর হোকলের সনির্বন্ধ অনুরোধ

গুরুতর অসুস্থতা প্রতিরোধ করার জন্য প্রমাণিত প্রতিরোধমূলক পদক্ষেপসমূহ যেমন টিকাদান ও ভালোভাবে শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলার প্রতি উৎসাহিত করা হয়েছে

শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত রোগের জন্য দায়ী ভাইরাস, যেমন RSV ও ফ্লু, দ্বারা আক্রান্তের সংখ্যা দ্রুত গতিতে বৃদ্ধি পেয়েছে; কোভিড-19 এখনো একটি উল্লেখযোগ্য হুমকি হিসেবে বিদ্যমান রয়েছে

দেশজুড়ে সংক্রমণ বৃদ্ধি পাওয়া অব্যাহত থাকার এই সময়ে, গভর্নর ক্যাথি হোকল আজ এই ছুটির মৌসুমে অল্পবয়সী শিশু, প্রবীণ ব্যক্তি এবং শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত রোগের জন্য দায়ী ভাইরাস যেমন RSV, ইনফ্লুয়েঞ্জা ও কোভিড-19 দ্বারা আক্রান্ত হওয়ার ফলে সৃষ্ট স্বাস্থ্য সমস্যা থাকা ব্যক্তিদের সুরক্ষিত রাখার জন্য সতর্কতামূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করার জন্য নিউ ইয়র্কবাসীদের প্রতি সনির্বন্ধ অনুরোধ জানিয়েছেন। থ্যাংকসগিভিং এর ছুটির এই সময়ে স্টেটজুড়ে ভ্রমণ এবং ঘরের ভেতরে একত্রিত হওয়ার পরিমাণ বেড়ে যাওয়ায়, গভর্নর হোকল এসব ভাইরাস থেকে সুরক্ষিত থাকতে এবং স্থানীয় হাসপাতালগুলোতে রোগীর বোঝা কমিয়ে আনতে, নিউ ইয়র্কবাসীদেরকে সাধারণ প্রতিরোধমূলক পদক্ষেপগুলো গ্রহণ করার জন্য বলেছেন - যেমন টিকা গ্রহণের ক্ষেত্রে হালনাগাদ থাকা এবং স্বাস্থ্যবিধি যথাযথভাবে মেনে চলা।

"থ্যাংকসগিভিং এর ছুটির সময়ে যখন বহু নিউ ইয়র্কবাসী বন্ধুবান্ধব ও পরিবারের সঙ্গে একত্রিত হওয়ার জন্য প্রতীক্ষায় রয়েছেন, এই সময়ে আমাদেরও উচিত শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত অসুস্থতা ছড়িয়ে পড়া কমিয়ে আনার জন্য কার্যকর হবে বলে আমাদের জানা থাকা সাধারণ বিবেচনা বোধের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ পদক্ষেপসমূহ গ্রহণ করা," **বলেছেন গভর্নর হোকল।**. "টিকা গ্রহণের ক্ষেত্রে হালনাগাদ থাকতে ভুলবেন না - যার মধ্যে ফ্লু এর শট ও কোভিড-19 বুস্টারও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। এবং যদি আপনি অসুস্থ হয়ে পড়েন অথবা আপনার লক্ষণগুলো দেখা দেয়, তাহলে বাড়িতে থাকুন এবং প্রথমে আপনার প্রাথমিক সেবা প্রদানকারীর কাছ থেকে চিকিৎসা নিন।"

RSV, ইনফ্লুয়েঞ্জা ও কোভিড-19 অতি অল্পবয়সী শিশুদের জন্য, 65 বছর বা তারচেয়ে বেশি বয়সী নিউ ইয়র্কবাসীদের জন্য এবং অন্তর্নিহিত স্বাস্থ্য সমস্যায় আক্রান্ত ব্যক্তিদের জন্য

