NHS
Great Ormond Street Hospital for Children
NHS Foundation Trust

27 মে 2020 তারিখে সর্বশেষ হালনাগাদকৃত

করোনাভাইরাস (কভিড-19) - শিশু, কিশোর-তরুণ এবং পরিবারগুলোর জন্যে তথ্যাবলী

আমরা বুঝি যে, আপনি হয়তো করোনাভাইরাস – যা কভিড-১৯ (COVID-19) নামেও পরিচিত – সম্পর্কে দুশ্চিন্তিত, বিশেষ করে যদি আপনার সন্তানের স্বাস্থ্যগত দীর্ঘ-মেয়াদি কোন দশা (জটিলতা) থাকে। করোনাভাইরাস প্রাদুর্ভাব সম্পর্কে আমাদের উপদেশ এবং এটি প্রতিরোধে আমাদের পদক্ষেপ কি এসব তথ্য গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতাল (GOSH) হতে প্রকাশিত এই তথ্যপত্রটিতে তুলে ধরা হয়েছে। আপনি বিশেষ বিশেষ কিছু রোগসম্পন্ন ব্যক্তিদের জন্যে নির্দেশিকা এখানে পাবেন।

যেহেতু আমরা এই নির্দেশিকাটি আমরা নিয়মিতভিত্তিতে হালনাগাদ করে থাকি, সেহেতু যদি আপনি এটি ভাগাভাগি করতে চান তাহলে আমরা কি বলেছি সে উদ্‌ধৃতি না দিয়ে অথবা সারমর্ম তুলে না ধরে বরং অনুগ্রহ করে সরাসরি gosh.nhs.uk/covid-19-FAQ তে লিঙ্ক করুন।

আমরা এন্‌এইচ্‌এস্‌, ইউকে সরকার এবং বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (ডব্লিউএইচ্‌ও) এর আনুষ্ঠানিক দিকনির্দেশনা অনুসরণ করছি। পরিস্থিতি ক্রমাগত পরিবর্তন হচ্ছে, আর তাই প্রয়োজনে এই তথ্যগুলো আমরা হালনাগাদ করবো – সর্বেশেষ উপদেশের পেতে হলে আপনি GOV.UK এর https://www.gov.uk/coronavirus ওয়েব্‌সাইটটি যেকোন সময় দেখতে পারেন।

প্রায়ই জিজ্ঞাসা করা হয় এরূপ প্রশ্নসমূহ

প্রশ্নঃ করোনাভাইরাস – কভিড-১৯ (COVID-19) কি?

উত্তরঃ এটি হচ্ছে একটি ভাইরাস যেটি ফুসফুসগুলোকে আক্রমণ করে এবং তাই মানুষের শ্বাসপ্রশ্বাসকে প্রভাবিত করে।

প্রশ্নঃ উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) কি কি?

উত্তরঃ উপসর্গগুলো (রগলক্ষণ) হচ্ছেঃ

- নতুন, অবিরত কাশি
- উচ্চ তাপমাত্রা
- আপনার গন্ধ অথবা স্বাদ অনুভূতি চলে যাওয়া অথবা পরিবর্তন হয়ে যাওয়া

কিন্তু, এগুলো অন্যান্য বহু পরিচিত অসুখের অনুরূপ। কোন ব্যক্তি করোনাভাইরাসে আক্রান্ত কিনা তা নিশ্চিত হবার একমাত্র উপায় হচ্ছে উক্ত ব্যক্তিকে পরীক্ষা করা।

nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19 সাইটে কভিড-১৯ এর উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) সম্পর্কে আরো পড়ুন।

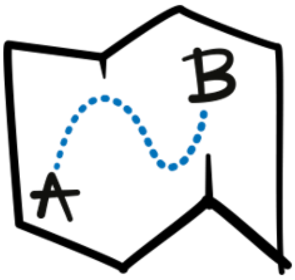
যদি আপনার, আপনার সন্তানের অথবা আপনার পরিবারের আর কারো মাঝে কভিড-১৯ এর উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে তাকে আপনার ডাক্তার অথবা ফার্মাসিস্টের কাছে যাবেন না – ঘরে থাকুন এবং জরুরি ডাক্তারী উপদেশের জন্যে 111.nhs.uk-তে NHS 111 অন্‌লাইন সার্ভিস ব্যবহার করুন।

তবে, যদি আপনি দুশ্চিন্তিত হন যে আপনার সন্তান অথবা মনে করেন যে তার জীবন ঝুঁকির সম্মুখীন, তাহলে আপনার উচিত 999-এ কল্‌ করা অথবা আপনার স্থানীয় দুর্ঘটনা এবং জরুরি বিভাগে (এ এন্ড ই) অথবা জরুরি কেয়ার সেন্টারে চলে যাওয়া, যেভাবে আপনি সাধারণত করে থাকেন।

যদি আপনার GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে যাওয়ার কথা থাকে এবং আপনি অথবা আপনার সন্তানের মাঝে কভিড-১৯ এর উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) থাকে, তাহলে হাসপাতালে যাওয়ার আগে অনুগ্রহ করে তার স্পেশালিয়েটি টীমের কাছে ফোন করুন।

প্রশ্নঃ কভিড-১৯ (COVID-19) বাচ্চাদেরকে আক্রমণ করে কী?

উত্তরঃ এই পর্যন্ত (21 মে 2020) প্রাপ্ত প্রমাণ থেকে বুঝা যায় যে, যদিও বাচ্চারা কভিড-১৯ (COVID-19) দ্বারা আক্রান্ত হয়, তথাপি



খুব অল্পসংখ্যক বাচ্চাদের মাঝে গুরুতর উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) দেখা দিবে – এমনকি যদিও তাদের আগে থেকেই স্বাস্থ্যগত জটিলতা থাকে।

GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে সুনির্দিষ্ট কিছু রোগীদের, যারা ভঙ্গুর তথা সহজে ক্ষতিগ্রস্ত হবার ঝুঁকিসম্পন্ন যারা এরূপ শ্রেণীভুক্ত হিসাবে বিবেচিত হতে পারেন অথবা যাদের অনাক্রম্যতা ক্ষমতা দুর্বল এসব ব্যক্তি সহ, রোগীদের প্রতি বিশেষজ্ঞ দিকনির্দেশনা প্রদান সহ, আমাদের রোগীদেরকে নিরাপর রাখার জন্যে আমরা অতিরিক্ত সকর্তকতাসমূহ অবলম্বন করছি।

প্রশ্নঃ 'জ্বালাময় রোগলক্ষণ তথা উপসর্গ', অথবা জ্বর এবং তলপেটের ব্যথার রোগলক্ষণ তথা উপসর্গ সম্পর্কে আমি দুশ্চিন্তিত হওয়া উচিত কী?

উত্তরঃ যদি আপনার সন্তানের জ্বর এবং তলপেটের ব্যথা থাকে, তাহলে NHS 111-তে কল্ করুন অথবা 111.nhs.uk-তে অন্‌লাইন সার্ভিসটি ব্যবহার করুন। যদি আপনি আপনার সন্তানের ব্যাপারে দুশ্চিন্তিত হন, তাহলে অনুগ্রহ করে 999-এ কল্ করুন অথবা তাকে দুর্ঘটনা এবং জরুরি বিভাগে (এ এন্ড ই) নিয়ে যান, যা স্বাভাবিকভাবে আপনারা করে থাকেন।

আপনারা হয়ত প্রচার মাধ্যমে প্রতিবেদন দেখে থাকবেন যে, জ্বর এবং তলপেটের ব্যথাজনিত উপসর্গ তথা রোগলক্ষণের বৈশিষ্ট্যসমেত জ্বালাময় রোগলক্ষণ তথা উপসর্গসম্পন্ন ভীষণ অসুস্থ শিশুরা হাসপাতালে ভর্তি হচ্ছে। এই উপসর্গ তথা রোগলক্ষণগুলোকে ভিন্ন একটি দশার সাথে তুলনা করা হয়েছে যেটি কাওয়াসাকি (Kawasaki) নামে পরিচিত।

বর্তমানে এই জ্বালাময় রোগলক্ষণ তথা উপসর্গগুলো মাত্র অল্পসংখ্যক শিশুদেরকে প্রভাবিত করছে এবং আমরা জানি না কভিড-১৯ এর সাথে এটির সরাসরি কোন সম্পর্ক আছে কিনা।

এই উপসর্গ সম্পর্কে আরো জানার এবং যেসব শিশুদের এটি রয়েছে তাদের কেয়ার (যতন/চিকিৎসা) সর্বোত্তমভাবে দিতে পারি তা জানার জন্যে আমরা বৃহত্তর এন্‌এইচ্‌এস্ এর সাথে কাজ করছি। আমাদের gosh.nhs.uk/news/gosh-statement-cases-children-symptoms-including-fever-and-abdominal-pain এবং সাইটে যেয়ে আপনি আমাদের বিবৃতি পড়তে পারবেন।

প্রশ্নঃ আমার সন্তানের স্বাস্থ্যগত দীর্ঘ-মেয়াদি দশা (জটিলতা) রয়েছে, আমার কি করা উচিত?

