









COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর অনুপস্থিতি:
পিতামাতা / তত্ত্বাবধায়কদের জন্য একটি
কুইক গাইড

কি করতে হবে যদি...	যে পদক্ষেপ গ্রহণ করা প্রয়োজন	শিক্ষা ও চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে যাওয়া
 <p>...আমার সন্তানের মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর লক্ষণ রয়েছে*</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় শিশুটির একটি পরীক্ষা করানো উচিত পরীক্ষার ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময় পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট হতে হয় পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংকে অবহিত করুন 	<p>...যখন শিশুর পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয়</p> <p>শর্তমতে তারা শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে আসার আগে 48 ঘন্টা যেন জ্বরমুক্ত থাকে এবং সুস্থ বোধ করে</p>
 <p>...আমার শিশু COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর জন্য পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়েছে</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় লক্ষণগুলি* শুরু হওয়ার থেকে কমপক্ষে 10 দিনের জন্য শিশুকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসকে অবহিত করুন যখন থেকে লক্ষণগুলি শুরু হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) তখন থেকে 14 দিনের পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় - <i>এমনকি যদি কারো এই 14 দিনের মধ্যে পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও</i> 	<p>...10 দিন পরে, যখন শিশুটি সুস্থ বোধ করে এবং কমপক্ষে 48 ঘন্টা ধরে জ্বরমুক্ত থাকে</p> <p>যদি তাদের কাশি থাকে বা গন্ধ / স্বাদ নষ্ট হয়ে যায় তবুও তারা 10 দিন পরে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে আসতে পারে। একবারে সংক্রমণটি শেষ হয়ে যাওয়ার পরেও এই লক্ষণগুলি বেশ কয়েক সপ্তাহ ধরে চলতে পারে।</p>
 <p>...আমার পরিবারের কারো একজনের মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর লক্ষণ রয়েছে*</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় পরিবারের সদস্যের যার লক্ষণ আছে তার একটি পরীক্ষা করা উচিত পরীক্ষার ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময় পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট হতে হয় পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসকে অবহিত করুন 	<p>...যখন পরিবারের সদস্যের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয়, এবং শিশুর মধ্যে COVID-19 এর লক্ষণ* না থাকে</p>
 <p>...আমার পরিবারের কারোর মধ্যে COVID-19 (করোনাভাইরাস) এর পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়েছে</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিশুর সেটিং এ উপস্থিত হওয়া উচিত নয় যখন থেকে লক্ষণগুলি শুরু হয় (বা লক্ষণ না থাকলে পরীক্ষার দিন থেকে) তখন থেকে 14 দিনের পুরো পরিবারকে সেলফ-আইসোলেট এ থাকতে হয় - <i>এমনকি যদি কারো এই 14 দিনের মধ্যে পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও</i> 	<p>...যখন শিশুটি 14 দিনের সেলফ-আইসোলেশন সম্পন্ন করেছে, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও</p>

কি করতে হবে যদি...	যে পদক্ষেপ গ্রহণ করা প্রয়োজন	শিক্ষা ও চাইল্ডকেয়ার এ ফিরে যাওয়া
 <p>...এনএইচএস টেস্ট এবং ট্রেস আমার শিশুকে</p> <p>COVID-19 (করোনাভাইরাস) আছে এমন কারোর সাথে "ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ" হিসাবে চিহ্নিত করেছে</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় 14 দিনের জন্য শিশু সেলফ আইসলেট এ থাকবে (এনএইচএস টেস্ট এবং ট্রেস দ্বারা পরামর্শ দেওয়া হয়) – এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের সেলফ আইসলেট এ যাওয়ার দরকার নেই, যদি না তাদের খুব 'ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ' থাকে 	<p>...যখন শিশুটি সেই 14 দিনের সেলফ-আইসোলেশন সম্পন্ন করেছে, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হয়</p>
 <p>...আমরা / আমার শিশু বেড়িয়েছি এবং কোয়ারান্টাইনের সময়কালের অংশ হিসাবে সেলফ আইসলেট হতে হয়েছিল</p>	<ul style="list-style-type: none"> মেয়াদের মধ্যে অননুমোদিত ছুটি নেবেন না ভ্রমণের জন্য বুকিংয়ের সময় কোয়ারান্টাইনের প্রয়োজনীয়তা এবং এফসিও পরামর্শ বিবেচনা করুন উপস্থিতির নীতি অনুযায়ী শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে তথ্য সরবরাহ করুন <p>এমন গন্তব্য থেকে ফিরছেন যেখানে কোয়ারান্টাইন প্রয়োজন:</p> <ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় 14 দিনের জন্য পুরো পরিবার সেলফ আইসলেট এ থাকবে – এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও 	<p>...যখন শিশুর জন্য 14 দিনের কোয়ারান্টাইনের মেয়াদ শেষ হয়ে যায়, এমনকি 14 দিনের মধ্যে যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল নেতিবাচক হলেও</p>
 <p>...আমরা একটি চিকিতসা / অফিসিয়াল উত্স থেকে পরামর্শ পেয়েছি যে আমার শিশুকে অবশ্যই প্রতিহত করা শুরু করতে হবে</p>	<ul style="list-style-type: none"> শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিংসে উপস্থিত হওয়া উচিত নয় অ্যাটেনডেন্স অফিসার / প্যাস্টোরাল দল দ্বারা পরামর্শ অনুযায়ী স্কুলে যোগাযোগ করুন শিশুকে ততক্ষণ প্রতিহত করা উচিত যতক্ষণ না আপনাকে জানানো হয় যে বিধিনিষেধ প্রত্যাহার করা হয়েছে এবং সিল্ডিং করা আবার থেমে আছে 	<p>...যখন শিক্ষা / চাইল্ডকেয়ার সেটিং / অন্যান্য সংস্থাগুলি আপনাকে জানায় যে বিধিনিষেধ প্রত্যাহার করা হয়েছে এবং আপনার শিশু আবার সেটিং এ ফিরে আসতে পারে</p>
 <p>...COVID -19 (করোনাভাইরাস) এর জন্য কে পরীক্ষা করা উচিত তা নিয়ে আমি নিশ্চিত নই</p>	<ul style="list-style-type: none"> লক্ষণযুক্ত* ব্যক্তিদেরই শুধুমাত্র একটি পরীক্ষা করা দরকার লক্ষণবিহীন লোকদের পরীক্ষা দেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয় না, এমনকি যদি তাদের পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক এমন কোন ব্যক্তির সাথে 'ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ' থাকে 	<p>...উপরের শর্তগুলি যখন আপনার পরিস্থিতির সাথে মিলে যায়</p>

উচ্চ তাপমাত্রা; নতুন ক্রমাগত কাশি; গন্ধ বা স্বাদের ক্ষেত্রে আপনার অনুভূতিতে ক্ষতি বা পরিবর্তনের যেকোন একটি লক্ষণের মধ্যে থাকতে পারে।

আপনার পরিবারের কারোর মধ্যে যদি লক্ষণ থাকে, [nhs.uk/coronavirus](https://www.nhs.uk/coronavirus) এ বিনামূল্যে COVID-19 টেস্ট বুক করুন বা 119 এ কল করুন

আরো জানতে ও সহায়তার জন্য দয়া করে দেখুন