বিশেষভাবে বিপজ্জনক হয়ে উঠতে পারে। এই হুমকির ফলস্বরূপ, স্টেটের স্বাস্থ্য বিভাগ (Department of Health) শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত অসুস্থতা ক্রমশ বৃদ্ধি পাওয়ার বিরুদ্ধে সতর্ক থাকার জন্য হাসপাতাল, স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগ, ল্যাবরেটরি, ইমার্জেন্সি রুম, এবং অন্যান্য স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদেরকে সতর্ক করার জন্য এই শরতে একটি স্বাস্থ্য সংক্রান্ত পরামর্শমূলক বিজ্ঞপ্তি ইস্যু করেছে।

স্বাস্থ্য বিভাগের কমিশনার ড. ম্যারি টি. ব্যাসেট বলেন, "যদিও যে কাজটি করা সবচেয়ে সহজ সেটি হচ্ছে নিয়মিতভাবে হাত ধুয়ে ফেলা এবং ভালোভাবে স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলা, যেমন কাশি দেওয়ার সময় মুখ ঢেকে নেওয়া, কোভিড-19 এর বিরুদ্ধে আমাদের লড়াইয়ের সময় আমরা যেসব গুরুত্বপূর্ণ বিষয় শিখেছি তার মধ্যে একটি হচ্ছে ভালোভাবে ফিট হয় এমন একটি মাস্ক পরার ফলেও অন্যান্য শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত রোগের জন্য দায়ী ভাইরাস, যেমন ফ্লু ও RSV-এর বিস্তার নাটকীয়ভাবে কমে যায়। এই ছুটির মৌসুমে, দুই বছরেরও বেশি সময় আগে মহামারী শুরু হওয়ার পর থেকে সাধারণ অভ্যাসে পরিণত হওয়া একই ধরনের অনেক সুরক্ষামূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করা, যেমন ভবনের ভেতরে জনসমাগমের স্থানে মাস্ক পরিধান করার মাধ্যমে, আমরা আমাদের শিশু ও প্রবীণদের সুরক্ষিত রাখতে পারি, আমাদের পরিবারকে হাসপাতালের বাইরে রাখতে পারি এবং আমাদের স্থানীয় স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থার উপর থেকে চাপ কমিয়ে আনতে পারি।"

স্বাস্থ্য বিভাগের স্টেটব্যাপী ইনফ্লুয়েঞ্জার ওপর নজরদারি থেকে দেখা গেছে যে টানা ছয় সপ্তাহ ধরে সক্রিয়তার মাত্রা ভৌগোলিকভাবে বিস্তৃত হয়ে পড়েছে। গত তিন সপ্তাহে সংস্থাটির কাছে ল্যাবরেটরির তরফ থেকে নিশ্চিত করা ফ্লু আক্রান্তের সংখ্যা প্রায় তিনগুণে উন্নীত হয়েছে, অন্যদিকে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার সংখ্যা দ্বিগুণের বেশিতে উন্নীত হয়েছে।

সংস্থাটির সাপ্তাহিক ফ্লু ট্র্যাকার স্টেটজুড়ে আক্রান্তের সংখ্যা এবং হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার সংখ্যা প্রদর্শন করছে। ফ্লু এর মৌসুম জুড়ে এই সাইটটি আপডেট করা হয়, যে সময়টি সাধারণত অক্টোবর মাস থেকে শুরু করে পরবর্তী বছরের মে মাস পর্যন্ত।

জাতীয় পর্যায়ে, ফেডারেল রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (Centers for Disease Control and Prevention) অনুমান করছে যে অক্টোবর মাসে 1.6 মিলিয়ন থেকে 3.7 মিলিয়ন মানুষ ফ্লুতে আক্রান্ত হয়েছে; যার মধ্যে 760,000 থেকে 1.8 মিলিয়ন মানুষ স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাহায্য নিচ্ছে; এবং 13,000 থেকে 28,000 মানুষ হাসপাতালে ভর্তি হয়েছে। ফেডারেল সংস্থাটির অনুমান অনুযায়ী, গত মাসে 730 থেকে 2,100 মানুষ ফ্লু বা ফ্লু সম্পর্কিত কারণে মৃত্যুবরণ করেছে।

