

# করোনা ভাইরাস ছড়ানো রোধে নিউইয়র্কবাসীরা যা করতে পারেন



যদিও আপনি তীব্রভাবে অসুস্থ হন, অন্য রোগী বা স্বাস্থ্য পরিচর্যা কর্মীদের সংস্পর্শ রোধে জরুরী কক্ষে বা ডাক্তারের অফিসে যাওয়া থেকে বিরত থাকুন। আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন, ঘরে অবস্থান করুন এবং আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে ফোন করুন।



আপনার যদি উপসর্গসমূহ 3 বা 4 দিন স্থায়ী হয়, তাৎক্ষণিক পরামর্শের জন্য 311 এ ফোন করুন। যদি প্রয়োজন হয়, আপনাকে একজন ক্লিনিশিয়ানের সাথে সংযুক্ত করা হবে যিনি আপনার চিকিৎসা বা পরীক্ষার প্রয়োজন, নাকি অন্যদের সংস্পর্শ রোধে আপনার ঘরে অবস্থান করা উচিত এবং আপনার উপসর্গগুলির নিরীক্ষণ চালিয়ে যাওয়া উচিত তা নির্ধারণে সহায়তা করবেন।



আপনি যদি এমন কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে আসেন যিনি অসুস্থ, আপনাকে সেলফ-আইসোলেট বা আরো নিরীক্ষণ বা পরীক্ষার জন্য একটি সময় নির্ধারণ করতে বলা হবে। ভাইরাস বেশিরভাগ ক্ষেত্রে জ্বর এবং কাশির হালকা এবং মাঝারি লক্ষণ তৈরি করে এবং এটি ঘরেই নিয়ন্ত্রণ করা যায়।



আপনার যদি শ্বাস নিতে কষ্ট হয় বা এমন কোন কোন লক্ষণ যার জন্য তাৎক্ষণিক মেডিক্যালের দৃষ্টি আকর্ষণ প্রয়োজন 911 -এ ফোন করুন।