উত্তরঃ জাতীয় সংস্থাগুলোর উপদেশের সাথে সামঞ্জস্য রেখে, ইতোমধ্যে নানান স্বাস্থ্যগত সমস্যাসম্পন্ন এরূপ শিশু এবং কিশোর-তরুণদের জন্যে আমাদের ক্লিনিক্যাল টীম তথ্য প্রদান করছে। আপনি বিশেষ বিশেষ কিছু রোগসম্পন্ন ব্যক্তিদের জন্যে নির্দেশিকা gosh.nhs.uk/covid-19-specialty-guides এ পাবেন। এগুলো নিয়মিতভিত্তিতে হালনাগাদ করা হবে এবং আমাদের ওয়েব্‌সাইট আর সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে এগুলো ভাগাভাগি করা হবে।

হয়ত কভিড-১৯ (COVID-19) হতে মারাত্মক সংক্রমণের বাড়ন্ত ঝুঁকিসম্পন্ন ব্যক্তিদের সম্পর্কে nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk-from-coronavirus/whos-at-higher-risk-from-coronavirus সাইটে এন্‌এইচ্‌এস-এর যে নির্দেশিকাটি রয়েছে সেটি পর্যালোচনা করলে হয়তো উপকার হতে পারে।।

কভিড-১৯ এর কারণে 'মারাত্মক ভঙ্গুর' হিসেবে বিবেচিত রোগী শ্রেণীগুলোর জন্যে 'শিল্ডিং' (সুরক্ষা ব্যবস্থা) সম্পর্কে নিম্নে আপনি আরো তথ্যাবলী পেতে পারেন।

যদি আপনার কোন প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থাকে, তাহলে আপনার সন্তানের কেয়ারের দায়িত্বে জড়িত GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতাল টীমের কাছ থেকে উপদেশ নিন। যোগাযোগ বজায় রাখার সহজ এবং নিরাপদ উপায় হচ্ছে MyGOSH অন্‌লাইন পোর্টাল। আরো জানতে হলে gosh.nhs.uk/your-hospital-visit/mygosh দেখুন। অনুগ্রহ করে nhs.uk-তে এন্‌এইচ্‌এস্ এর দিকনির্দেশিকাটি দেখুন।

প্রশ্নঃ এন্‌এইচ্‌এস্ আমার আমার সাথে যোগাযোগ করে বলেছে যে কভিড-১৯ (COVID-19) মহামারি চলাকালীন সময়ে আমার সন্তান স্বাস্থ্যগত দিক থেকে সবচেয়ে ঝুঁকির সম্মুখীন; তাহলে এখন আমার কি করা উচিত?

উত্তরঃ কভিড-১৯ (COVID-19) এর কারণে যারা ভঙ্গুর তথা সহজে ক্ষতিগ্রস্ত হবার ঝুঁকির মারাত্মক সম্ভাবনাসম্পন্ন অথবা যারা এটি হতে সবচেয়ে ঝুঁকির সম্মুখীন বলে চিহ্নিত হয়েছেন এরূপ সকল ব্যক্তির সাথে এন্‌এইচ্‌এস্ যোগাযোগ করছে। আপনার উচিত তাদের উপদেশ সতর্কতার সাথে মেনে চলাঃ সবসময় ঘরের ভিতর থাকুন এবং কমপক্ষে 1 জুন পর্যন্ত সব ধরনের সামনাসামনি (ফেইস্‌-টু-ফেইস্) যোগাযোগ এড়িয়ে চলুন। এটি 'শিল্ডিং' (প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা/রক্ষাকবচ) হিসেবে পরিচিত।

এই দিকনির্দেশনাটি একটি চিঠি অথবা ট্যাক্‌স্‌ট্ আকারে অথবা উভয়ভাবে হয়ত আপনি পেয়েছেন। ইহা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে 'শিল্ডিং' (প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা/রক্ষাকবচ) করার জন্যে এন্‌এইচ্‌এস্ যাকে পরামর্শ দিয়েছেন তিনি যেনো এই দিকনির্দেশনাটি অনুসরণ করেন, যদিনা আপনার ক্লিনিক্যাল টীম ভিন্নভাবে উপদেশ দিয়ে থাকেন। আমরা এই ভাইরাস সম্পর্কে আরো জানতে পারছি, আর তাই কোন্ কোন্ রোগী শ্রেণী 'শিল্ডিং' করা প্রয়োজন সে তালিকায় পরিবর্তন ঘটতে পারে।

আমরা বুঝি যে, এই উপদেশ মানসিক চাপের কারণ হতে পারে, আর তাই আপনার এবং আপনার পরিবারের জন্যে এর মানে কি দাঁড়াতে পারে তা পরিষ্কার করার জন্যে আমরা বিশেষজ্ঞ কিছু দিকনির্দেশনা সন্নিবেশিত করেছি। gosh.nhs.uk/covid-19-and-vulnerable-children এ যেয়েও আপনি অন্‌লাইনে এ তথ্যগুলো পেতে সক্ষম হবেন। nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk-from-coronavirus/whos-at-higher-risk-from-

coronavirus সাইটে যেয়ে 'শিল্ডিং' তথা রক্ষাকবচ সম্পর্কিত আরো দিকনির্দেশনা পেতে মারেন।

আমরা বুঝি যে, কোন কোন পরিবারের জন্যে তাদের বাচ্চাদেরকে 'শিল্ডিং' (প্রতিরক্ষা ব্যবস্থা/রক্ষাকবচ) করার বিষয়টি কঠিন হতে পারে – আপনাদেরকে সাহায্য করার জন্যে আমরা রয়েছি। পেরে উঠা এবং শিল্ডেড্ তথা সুরক্ষিত থাকার ব্যাপারে সাহায্য করার জন্যে পরিবারগুলোর জন্যে কয়েকটি সহায়ক সার্ভিস গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে রয়েছে। আপনার সন্তানের ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে কথা বলার পাশাপাশি, গোপনীয় সাহায্য এবং উপদেশের জন্যে অনুগ্রহ করে PALS টীমের সাথে 0207 829 7862 নম্বরে অথবা pals@gosh.nhs.uk-তে যোগাযোগ করুন।

সরকারের ন্যাশনাল শিল্ডিং প্রোগ্রাম (জাতীয় রক্ষাকবচ কর্মসূচি) কাছেও আপনি সাহায্যের অনুরোধ করতে পারেন, যেটি ব্যক্তি আর পরিবারগুলো সুরক্ষিত থাকার ব্যাপারে সাহায্য করার জন্যে মৌলিক প্রয়োজনীয় সামগ্রী যুগিয়ে থাকে, যেমনঃ খাদ্য এবং কেয়ার (চিকিৎসা/সেবাযত্ন)। www.gov.uk/coronavirus-extremely-vulnerable তে নাম রেজিস্টার করুন।

প্রশ্নঃ এন্এইচ্এস্ 'শিল্ডিং তথা সুরক্ষা করার' জন্যে আমার সন্তানকে উপদেশ দেয়নি, কিন্তু আমি মনে করি তার পাওয়া উচিত ছিলো। তাহলে এখন আমার কি করা উচিত?