একইসাথে, সাম্প্রতিক বছরগুলোর তুলনায় RSV-তে আক্রান্তের কেস বেশি ঘন ঘন দেখা যাচ্ছে এবং এটি পেডিয়াট্রিক হাসপাতালের ধারণক্ষমতার উপর চাপ সৃষ্টি করতে পারে। একটি সাধারণ শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত ভাইরাস, RSV প্রবীণ প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি এবং অতি অল্পবয়সী শিশুদের জন্য - বিশেষ করে যাদের বয়স এক বছরের কম অথবা যাদের জন্ম প্রসবের নির্ধারিত সময়ের আগে ঘটেছে সেসব শিশুর জন্য - বিশেষভাবে ক্ষতিকর হয়ে উঠতে পারে।

RSV সম্পর্কে জনসচেতনতা বৃদ্ধি করতে এবং মা-বাবা, অভিভাবক, ও পেডিয়াট্রিশিয়ানদেরকে তথ্য প্রদান করার জন্য স্বাস্থ্য বিভাগ সোশ্যাল মিডিয়ায় শেয়ার জন্য তিনটি ভিডিও তৈরি করেছে: একটি ছোট ক্লিপ এবং একটি অপেক্ষাকৃত দীর্ঘ সংস্করণ যা বাবা-মায়েদের জন্য; এবং সুনির্দিষ্টভভাবে স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদের জন্য একটি সংস্করণ। এসব ভিডিও নিউ ইয়র্কবাসীদেরকে RSV ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করা, লক্ষণগুলো নিয়ন্ত্রণ ও সেবার ব্যবস্থাপনা, এবং কিভাবে অনেক বেশি অসুস্থ হয়ে যাওয়ার ঝুঁকিতে থাকা প্রিয়জনদের সুরক্ষিত রাখা যাবে সে সংক্রান্ত সেরা পদক্ষেপগুলো শনাক্ত করতে উৎসাহিত করছে।

এদিকে বিশেষ করে টিকা গ্রহণ না করা এবং যথাযথভাবে টিকা গ্রহণ না করা নিউ ইয়র্কবাসীদের জন্য কোভিড-19 একটি উল্লেখযোগ্য হুমকি হিসেবে রয়ে গেছে। কোভিড-19 যুক্তরাষ্ট্রে মৃত্যুর অন্যতম শীর্ষ কারণ; 6 মাস ও তারচেয়ে বেশি বয়সী সব নিউ ইয়র্কবাসীর উচিত টিকা গ্রহণের ক্ষেত্রে হালনাগাদ থাকা, বিশেষ করে প্রবীণ ব্যক্তি অথবা রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা দুর্বল হয়ে গেছে এমন ব্যক্তিদের, এবং এর পাশাপাশি 5 বছর ও তারচেয়ে বেশি বয়সীদের মধ্যে যারা হালনাগাদকৃত, বাইভ্যালেন্ট বুস্টার ডোজ গ্রহণের উপযুক্ত হয়েছেন তাদের উচিত টিকা গ্রহণের ক্ষেত্রে হালনাগাদ থাকা।

এই শরতে নিউ ইয়র্ক স্টেট কোভিড-19 সংক্রমণের সম্ভাব্য বৃদ্ধি মোকাবেলার জন্য প্রস্তুতি নিয়েছে, যা টানা দুই বছর ধরে শরত ও শীতকালে বৃদ্ধি পেতে দেখা গেছে। এখনো পর্যন্ত আক্রান্তের সংখ্যা মাঝারি পর্যায়ে রয়েছে - প্রতিটি অঞ্চলে প্রতি 100,000 জনে আনুমানিক 5 থেকে 25 জন - এবং কোভিড-19 এর কারণে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার সংখ্যাও অনুরূপভাবে স্থিতিশীল রয়েছে এবং এখন প্রতিটি অঞ্চলে প্রতি 100,000 জনে আনুমানিক 0.6 থেকে 2.3 জনের মধ্যে রয়েছে।

16 নভেম্বর তারিখে, 2,686 জন নিউ ইয়র্কবাসী কোভিড-19 পজিটিভ হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হন। এছাড়া স্বাস্থ্য বিভাগ কমিউনিটিগুলোতে সংক্রমণের মাত্রা চেক করার জন্য বর্জ্যপানির অবকাঠামোতে নজরদারি অব্যাহত রেখেছে, যা সংস্থাটিকে স্টেটজুড়ে সম্ভাব্য সংক্রমণ বৃদ্ধি শনাক্ত করতে সক্ষম করে তুলেছে।

