|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| রেফারেন্স |  |  **<গুরুতর পর্যায়> নাগরিক আচরণবিধি** |

**[সাধারণ নাগরিক]**

**1. প্রবাহমান পানিতে সাবান দিয়ে ভাল করে হাত ধুবেন।**

**2. হাঁচি বা কাশির সময় বাহু দিয়ে নাক মুখ ঢেকে রাখুন।**

**3. অপরিষ্কার হাতে চোখ, নাক, মুখ স্পর্শ করবেন না।**

**4. হাসপাতালে মাস্ক ব্যবহার করুন**

**5. জনাকীর্ণ এলাকা এড়িয়ে চলুন।**

**6. ইতোমধ্যে জ্বর বা শ্বাসজনিত রোগের লক্ষণ(কাশি, গলা ব্যথা ইত্যাদি) দেখা দিয়েছে এমন লোকের সংস্পর্ষ এড়িয়ে চলুন।**

**[উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ গ্রুপ] : গর্ভবতী মহিলা, ৬৫বছর বা ততোধিক বয়সী লোক, ক্রনিক রোগী\***

\* ডায়াবেটিক, হার্ট ফেইলিওর, দীর্ঘমেয়াদি শ্বাস রোগ(অ্যাজমা, ক্রনিক অবস্ট্রাকটিভ ডিজিজ)কিডনী ফেইলিওর, ক্যান্সার রোগী ইত্যাদি

**1. জনাকীর্ণ এলাকা এড়িয়ে চলুন।**

2. অগত্যা **হাসপাতাল, ক্লিনিক** ইত্যাদি জায়গায় অথবা **বাইরে যেতে** হলে **মাস্ক ব্যবহার** করুন।

[সন্দেহভাজন রোগী] : **জ্বর বা শ্বাসজনিত রোগের**

**লক্ষণ(কাশি,গলা ব্যথা ইত্যাদি) আছে এমন ব্যক্তি**

**1. বিদ্যালয়ে যাওয়া, কাজে যাওয়া বা বাইরে যাওয়া পরিহার করুন।**

2. **ঘরে যথেষ্ট পরিমান বিশ্রাম** নিন, **৩~৪দিন অবজার্ভেশনে** থাকুন।

3. **৩৮ডিগ্রি সেন্ট্রিগ্রেড**(১০০ডিগ্রি ফারেনহাইট) বা ততোধিক জ্বর অনবরত থাকলে, অথবা **লক্ষণ প্রকট** হয়ে গেলে ① কলসেন্টার(☎1339, ☎এরিয়া কোড+120), স্বাস্থ্য কেন্দ্রে যোগাযোগ অথবা ② আপাতত করোনা শনাক্তকরণ ক্লিনিকে গিয়ে চিকিৎসা নিন

4. হাসাপাতাল, ক্লিনিক ইত্যাদি চিকিৎসা কেন্দ্রে যেতে **ব্যক্তিগত গাড়ি** ব্যবহার করুন, এবং **মাস্ক** লাগান।

5. চিকিৎসকের কাছে **বিদেশ ভ্রমণের রেকর্ড** ও **শ্বাস জনিত রোগের লক্ষণযুক্ত ব্যক্তির** সংস্পর্শে এসেছিলেন কি না বিস্তারিত প্রকাশ করুন।

**[কোরিয়ায় করোনা১৯ সংক্রমিত এলাকা]**

**1. বাইরে বেড়ানো, অন্য এলাকায় যাওয়া পরিহার করুন।**

**2. কোয়ারিন্টিনে থাকা ব্যক্তিগণ চিকিৎসক ও রোগ সংক্রমণ প্রতিরোধ কর্তৃপক্ষের নির্দেশনা সম্পূর্ণ রূপে মেনে চলুন।**