উত্তরঃ nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk-from-coronavirus/whos-at-higher-risk-from-coronavirus সাইটে যেয়ে ভঙ্গুর তথা সহজে ক্ষতিগ্রস্ত হবার ঝুঁকির সম্ভাবনাসম্পন্ন ব্যক্তিদের যে তালিকাটি রয়েছে সেটি অনুগ্রহ করে দেখুন। এই ভাইরাসটি লোকজনের বিভিন্ন গ্রুপকে কিভাবে প্রভাবিত করে সে সম্পর্কে আমরা আরো জানতে পারছি, আর তাই এই দিক্নির্দেশনাতে পরিবর্তন ঘটতে পারে।

রোগীরা ছাড়াও, যেসব ব্যক্তিদেরকে উপদেশ দেয়া হয়েছে 'শিল্ডিং' তথা রক্ষাকবচমূলক ব্যবস্থা অবলম্বন করার জন্যে তাদের কথা জানানোর জন্যে ক্লিনিশানদের সাথেও এন্এইচ্এস্ যোগাযোগ করছে। এটি একথা বলার জন্যে যে, GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের ক্লিনিশানগণ সহ, তারা তাদের রোগীদের তালিকাগুলো পর্যালোচনা করতে পারেন এবং যদি তারা মনে করেন যে কোন রোগীকে শিল্ডিং তালিকায় তথা রক্ষাকবচ তালিকায় অন্তর্ভুক্ত করা উচিত তাহলে তারা তা করবেন।

gosh.nhs.uk/covid-19-specialty-guides এ যেয়ে, আপনার সন্তানের ক্লিনিক্যাল টীমের কাছ থেকে আমাদের আমাদের বিশেষজ্ঞ দিকনির্দেশিকা তথ্যাবলীপত্র রয়েছে সেটি হতেও আপনি উপদেশ পেতে পারেন।

যদি আপনার সন্তানকে 'শিল্ডিং' তথা সুরক্ষা করার ব্যাপারে আপনার কোন প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে যোগাযোগ করুন।

প্রশ্নঃ কি কি সাবধানতা অবলম্বন করা আমাদের উচিত?

উত্তরঃ 13 মে 2020 তারিখ হতে হালনাগাদ সরকারি দিক্নির্দেশনার পরবর্তীতে, ইউকের সবাইকে উপদেশ দেয়া হয়েছে যে তারা সবাই যেনো যতটুকু সম্ভব ঘরের ভিতর থাকেন। যদি একান্ত জরুরী কোন প্রয়োজন আপনাকে ঘর থেকে বের হতেই হয়, তাহলে আপনার উচিত আপনি একত্রে বাস করেন না এরূপ যেকোন এরূপ যেকোন ব্যক্তির কাছ থেকে আপনি যেনো কমপক্ষে 2 মিটার দূরত্ব বজায় রাখেন। এটিকে বলে 'সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা'।

ভালোমতন হাত ধৌতকরণ, এবং আপনার চোখ, নাখ এবং মুখ স্পর্শ না করা সহ, সংক্রমণ এড়ানোর জন্যে সকলের উচিত ব্যাপকভাবে প্রকাশিত সতর্কতা অবলম্বন করা। যেক্ষেত্রে লোকজনের কাছ থেকে দূরে থাকা কঠিন হয়ে দেখা দেয় সেক্ষেত্রে মুখমণ্ডল আবৃত করার জিনিস (মুখমণ্ডল আচ্ছাদন) পরিধান করার জন্যেও জনগণকে উপদেশ দেয়া হচ্ছে। যদি আপনি একটি পরিধান করার সিদ্ধান্ত নেন, যারা এগুলো সঠিকভাবে পরিধান করতে সক্ষম কেবল তাদেরই উচিত এগুলো পরা।

অনুগ্রহ করে লক্ষ্য করুন যে, আপনি ইউকে-র কোথায় বাস করেন এর উপর ভিত্তি করে, ভ্রমণ, কাজ এবং ঘরের বাইরে সময় কাটানোর ক্ষেত্রে তারতম্য ঘটতে পারে। nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19 থেকে আরো দিক্নির্দেশনা জেনে নিন।

যদি আপনার সন্তান কভিড-১৯ (COVID-19)এর কারণে স্বাস্থ্যগত দিক থেকে সবচেয়ে ঝুঁকির সম্মুখীন বলে চিহ্নিত হয়ে থাকে, তাহলে gosh.nhs.uk/covid-19-and-vulnerable-children এ যেয়ে GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতাল প্রদত্ত 'শিল্ডিং' তথা রক্ষাকবচ সম্পর্কিত বিশেষজ্ঞ উপদেশ পড়তে পারেন। 'শিল্ডিং' বলতে আপনার এবং আপনার পরিবারের জন্যে কি বুঝায় সে সম্পর্কে ইহা বাস্তবসম্মত উপদেশ প্রদান করে।

যদি আপনি এমন একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি হয়ে থাকেন যিনি কভিড-১৯ (COVID-19) এর কারণে স্বাস্থ্যগত দিক থেকে সবচেয়ে ঝুঁকির সম্মুখীন বলে চিহ্নিত হয়েছেন, তাহলে আপনার উচিত NHS (এন্এইচ্এস্) ওয়েব্সাইটে প্রদত্ত 'শিল্ডিং' তথা রক্ষাকবচ সম্পর্কিত দিকনির্দেশনাগুলো অনুসরণ করা।

যদি আপনার সন্তান অথবা আপনার পরিবারের কোন সদস্যের মাঝে কভিড-১৯ (COVID-19) এর উপসর্গগুলো (রোগলক্ষণ) দেখা দেয়, তাহলে অনুগ্রহ করে তাকে আপনার ডাক্তার অথবা ফার্মাসিস্টের কাছে যাবেন না – ঘরে থাকুন এবং জরুরি ডাক্তারী উপদেশের জন্যে 111.nhs.uk-তে NHS 111 অন্লাইন সার্ভিস ব্যবহার করুন এবং GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের আপনার ক্লিনিক্যাল টীমকে তা জানান।

প্রশ্নঃ যদি আমার সন্তান কভিড-১৯ (COVID-19) দ্বারা আক্রান্ত হয় তাহলে সে তার ঔষধ খাওয়া বন্ধ করে দিবে কী?

উত্তরঃ না, যেসব ঔষধ খাওয়ার জন্যে চিকিৎসক লিখে দিয়েছেন সেগুলো সে মোতাবেক খাওয়ার বিষয়টি খুবই গুরুত্বপূর্ণ এবং ঔষধ না খেলে আপনার সন্তানের অবস্থা আরো খারাপের দিকে যেতে পারে। আপনার সন্তানের ঔষধের ব্যাপারে কোন সিদ্ধান্ত নেওয়ার

আগে অনুগ্রহ করে আপনার বিশেষজ্ঞ টীমের সাথে সলাপরামর্শ করুন।

প্রশ্নঃ যদি আমার সন্তান এমন কোন কারণে অসুস্থ হয়ে পড়ে যা কভিড-১৯ (COVID-19) এর সাথে সম্পর্কিত নয় তাহলে আমি কি করবো?

উত্তরঃ যদি আপনার সন্তানের দীর্ঘমেয়াদি বা বর্তমান স্বাস্থ্যগত দশার মাঝে কোন পরিবর্তন ঘটে, তাহলে তার কেয়ার তথা সেবা-যত্ন/চিকিৎসার সাথে GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের যে টীমটি জড়িত অনুগ্রহ করে তাদের সাথে যোগাযোগ করুন, যেভাবে আপনি সাধারণত যোগাযোগ করে থাকেন। এটি করার সহজ এবং নিরাপদ উপায় হচ্ছে gosh.nhs.uk/your-hospital-visit/mygosh এ যেয়ে MyGOSH অন্‌লাইন পোর্টালের মাধ্যমে করা। আপনাদের অনুসন্ধান/প্রশ্নগুলোর প্রতি সাড়া দেয়ার জন্যে আমরা যথাসাধ্য চেষ্টা করছি, কিন্তু কোন কোন ক্ষেত্রে তা স্বাভাবিক সময়ের চেয়ে কিছুটা বেশি সময় নিতে পারে।