নিউ ইয়র্কবাসীদের মধ্যে যাদের কোভিড-19 পরীক্ষায় পজিটিভ ফলাফল এসেছে, কিন্তু কোনো স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী নেই, তারা চিকিৎসা গ্রহণের জন্য মূল্যায়ন সম্পন্ন করতে একটি নতুন হটলাইনে ফোন করতে পারেন অথবা একটি অনলাইন ফরম জমা দিতে পারেন। আয় বা স্বাস্থ্য বিমা কভারেজের অবস্থা নির্বিশেষে সব নিউ ইয়র্কবাসী উপযুক্ত বিবেচিত হবেন। নিউ ইয়র্ক সিটির বাইরে: 888-TREAT-NY (888-873-2869) নম্বরে ফোন করুন অথবা NYS কোভিড-19 এক্সপ্রেস কেয়ার থেরাপিউটিক অ্যাক্সেস ওয়েবসাইট-এ একটি মূল্যায়ন সম্পন্ন করুন। নিউ ইয়র্ক সিটির অধিবাসীদের 212-COVID-19 নম্বরে ফোন করতে হবে।

শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত রোগের জন্য দায়ী ভাইরাসের বিরুদ্ধে সুরক্ষার জন্য, স্বাস্থ্য বিভাগ সাধারণ বিবেচনাবোধের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ সতর্কতামূলক পদক্ষেপসমূহ গ্রহণ করার পরামর্শ দিচ্ছে, যার মধ্যে রয়েছে:

- ফ্লু এবং কোভিড-19 সহ অন্যান্য টিকা গ্রহণের ক্ষেত্রে হালনাগাদ থাকা।
- ঘন ঘন কমপক্ষে 20 সেকেন্ড ধরে সাবান ও পানি দিয়ে আপনার হাত ধুয়ে ফেলা।
- হাতের মধ্যে কাশি বা হাঁচি না দেওয়া।
- নিয়মিত হাত ধোঁয়া এবং ভালোভাবে স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলা।
- অসুস্থ হলে বা লক্ষণ দেখা গেলে বাড়িতে থাকা।
- ঘরের ভেতরে জনসমাগমের স্থানে ভালোভাবে ফিট হওয়া, উচ্চ মানসম্মত মাস্ক পরা।

যাদের বাড়িতে উচ্চতর ঝুঁকির সম্মুখীন কোনো ব্যক্তি রয়েছে, যেমন 1 বছরের কম বয়সী, 65 বছরের বেশি বয়সী, অথবা দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা আছে এমন ব্যক্তি রয়েছে, তাদেরকে ঘরের বাইরে থাকার সময় অথবা যখন অন্যরা আপনার বাড়িতে আসে তখন মাস্ক পরিধান করার ব্যাপারে বিশেষভাবে সতর্ক থাকতে হবে, যেখানে এই সহজ, সতর্কতামূলক পদক্ষেপ সম্পর্কে বৈজ্ঞানিক প্রমাণ বিদ্যমান রয়েছে।

এসব ভাইরাস সম্পর্কে অবহিত সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে নিউ ইয়র্কবাসীদেরকে সাহায্য করার জন্য সংস্থানসমূহ লভ্য রয়েছে:

- RSV সম্পর্কিত তথ্য.
- ফ্লু সম্পর্কিত তথ্য, যার মধ্যে তথ্যপত্র এবং অন্যান্য ডাউনলোডযোগ্য উপকরণ রয়েছে।
- কোভিড-19 ওয়েবসাইটে জনসাধারণ, স্কুল, প্রাপ্তবয়স্ক সেবাকেন্দ্র এবং মেডিকেল ল্যাবরেটরিগুলোর জন্য সংস্থানসমূহ রয়েছে।
- টিকার কার্যকারিতাসম্পর্কিত তথ্য

###

আরো সংবাদ পাওয়া যাবে এখানে: www.governor.ny.gov-এ
নিউ ইয়র্ক স্টেট | এক্সিকিউটিভ চেম্বার | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418