ডাক্তারী উপদেশের জন্যে আপনি NHS 111 নম্বরে ফোন করতে পারেন অথবা 111.nhs.uk ভিজিট করতে পারেন, সারাদিন 24 ঘন্টার মধ্যে যেকোন সময়। তবে, যদি আপনি দুশ্চিন্তিত হন যে আপনার সন্তান অথবা যদি মনে করেন যে তার জীবন ঝুঁকির সম্মুখীন, তাহলে আপনার উচিত সবসময় 999-এ কল্‌ করা অথবা আপনার স্থানীয় দুর্ঘটনা এবং জরুরি বিভাগে (এ এন্ড ই) অথবা জরুরি কেয়ার সেন্টারে চলে যাওয়া, যেভাবে আপনি সাধারণতঃ করে থাকেন।

দি রয়াল কলেজ অব্‌ পিডীয়্যাট্রিক্‌স্‌ এন্ড চাইল্ড হেল্‌থ্‌ (আরসিপিসিএইচ্‌) তাদের জন্যে a helpful poster for parents and carers (মাতাপিতা কেয়ারারদের জন্যে একটি উপকারী পোস্টার) তৈরি করেছে যারা হয়তো দুশ্চিন্তিত হতে পারেন অথবা অনিশ্চিত থাকেন যে কভিড-১৯ (COVID-19) মহামারি কালীন সময়ে যদি তাদের সন্তান অসুস্থ হয় অথবা জখমগ্রস্ত হয় তাহলে তাদের কি করা উচিত।

সরকার যে উপদেশ দিয়েছে তা অনুসরণ করা গুরুত্বপূর্ণ, তবে মনে রাখবেন যে যদি আপনার পরিবারের সেবা-যত্ন/চিকিৎসা প্রয়োজন হয় তাহলে NHS 111, জিপিগণ এবং হাসপাতালগুলো অব্যাহতভাবে সেগুলো প্রদান করে যাচ্ছে।

অনুগ্রহ করে লক্ষ্য করুন যে আরসিপিসিএইচ্‌ এর পোস্টারটি সকল শিশুদের জন্যে সাধারণ উপদেশ প্রদান করে। এটি আপনার সন্তানের স্বাস্থ্যগত বিশেষ দশা অথবা তার ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য এবং কেয়ার (সেবা-যত্ন/চিকিৎসা) প্লান তথা পরিকল্পনাটি হিসাবে ধরে না। যদি আপনার কোন প্রশ্ন থাকে, তাহলে আপনার সন্তানের কেয়ারের সাথে GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের যে টীমটি জড়িত অনুগ্রহ করে তাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

প্রশ্নঃ আমার সন্তানের আসন্ন এপোয়েন্টমেন্ট অথবা ভর্তি বাতিল হয়ে যাবে কী?

উত্তরঃ জরুরিভিত্তিতে কেয়ার (যতন/চিকিৎসা) পাওয়া যেসব শিশু আর কিশোর-তরুণদের সবার চেয়ে বেশি প্রয়োজন তাদেরকে তা দেয়া নিশ্চিত করার জন্যে, আমরা যেভাবে আমাদের সার্ভিসগুলো পরিচালনা করে থাকি সেগুলো আমরা পরিবর্তন করেছি, যার অন্তর্ভুক্ত রয়েছে কিছু কিছু অপারেশন, এপোয়েন্টমেন্ট এবং ভর্তি স্থগিত করা।

আমাদের ক্লিনিক্যাল টীম প্রতিটি রোগীর বিষয় সতর্কতার সাথে যাচাই করে দেখছে এ দেখার জন্যে যে কোন্‌ কোন্‌ রোগীদের হাসপাতালে আসাটা একান্তই প্রয়োজন, কোন্‌ কোন্‌ ক্লিনিক আর কন্‌সাল্‌ট্যাশন ভিন্ন উপায়ে করা সম্ভব, যেমন ভিডিও অথবা ফোন কল্‌, এবং কোন্‌ কোন্‌ অপারেশন, এপোয়েন্টমেন্ট এবং ভর্তিগুলোর জন্যে নতুন তারিখ নির্ধারণ করা যেতে পারে।

যদি আপনার সন্তানের অপারেশন, এপোয়েন্টমেন্ট এবং ভর্তি স্থগিত করার প্রয়োজন আমাদের হয়, তাহলে আমরা আপনার সাথে সরাসরি যোগাযোগ করবো আমাদের পক্ষে যথাশীঘ্র সম্ভব। আমরা আশাকরি আপনি বুঝেন যে এতে হয়তো স্বাভাবিক সময়ের চেয়ে কিছুটা বেশি সময় লাগতে পারে এবং এই মুহূর্তে নতুন এপোয়েন্টমেন্ট অথবা ভর্তিসংক্রান্ত বিশদ কোন তথ্য আপনাকে দিতে হয়ত আমরা সক্ষম হবো না।

প্রশ্নঃ আমার সন্তানের আসন্ন এপোয়েন্টমেন্ট অথবা ভর্তি বাতিল হয়ে গিয়েছিলো। আমি দুশ্চিন্তিত যে বিলম্ব তার স্বাস্থ্যের উপর প্রভাব পড়বে।

উত্তরঃ আমরা জানি যে চিকিৎসার ব্যাপারে বিলম্ব বিরাট দুশ্চিন্তার কারণ হতে পারে, বিশেষ করে সেসময় আমরা যখন আপনাকে একটি নতুন তারিখ দিতে হয়তো সক্ষম হবো না।

আপনার সন্তানের স্বাস্থ্য আগের মতোই আমাদের কাছে এক নম্বর অগ্রগণ্য বিষয়। আমাদের ক্লিনিক্যাল টীম প্রতিটি রোগীর পরিস্থিতি আলাদাভাবে যাচাই করছে, এবং কেবলমাত্র তখনই অপারেশন এবং এপোয়েন্টমেন্টগুলো বাতিল করছেন যখন তা করা নিরাপদ বলে আমরা মনে করি।

যেহেতু আসন্ন সপ্তাহগুলোতে পরিকল্পিত এপোয়েন্টমেন্ট এবং ভর্তিগুলো আমরা পুনরায় শুরু করতে যাচ্ছি, তাই আমাদের ক্লিনিক্যাল টীম কঠোর পরিশ্রম করে যাচ্ছে সেসব ব্যক্তিদেরকে অগ্রাধিকার দেওয়ার জন্যে আমাদের কেয়ার যাদের সবচেয়ে জরুরিভাবে প্রয়োজন। আমরা জানি বিলম্ব কতোটুকু উদ্বেগজনক হতে পারে এবং এগুলো ন্যূনতম পর্যায়ে রাখার জন্যে আমরা আমাদের যথাসাধ্য চেষ্টা করছি, তবে আমরা এ নিশ্চিত করি যে আমরা যেনো নিরাপদে এবং সরকার প্রদত্ত উপদেশ মোতাবেক কেয়ার (চিকিৎসা/সেবাযত্ন) প্রদান করি।

যদি আপনার কোন প্রশ্ন থাকে অথবা গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আপনার ভিজিটের ব্যাপারে দুশ্চিন্তিত হন, তাহলে আপনার ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে **MyGOSH** অন্‌লাইন পোর্টাল gosh.nhs.uk/your-hospital-visit/mygosh মাধ্যমে যোগাযোগ করুন।

প্রশ্নঃ আমার সন্তানের একটি নির্ধারিত এপোয়েন্টমেন্ট অথবা ভর্তি আসন্ন। আগমনের আগে আমাদের কি কি জানা প্রয়োজন?

উত্তরঃ আপনার সন্তানের যে কেয়ার প্রয়োজন তা যেনো আমরা GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে নিরাপদে প্রদান করতে পারি তা নিশ্চিত করার জন্যে, আমাদের ডাক্তার এবং সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ বিশেষজ্ঞগণ ঘনিষ্টভাবে একত্রে কাজ করে যাচ্ছেন এবং মনোযোগ সহকারে জাতিয় দিকনির্দেশনা শুনছেন।

যদি আপনার GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে উপস্থিত হওয়ার কথা থাকে এবং আপনি অথবা আপনার সন্তান কভিড-১৯ (COVID-19) এর উপসর্গ (রোগলক্ষণ) হতে ভুগে থাকেন অথবা যদি আপনি মনে করেন যে কভিড-১৯ (COVID-19) দ্বারা আক্রান্ত কোন ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে আপনারা হয়ত ছিলেন, তাহলে হাসপাতালে যাওয়ার আগে অনুগ্রহ করে আপনার সন্তানের স্পেশালিয়েটি টীমের কাছে ফোন করুন। অনুগ্রহ করে আপনার জিপি অথবা ফার্মাসিস্টের কাছে যাবেন না - ঘরের ভিতরে থাকুন এবং জরুরি ডাক্তারী উপদেশের জন্যে 111.nhs.uk তে যেয়ে NHS 111 অন্‌লাইন সার্ভিসটি ব্যবহার করুন।

যদি আপনি GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আসেন, তাহলে কিছু দিকনির্দেশনা এবং আচরণ রয়েছে যেগুলো অনুসরণ করার জন্যে আমরা পরিবারগুলোকে বলছি – আপনার ভিজিটের আগে অথবা আপনি যখন হাসপাতালে উপস্থিত থাকবেন উভয় সময়ে। হাসপাতালের - রোগী, পরিবার, আমাদের স্টাফ - সবাইকে যথাসম্ভব নিরাপদ রাখার আমরা যেসব পদক্ষেপ নিয়েছি এগুলো হচ্ছে সেগুলোর একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ।

যখন আপনার সন্তান GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে ভিজিট করবে, তখন একটি পরিবার হতে মাত্র একজন কেয়ারারকে হাসপাতালে প্রবেশের অনুমতি দেয়া হবে। একই কেয়ারার প্রতিদিন হওয়া উচিত। দুঃখজনকভাবে, আপন ভাইবোনরা হাসপাতালে ভিজিট করতে পারবেন না।

আমরা বুঝি যে এই পদক্ষেপগুলো পরিবারগুলোর জন্যে কঠিন হবে, তবে হাসপাতালে দর্শনার্থী তথা ভিজিটরদের সংখ্যা সীমিত করার ফলে তা সংক্রমণের ঝুঁকি উল্লেখযোগ্য মাত্রায় কমানোর ব্যাপারে আমাদেরকে সাহায্য করে এবং এর ফলে গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের আপনাকে, আপনার সন্তানকে এবং অন্যান্য সবাইকে নিরাপদ রাখছি।

তথাপি, আমরা জানি যে হয়তো এমন কিছু রোগী রয়েছে যাদের ক্ষেত্রে একাধিক কেয়ারার থাকার বিষয়টি খুবই গুরুত্বপূর্ণ। যদি আপনি মনে করেন যে বিষয়টি সেরকম, তাহলে সন্তানের প্রয়োজনগুলোর ব্যাপারে সরাসরি আলোচনা করার জন্যে অনুগ্রহ করে আপনার সন্তানের ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে যোগাযোগ করুন।

যদি পরিকল্পিত ভর্তির জন্যে আপনার সন্তান GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে এসে থাকে, তাহলে হাসপাতালে আসার আগে এবং পরে নিজেকে অন্যদের সংস্পর্শ হতে দূরে রাখার (সেলফ্-আইসোল্যাশন) প্রয়োজন তার হতে পারে এবং এর পাশাপাশি তার সাথে আগমনকারী তার মা/বাবা অথবা কেয়ারারও নিজেদেরকে অন্যদের সংস্পর্শ হতে দূরে রাখতে হবে। যদি এটি করা আবশ্যক হয়, তাহলে আপনার কোনো প্রশ্ন অথবা দুশ্চিন্তা থাকলে সেগুলো নিয়ে আলোচনা করার জন্যে আমরা সবসময় আপনার ভিজিটের আগে আপনার সাথে যোগাযোগ করবো।

যদি গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আপনার আসন্ন আগমনের ব্যাপারে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকে অথবা আপনি দুশ্চিন্তিত থাকেন, তাহলে অনুগ্রহ করে PALS টীমের সাথে 020 7829 7862 নম্বরে অথবা pals@gosh.nhs.uk-তে যোগাযোগ করুন অথবা আপনার ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে MyGOSH অন্‌লাইন পোর্টাল gosh.nhs.uk/your-hospital-visit/mygosh মাধ্যমে যোগাযোগ করুন।

প্রশ্নঃ আমরা যখন উপস্থিত হবো তখন আমরা কি আশা করতে পারি?

উত্তরঃ আপনি যখন গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে ভিজিট করবেন, তখন আপনি হয়তো লক্ষ্য করে থাকবেন যে কিছু কিছু জিনিস আগের চেয়ে ভিন্ন লাগছে অথবা অন্যভাবে পরিচালিত হচ্ছে। গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে সবাইকে যথাসম্ভব নিরাপদ রাখার জন্যে এই পদক্ষেপগুলো কার্যকর রাখা হয়েছে। সর্বশেষ দিকনির্দেশনার প্রতি আমাদের সাড়ার কারণে কিছু ইছু জিনিস পরিবর্তিত হওয়া হয়তো অব্যাহত থাকবে, তবে আপনার সন্তানের এপয়েন্টমেন্ট, ভর্তি অথবা অপারেশনের ক্ষেত্রে যদি বিরাট কোনো পরিবর্তন ঘটে তাহলে আমরা সবসময় আপনার সাথে যোগাযোগ করবো।

আপনি যখন আমাদের প্রধান প্রবেশদ্বারগুলোর কোনটিতে আসবেন তখন মাত্র একজন প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিকে হাসপাতালে ঢুকতে দেয়া হবে এবং আপন কোন ভাই/বোন ভিজিট করতে পারবে না। যেক্ষেত্রে সম্ভব হবে, আমাদের GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতাল গাইড (পথ নির্দেশক) অতঃপর আপনাকে উক্ত ওয়ার্ডে নিয়ে যাবেন অথবা আপনাকে পথ বাতলে দিবেন।

যদি আপনার সাথে পরিবারের অন্যান্য সদস্যরা গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে একান্ত আসতেই হয়, তাহলে তারা বাইরে অপেক্ষা করতে হবে। আমরা বলি যে তারা যেনো তারা যেনো সামাজিক দূরত্ব মেনেও চলাসংক্রান্ত দিকনির্দেশিকাগুলো মেনে চলেন এবং উক্ত এলাকার অন্যান্যদের লোকজন হতে ২ মিটার দূরে থাকেন।

যদি রোগী হিসেবে ভর্তি হয়ে থাকার জন্যে আপনি আসেন, তাহলে আমরা আপনার সন্তানকে পরীক্ষা করে দেখবো সে কভিড-১৯ এ আক্রান্ত কিনা, এমনকি যদি তার উপসর্গ তথা রোগলক্ষণ নাও থাকে। তার মাতা/পিতা অথবা কেয়ারার হিসাবে আপনাকেও উক্ত পরীক্ষাটি আমরা করতে চাইবো। এই পরীক্ষায় যা জড়িত তা হচ্ছে একটি ক্ষুদ্র নল অথবা তুলার টুকরা (কটন্ বাড্) ব্যবহার করে আপনার নাক এবং/অথবা গলার ভিতর হতে সামান্য শ্লেষ্মা (মিউকাস্) সংগ্রহ করা। এতে হয়ত কিছুটা অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ হতে পারে এবং আপনার মাঝে কাশি অথবা হাঁচি ঘটাতে পারে। গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আপনাকে, আপনার সন্তানকে এবং বাদবাকি সবাইকে যথাসম্ভব নিরাপদ রাখার ব্যাপার বিষয়টি নিশ্চিত

করতে আমাদেরকে সাহায্য করবে। নিম্নে ‘পরীক্ষা করানোর ব্যাপারে কি হবে?’ অংশে আপনি আরো বিশদ জানতে সক্ষম হবেন।

অনুগ্রহ করে gosh.nhs.uk/covid-19-specialty-guides-তে আমাদের বিশেষজ্ঞ প্রায়শঃই জিজ্ঞাসিত প্রশ্নাবলী অংশটিও দেখুন। আপনার সন্তান এবং গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে যখন আপনারা ভিজিট করবেন তখন কি প্রত্যাশা করা উচিত এসব তথ্যাবলী হয়তো এগুলোতে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

প্রশ্নঃ হাসপাতালে আগত ভিজিটরদেরকে রক্ষা করার জন্যে আপনারা কি করছেন?

উত্তরঃ আমরা বুঝি যে, কভিড-১৯ (COVID-19) মহামারীর সময় GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে ভিজিট করার ব্যাপারে হয়তো দুশ্চিন্তিত হতে পারেন। আমরা চাই যে আপনারা জানুন যে, আপনাদের নিরাপত্তা এবং আমাদের সকল রোগী, পরিবার এবং স্টাফদের নিরাপত্তা হচ্ছে আমাদের এক নম্বর অগ্রাধিকার।

আপনি হয়ত লক্ষ্য করে থাকবেন যে দালানে হাসপাতালের স্টাফদের সংখ্যা অপেক্ষাকৃত কম। দালানে লোকজনের সংখ্যা কমিয়ে, কিভাবে আমাদের রোগীদের প্রতি নিরাপদে কেয়ার (সেবা/চিকিৎসা) প্রদান করতে পারি সে বিষয়টি আমরা অত্যন্ত সতর্কতার সাথে বিবেচনা করে দেখছি। আমাদের ক্লিনিক্যাল টীমগুলো প্রতিটি রোগীর বিষয় সতর্কতার সাথে যাচাই করে দেখছে এ দেখার জন্যে যে কোন্ কোন্ রোগীদের হাসপাতালে আসতে পারবেন, কোন্ কোন্ এপোয়েন্টমেন্টগুলো অন্যান্য উপায়ে দেয়া সম্ভব এবং কোন্‌গুলো নিরাপদে বিলম্বিত করা যেতে পারে।

আমরা সকল কর্মী, রোগী এবং তাদের পরিবারবর্গকেও পরামর্শ দিচ্ছি যেকোনো স্থানে সামাজিক দূরত্বের এবং হাত ধুয়াসংক্রান্ত দিকনির্দেশিকা মেনে চলতে। আপনারা হয়তো লক্ষ্য করে থাকবেন যে, হাসপাতালজুরে মেঝেতে লাগানো আমাদের বন্ধুসুলভ স্টার্‌ফিশ স্টিকারগুলো সবাইকে স্মরণ করিয়ে দিচ্ছে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখার জন্যে।

আপনি দেখবেন যে, স্টাফরা বিভিন্ন ধরনের ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সামগ্রী (পিপিই) পরিধান করছেন, যেমন মাস্ক (মুখোশ) এবং এপ্রোন। কখন মাস্ক এবং অন্যান্য ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সামগ্রী (পিপিই) পরিধান করা উচিত এবং হাসপাতালের মধ্যে কীভাবে পরিচ্ছন্নতা কার্যক্রম চালাতে হবে এসব বিষয় সহ, তারা প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত যে কীভাবে করোনা ভাইরাসের বিস্তারের ঝুঁকি কমিয়ে আনা যায়। এটি করা হচ্ছে কোভিড-১৯ সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণের জন্য দেওয়া সর্বশেষ জাতীয় পথনির্দেশিকা অনুযায়ী।

গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে (GOSH) যখন আসবেন, তখন আপনাদের ভিজিটকালীন সময়ে পরিধান করার জন্যে আপনাকে এবং আপনার সন্তানকে মাস্ক (মুখোশ) দেয়া হতে পারে। এর উদ্দেশ্য হচ্ছে সকল রোগী, পরিবার এবং স্টাফদেরকে, বিশেষ করে যারা কভিড-১৯ (COVID-19) এর কারণে বাড়তি ঝুঁকির সম্মুখীন তাদেরকে, রক্ষা করা, এবং হাসপাতালে ভিজিটকালীন সময়ে নিরাপদ বোধ করার ব্যাপারে পরিবারগুলোকে সাহায্য করা। যদি আপনাকে একটি মাস্ক দেয়া হয়, তাহলে ইহা খুবই গুরুত্বপূর্ণ যে আপনি যেনো সেটি পরিধান করেন এবং সঠিকভাবে সেটি ফেলেন। এটি কিভাবে করতে হবে তা আপনি যখন ওয়ার্ডে ভিজিটে আসবেন তখন আপনাকে বলে দেয়া হবে, কিন্তু যদি আপনি নিশ্চিত হতে না পারেন এবং যদি আপনার কোন প্রশ্ন থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে ক্লিনিক্যাল টীমের কোন একজন কর্মীর সাথে কথা বলুন।

প্রশ্নঃ পরীক্ষা করানোর ব্যাপারে কি হবে?

উত্তরঃ আপনাকে, আপনার পরিবারকে এবং আমাদের স্টাফদেরকে যথাসম্ভব নিরাপদ রাখার বিষয়টি নিশ্চিত করার জন্যে, কভিড-১৯ সম্পর্কিত হালনাগাদ জাতীয় দিকনির্দেশনাগুলো আমরা মনোযোগ সহকারে শুনছি।

সর্বশেষ উপদেশের সাথে সামঞ্জস্য বজায় রেখে, রোগী হিসেবে ভর্তি হয়ে থাকার জন্যে GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আগত সকল রোগীদেরকে এখন আমরা পরীক্ষা করছি; অধিকন্তু, তাদের সাথে যেসব মাতা/পিতা অথবা কেয়ারার আসবেন তাদেরকেও এই পরীক্ষা আমরা করছি।

এই পরীক্ষায় যা জড়িত তা হচ্ছে একটি ক্ষুদ্র নল অথবা তুলার টুকরা (কটন্ বাড্) ব্যবহার করে আপনার নাক এবং/অথবা গলার ভিতর হতে সামান্য শ্লেষ্মা (মিউকাস্) সংগ্রহ করা। এতে হয়ত কিছুটা অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ হতে পারে এবং আপনার মাঝে কাশি অথবা হাঁচি ঘটাতে পারে।

গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আপনাকে, আপনার সন্তানকে এবং বাদবাকি সবাইকে যথাসম্ভব নিরাপদ রাখার ব্যাপার বিষয়টি নিশ্চিত করতে আমাদেরকে সাহায্য করবে। যদি পরীক্ষায় আপনার অথবা আপনার সন্তানের কভিড-১৯ ধরা পড়ে, তারপরও আমরা নিশ্চিত করবো যে আপনার সন্তান যেনো প্রয়োজনীয় কেয়ার (সেবাযত্ন) এবং চিকিৎসা পায়।

উক্ত পরীক্ষাটি করানোর ব্যাপারে যদি আপনার কোন দুশ্চিন্তা থাকে, তাহলে আপনার ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে যোগাযোগ করুন।

যদি কোনো ব্যক্তির সংক্রমণ ধরা পড়ে তাহলে উনাকে দ্রুত পৃথক করার এবং একই সাথে বিশেষজ্ঞ কেয়ার প্রদান করা অব্যাহত রাখার এবং কঠোর সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ দিকনির্দেশনা অনুসরণ করার সুস্পষ্ট প্রক্রিয়াদি আমাদের রয়েছে। GOSH অর্থাৎ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে আসার পূর্বে যদি আপনার অথবা আপনার সন্তানের উপসর্গ তথা রোগলক্ষণ থাকে, তাহলে ঘর থেকে বের হবার আগে অনুগ্রহ করে উপদেশ এবং সাহায্যের জন্যে আপনার ক্লিনিক্যাল টীমের কাছে ফোন করুন।

কোনো কর্মীর মধ্যে কর্মরত অবস্থায় কোনোরকম উপসর্গ দেখা দিলে তারা তাৎক্ষণিকভাবে নিজেদেরকে চিকিৎসা ক্ষেত্র থেকে দূরে সরিয়ে নিবেন যাতে করে রোগীরা নিরাপদ থাকে।

হাসপাতালের গুরুত্বপূর্ণ কর্মীগণ যারা তাদের নিজ ঘরে নিজেদেরকে অন্যদের সংস্পর্শ হতে বিচ্ছিন্ন করে রেখেছেন, তাদের ব্যাপারে সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্যে আমাদের রয়েছে সুস্পষ্ট প্রক্রিয়া যে তারা কাজে ফিরে আসা কখন এবং কিভাবে নিরাপদ। এটি সরকারি দিকনির্দেশনাবলীর চেয়ে অতিরিক্ত উপদেশ এবং এটি পরিকল্পনা করা হয়েছে এ নিশ্চিত করার জন্যে যে সম্পূর্ণ আরোগ্যলাভ না করে যেনো কেউ কাজে ফিরত না আসেন এবং অন্যান্যদেরকে যেনো ঝুঁকির সম্মুখীন না করেন।

প্রশ্নঃ আমি কীভাবে আমার সন্তানের ঔষুধ পাবো?

উত্তরঃ কভিড-১৯ সংক্রমণের ঝুঁকি কমানোর জন্যে, গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে মানুষজন আসা সীমিত করা আমাদের প্রয়োজন। এর অন্তর্ভুক্ত রয়েছে আপনার সন্তানের ঔষধ সংগ্রহ করার জন্যে ভিজিট করা। আমরা আপনার সন্তানের ওষুধ রয়াল মেইল স্পেশাল ডেলিভারির মাধ্যমে আপনার বাসায় পৌঁছে দেওয়ার ব্যবস্থা করছি। আপনার সন্তানের সুনির্দিষ্ট চাহিদা এবং পছন্দের অগ্রাধিকার আলোচনা করতে আমরা আপনার সাথে যোগাযোগ করবো।

আমরা আশা করছি এটি বর্তমান পরিস্থিতিতে নিশ্চিত করতে সাহায্য করবে যে আপনার সন্তানের ওষুধের সরবরাহ যেনো কোনোভাবে প্রভাবিত না হয়। সবসময়ের মতো, অনুগ্রহ করে নিশ্চিত করুন যে আপনার বাসায় নিয়মিত এবং দীর্ঘ-মেয়াদী রোগের ওষুধসমূহ অন্তত দুই সপ্তাহের জন্য আছে। আপনি যদি এর মধ্যে আপনার বাসা পরিবর্তন করে থাকেন, তাহলে এটি নিশ্চিত করুন যে আপনার ঠিকানা এবং যোগাযোগের তথ্য আমাদের কাছে আছে। আপনার সন্তানের ওষুধ সম্পর্কে যদি আপনার কোনো জিজ্ঞাসা থাকে, অনুগ্রহ করে আপনার চিকিৎসা সম্পর্কিত নার্স

বিশেষজ্ঞের সাথে যোগাযোগ করুন। Electronic Medicines Compendium website-এ যোগাযোগ করুন বা Medicine.Information@gosh.nhs.uk তে ইমেইল করুন।

আপনার সন্তানের ক্লিনিক্যাল টীমের সাথে যোগাযোগ বজায় রাখার জন্যে, তাদের ঔষধগুলো নিয়ে আলোচনা করার জন্যে, ফলাফলগুলো দেখার জন্যে, এপোয়েন্টমেন্টগুলো পরিবর্তন করার জন্যে এবং আরো অনেক বিষয়ে আপনি **MyGOSH** অন্‌লাইন পোর্টালটিও ব্যবহার করতে পারেন। gosh.nhs.uk/your-hospital-visit/mygosh সাইটে যেয়ে আরো তথ্য জানুন এবং রেজিস্টার করুন।

প্রশ্নঃ আমরা কি গাড়ি চালিয়ে জিওএসএইচে যেতে পারবো? পার্কিংয়ের বন্দোবস্ত কি?

উত্তরঃ বিনামূল্যে অথবা কম মূল্যে গাড়ি পার্কিংয়ের সুবিধা দিতে কয়েকটি স্থানীয় গাড়ি পার্কিং ব্যবস্থার সাথে আমাদের সমঝোতা রয়েছে। **GOSH এ গাড়ি পার্ক করাবিষয়ক আরো তথ্য জানার জন্যে এখানে ক্লিক্ করুন** অথবা আপনি যখন হাসপাতালে আসবেন তখন প্রধান রিসিপশনে (24/7 খোলা) জিজ্ঞাসা করুন।

অনুগ্রহ করে লক্ষ্য করুন যে, ট্রান্সপোর্ট ফর্ লন্ডন (টিএফ্এল্) সম্প্রতি কন্‌জেশন চার্জসমূহ এবং অন্যান্য সড়ক ফীগুলো পুনর্বহাল করেছে, যেগুলো 18 মে তারিখ হতে কার্যকর হয়েছে। আরো তথ্যের জন্যে tfl.gov.uk দেখুন।

প্রশ্নঃ কিছু কিছু স্থানীয় ক্যাফে আর দোকানপাট বন্ধ। আমরা কিভাবে খাবার পাবো?

উত্তরঃ আপনি যাতে সারাদিন গরম এবং ঠাণ্ডা খাবার পেতে পারেন তা নিশ্চিত করার জন্যে, আমাদের ল্যাগুন ক্যাফে (Lagoon Café) তাদের খোলা থাকার সময়সূচি বাড়িয়েছে এবং এখন তারা সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল ৭.০০ টা থেকে রাত ১১ টা পর্যন্ত, সপ্তাহে সাত দিন।

প্রধান খাবারের একটি তালিকা আপনি পাবেন যেটি থেকে আপনার পছন্দের খাবারটি আপনি বাছাই করতে পারবেন এবং হালাল এবং ভেজিট্যারীয়ান (নিরামিষাশী) পছন্দগুলোও এর অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। তাছাড়াও, হালকা খাবার (স্ন্যাক্স্), তাজা ফল এবং সুস্বাদু পুডিংও রয়েছে।

আপনি হয়তো এখবেন যে স্থানীয় এলাকায় কিছু কিছু দোকানও খোলা রয়েছে, যেগুলো সামাজিক দূরত্বমূলক পদক্ষেপগুলো কার্যকর রেখেই তাদের ব্যবসা চালাবে।

প্রশ্নঃ আমাদের এপোয়েন্টমেন্ট, ছোটখাটো অপারেশন অথবা ভর্তির সময় আমার সন্তানকে সাহায্য করার জন্যে প্লে টীম কী এখনো চালু থাকবে?

উত্তরঃ খেলাধুলা হচ্ছে সমর্থনের একটি অপরিহার্য অংশ যা গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালে প্রদান করা হয়ে থাকে, এবং এই সময়ে হাসপাতালের সুনির্দিষ্ট প্লে টীম, বলবৎ সংক্রমণ নিয়ন্ত্রণ দিকনির্দেশাবলী মেনে চলার পাশাপাশি, হাসপাতালে রোগীদের সাথে কাজ করে যাওয়া অব্যাহত রাখবে। এর অংশ হিসাবে, প্লে এরিয়াগুলো বন্ধ রাখার সিদ্ধান্ত আমরা নিয়েছি, তবে আমাদের রয়েছে নানাবিধ উপায় যেগুলোর মাধ্যমে রোগীরা এখনো প্লে সার্ভিসগুলো ব্যবহার করতে সক্ষম হবেন।

রোগী এবং তাদের কেয়ারারগণ যাতে তাদের নিজের রুমে অথবা বে-তে (চিহ্নিত সুনির্দিষ্ট স্থানে) ব্যবহার করতে পারেন সে জন্যে প্লে টীম কেবলমাত্র একবার ব্যবহার উপযোগী ক্রাফ্ট্ (শিল্পকর্ম) সহ নানান কর্মকাণ্ডের প্যাক্ তৈরি করেছে যেগুলো নিরাপদে বন্ধকৃত ব্যাগে সুরক্ষিত থাকে। মনোযোগ ভিন্নমুখে নেওয়ার কৌশলমূলক প্লে স্পেশালিস্ট সাপোর্ট এবং স্নায়ু উদ্দীপক নানাবিধ প্রশমনকারী খেলনাও রয়েছে।

আমাদের প্লে টীমের সাপোর্ট কিভাবে ব্যবহার করা যেতে পারে এ সম্পর্কিত কোন প্রশ্ন যদি আপনার থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে

ওয়ার্ডের প্লে রুমের দরজায় টাঙানো সাইনটি দেখুন, আপনার ওয়ার্ডের প্লে স্পেশালিস্টের সাথে কথা বলুন অথবা দায়িত্বরত নার্সকে জিজ্ঞাসা করুন। প্লে টীম কর্তৃক সুপারিশকৃত কর্মকাণ্ড সহ, পরিবারগুলোর জন্যে অন্‌লাইন উপকরণ/সামগ্রীর জন্যে gosh.nhs.uk/news/coronavirus-covid-19-information-hub/covid-19-resources-families সাইটটি দেখুন।

প্রশ্নঃ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের স্কুলটি খোলা রয়েছে কী?

উত্তরঃ নির্দিষ্ট কিছু ইয়ার গ্রুপের জন্যে মূলস্রোতধারার স্কুলগুলো পুনরায় খোলার জন্যে সরকার তাদেরকে উৎসাহ দিতে শুরু করেছে। স্পেশাল স্কুলগুলোর জন্যে পৃথক উপদেশ রয়েছে, আর তাই গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের স্কুলের জন্যে এর মানে কি দাঁড়ায় আমরা তা সতর্কতার সাথে যাচাই করছি, কেননা রোগী, পরিবার এবং স্টাফদেরকে সুরক্ষা করার জন্যে কিছু বাড়তি পদক্ষেপ রয়েছে যেগুলো আমাদেরকে নিতে হবে।

এর মাঝে, দীর্ঘকাল অবস্থানরত রোগীদেরকে তাদের শিখার ক্ষেত্রে, ভার্চুয়াল লেসন (দূরে থেকেই বিভিন্ন উপায়ে অন্‌লাইনে শিক্ষাদান) আর অন্‌লাইন উপকরণগুলোর মাধ্যমে, আমাদের শিক্ষাদানকারী স্টাফরা তাদেরকে সাহায্য করে যাচ্ছেন। পরবর্তী বিজ্ঞপ্তি জারি না হওয়া পর্যন্ত, আমাদের স্কুলরুম অথবা ওয়ার্ডগুলোতে শিক্ষা প্রদান এখনো বন্ধ রয়েছে। এর অন্তর্ভুক্ত রয়েছে গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের এবং ইউনিভার্সিটি কলেজ হাসপাতাল।

যদি আপনার অথবা আপনার সন্তানের ভার্চুয়াল সাহায্য অথবা শিক্ষাসংশ্লিষ্ট উপদেশ প্রয়োজন হয়, তাহলে সাহায্য করার জন্যে আমাদের টিচিং টীম এখানে রয়েছে। অনুগ্রহ করে স্কুলের সাথে যোগাযোগ করুন, যেভাবে সাধারণতঃ আপনারা করে থাকেন। gosh.nhs.uk/goshschool সাইটে আপননির্দেশোনা এবং সুপারিশমালা দেখতে পারবেন।

প্রশ্নঃ সরকার সম্প্রতি ঘোষণা করেছে যে 1 জুন থেকে স্কুলগুলো খুলবে। আমার সন্তান স্কুলে ফিরে যাবে কী?

উত্তরঃ অগ্রাধিকারপ্রাপ্ত গ্রুপগুলোর কিছু কিছু শিশুর জন্যে স্কুলগুলো ইতোমধ্যে খুলে গিয়েছে। সরকার এখন স্কুলগুলোকে উৎসাহ দিচ্ছে 1 জুন হতে কাশরুমে যোগদান করার জন্যে শিশুদের কোন কোন গ্রুপকে আমন্ত্রণ জানানোর জন্যে। ফিরে আসার জন্যে কোন কোন গ্রুপকে আমন্ত্রণ জানানো হচ্ছে সে সম্পর্কিত হালনাগাদ তথ্যাবলী পড়ার জন্যে gov.uk পড়ুন।

নতুন নিরাপত্তা পদক্ষেপগুলো, যেমন আরো ছোট আকারের ক্লাশ, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা বৃদ্ধি এবং সময়সূচি পরিবর্তন, বাস্তবায়ন করার পাশাপাশি, স্কুলগুলোকে বলা হবে প্রতিটি শিক্ষার্থীর স্বাস্থ্য এবং সামাজিক প্রয়োজনগুলো সতর্কতার জন্যে বিবেচনার করার জন্যে। শিশুগুলোর ব্যাপারে ঝুঁকি নিরূপণ করা হবে এ বুঝার জন্যে যে ক্লাশরুমে ফিরে আসাটা তাদের জন্যে নিরাপদ হবে কিনা। যেসব ব্যক্তিকে বিবেচনা করা হবে যে তারা ভঙ্গুর তথা সহজে ক্ষতিগ্রস্ত হবার ঝুঁকির সম্ভাবনায় শ্রেণীভুক্ত অথবা যাদের ব্যাপারে একটি শিক্ষা, স্বাস্থ্য এবং কেয়ার (এএইচ্‌সি) বহাল রয়েছে তাদের জন্যে ইহা সুপারিশ করা হচ্ছে যে তাদেরকে যেনো দূর থেকেই শিক্ষা প্রদান করা হয়।

1 জুন হতে কাশরুমে যোগদান করা বর্তমানে শিশু এবং কিশোর-তরুণদের জন্যে বাধ্যতামূলক নয়। তবে, কভিড-১৯ কালীন সময়ে আপনার সন্তান কিভাবে শিক্ষালাভ করবে সে গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্তগুলো আপনার আর আপনার সন্তানের স্কুল কর্তৃক যৌথভাবে গৃহীত হওয়া উচিত। যদি আপনার সন্তানের স্কুলে পড়াশুনার ব্যাপারে আপনার কোন প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থাকে, তাহলে আমরা আপনাকে উৎসাহিত করবো তার স্কুলের সাথে সরাসরি যোগাযোগ করার জন্যে।

প্রশ্নঃ গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের কর্মীদের সুরক্ষা দিতে আপনারা কী করছেন?

উত্তরঃ আমাদের চমৎকার স্টাফদের প্রতি সমর্থন যোগানো গ্রেইট ওরমন্ড স্ট্রীট হাসপাতালের একটি বিরাট অগ্রগণ্য বিষয়। পিপিই-র (ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রী) ক্ষেত্রে পরিবর্তনের সুপারিশমালা সহ, আমরা সতর্কতার সাথে ইংল্যান্ডের পাবলিক হেল্থ্-এর সর্বশেষ তথ্য মেনে চলছি।

কর্মীরা নিয়মিত পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড বা পিএইচই-এর সর্বশেষ নির্দেশিকার তথ্য পাবেন, এবং যেসব কর্মীরা প্রত্যক্ষভাবে শিশু, তরুণ লোকজন এবং পরিবারবর্গের সাথে কাজ করেন না তারা নিজ ঘর থেকেই কাজ করবেন, যদি তাদের চাকুরি সেটির অনুমতি দিয়ে থাকে।

আমরা নিশ্চিত করতে চাই যে, আমাদের স্টাফরা যেনো নিরাপদ বোধ করেন এবং অনুভব করেন যে তাদের মূল্যায়ন এবং যতন করা হচ্ছে এবং যদি তাদের প্রয়োজন হয় তাহলে তারা যেনো তা চাইতে সক্ষম হতে পারে। এর অন্তর্ভুক্ত রয়েছে হাসপাতালের নিকটে বাসস্থান এবং কর্ম-স্থলে খাবারের বন্দোবস্ত এধরনের জিনিসের ক্ষেত্রে সাহায্য যোগানো, এবং মানসিক স্বাস্থ্য এবং কল্যাণের ক্ষেত্রে সাহায্য করার জন্যে বিনামূল্যে সার্ভিসসমূহ।

আপনি দেখে থাকবেন যে হাসপাতালের বিভিন্ন স্থানে আমাদের কোন কোন কর্মীরা মুখোশ (মাস্ক) পরিহিত অবস্থায় রয়েছেন। এন্‌এইচ্‌এস্ এর সর্বশেষ দিকনির্দেশনার উপর ভিত্তি করে, কখন মাস্ক (মুখোশ) পরা উচিত এবং কখন পরা উচিত নয় সে সম্পর্কিত কঠোর দিকনির্দেশনাগুলো কর্মীরা মেনে চলছেন।

আরো তথ্য এবং সহায়তা

NHS (এনএইচএস) তথ্যসমূহ nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/ থেকে নেওয়া হয়েছে।

শিশুদের জন্য তথ্য রয়েছে বিবিসি নিউজরাউন্ড (BBC Newsround) ওয়েবসাইটে bbc.co.uk/newsround

আমাদের বিশেষজ্ঞ ডিপার্টমেন্টগুলো হতে তথ্যাবলী

আপনি বিশেষ বিশেষ কিছু রোগসম্পন্ন ব্যক্তিদের জন্যে নির্দেশিকা এখানে পাবেন। আমাদের বিশেষজ্ঞ ক্লিনিক্যাল টীম এগুলো সন্নিবেশ করেছেন এবং এগুলো নিয়মিতভিত্তিতে পর্যালোচনা করা হচ্ছে এবং হালনাগাদ তথ্য এগুলোতে যোগ করা হচ্ছে।