কোভিড-১৯ (নোভেল করোনা ভাইরাস)
সাধারণ জিজ্ঞাসা ও তার উত্তরসমূহ

- **করোনা ভাইরাস/ নোভেল করোনা ভাইরাস কি?**

নোভেল করোনা ভাইরাস শ্বাসতন্ত্রের রোগ সৃষ্টি করে এমন একটি নতুন ধরণের ভাইরাস যা আগে কখনও মানবদেহে পাওয়া যায়নি। ডিসেম্বর ২০১৯ এ চীনের উহান শহরে প্রথম এই ভাইরাসের কথা জানা যায়।

- **কোভিড-১৯ কিভাবে ছড়ায়?**

করোনা ভাইরাস মানুষের ফুসফুসে সংক্রমণ ঘটায়;

  - শ্বাসতন্ত্রের মাধ্যমে (হাঁচি/কাশি/কফ/সর্দি/থুথু) এবং
  - আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে আসলে একজন থেকে আরেকজনে ছড়ায়

- **কখন সন্দেহ করবেন আপনি করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত হতে পারেন?**

আপনি যদি গত ১৪ দিনের মধ্যে -

  - চীন বা অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহে (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) ভ্রমণ করে থাকেন, অথবা
  - কোভিড-১৯ আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন

এবং আপনার যদি-

  - ✓ জ্বর (১০০^{0} ফারেনহাইট বা তার বেশি),
  - ✓ কাশি,
  - ✓ গলাব্যথা,
  - ✓ শ্বাসকষ্ট ইত্যাদি উপসর্গ দেখা দেয়

সেক্ষেত্রে দেরি না করে নিকটস্থ সরকারি হাসপাতালে যাবেন, অথবা আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করবেন।

আপনি অসুস্থ হয়ে পড়লে-

  - পরিবারের সদস্যদের নিরাপদ রাখার স্বার্থে একা একটি আলাদা কক্ষে থাকুন ও সর্বাবস্থায় মাস্ক ব্যবহার করুন।
  - একান্ত প্রয়োজন না হলে ঘরের বাইরে যাওয়া থেকে বিরত থাকুন।
  - সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে কমপক্ষে ১ মিটার (৩ ফিট) দূরত্ব বজায় রাখুন।

- ঘন ঘন হাত পরিষ্কার করুন (সাবান-পানি অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে)

- **কোভিড-১৯ কি মানুষে থেকে মানুষে ছড়াতে পারে?**

হ্যাঁ, কোভিড-১৯ ইনফেকশন মানুষ থেকে মানুষে ছড়াতে পারে;

- শ্বাসতন্ত্রের মাধ্যমে (হাঁচি/কাশি/কফ/সর্দি/থুথু) এবং
- আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে আসলে করোনা ভাইরাস একজন থেকে আরেকজনে ছড়ায়

- **আপনি কিভাবে নিজেকে নিরাপদ রাখবেন?**

- ঘন ঘন হাত পরিষ্কার করুন (সাবান-পানি অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে)
- কাশি শিষ্টাচার মেনে চলুন। হাঁচি-কাশি দেয়ার সময় টিস্যু দিয়ে বা বাহুর ভাঁজে) নাক-মুখ ঢেকে রাখুন, সাথে সাথে ঢাকনা যুক্ত পাত্রে টিস্যু ফেলে দিন এবং হাত পরিষ্কার করে ফেলুন
- যতদূর সম্ভব চোখে-নাকে-মুখে হাত দিয়ে স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকুন
- আপনার যদি জ্বর/ কাশি/ শ্বাসকষ্ট থাকে তবে সুস্থ ব্যক্তিদের কাছ থেকে দূরে থাকুন
- এই রোগ মানুষ থেকে মানুষে ছড়াতে পারে, উপদ্রুত এলাকায় ভ্রমণের সময় যে কেউ এই ভাইরাসে আক্রান্ত হতে পারে। সুতরাং একান্ত অত্যাবশ্যকীয় কারণ ছাড়া কোভিড-১৯ সংক্রমণের প্রাদুর্ভাব চলছে এমন দেশে ভ্রমণ এড়িয়ে চলুন।

  আপনার যদি জ্বর/ কাশি/ শ্বাসকষ্ট থাকে ও আপনি যদি গত ১৪ দিনের মধ্যে কোভিড-১৯ আক্রান্ত কোন দেশে ভ্রমণ করে থাকেন অথবা করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন তবে দেরি না করে নিকটস্থ সরকারি হাসপাতালে যেয়ে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হোন অথবা আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করুন। ডাক্তারের সাথে কথা বলার সময় আপনার ভ্রমণের বিস্তারিত ও সঠিক ইতিহাস উল্লেখ করুন

- **কোভিড-১৯ আক্রান্ত হওয়ার কতদিনের মাঝে লক্ষণসমূহ প্রকাশ পায়?**

কেউ এই ভাইরাসের সংস্পর্শে আসার ২-১৪ দিনের মধ্যে তার শরীরে করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার লক্ষণসমূহ প্রকাশ পাবে।

- **মানবদেহের বাইরে করোনা ভাইরাস কতক্ষণ বেঁচে থাকে?**

এ পর্যন্ত পাওয়া তথ্য উপাত্ত থেকে জানা যায় যে নোভেল করোনা ভাইরাসটি মানবদেহের বাইরে মাত্র কয়েক ঘন্টা বেঁচে থাকতে পারে। সাবান পানি বা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে ঘন ঘন হাত ধুয়ে বা সাধারণ জীবাণুনাশক দিয়ে পরিষ্কার করেই করোনা ভাইরাস থেকে নিরাপদ থাকা যায়।

- **কোভিড-১৯ এর কোন নির্দিষ্ট কোন চিকিৎসা রয়েছে কি?**

    - আক্রান্ত ব্যক্তিদের উপসর্গ উপশমের জন্য উপযুক্ত চিকিৎসা এবং গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের জন্য পর্যাপ্ত সহায়ক স্বাস্থ্য সেবা (সাপোর্টিভ কেয়ার) দিতে হবে।
    - এখনো পর্যন্ত কোভিড-১৯ এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে কার্যকরী নির্দিষ্ট কোন ঔষধ নেই।
    - সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা ব্যবস্থা পরীক্ষাধীন, যা ক্লিনিক্যাল ট্রায়ালের মাধ্যমে সম্পন্ন হবে।
    - বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা ও তার সহযোগী প্রতিষ্ঠানসমূহ এ সংক্রান্ত গবেষণা ত্বরান্বিত করার জন্য সহযোগিতা করছে।

- **অ্যান্টিবায়োটিক কি কোভিড-১৯ এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে কার্যকরী?**

    - অ্যান্টিবায়োটিক ভাইরাস-এর বিরুদ্ধে নয়, ব্যাকটেরিয়ার বিরুদ্ধে কার্যকরী।
    - নভেল করোনা ভাইরাস এক ধরণের ভাইরাস বিধায় এর চিকিৎসা বা প্রতিরোধে অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবহার করা উচিৎ নয়।
    - তবে, যদি কেউ কোভিড-১৯ দিয়ে আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হন, তিনি চিকিৎসকের পরামর্শে ব্যাকটেরিয়া থেকে সহ-সংক্রমণের (co-infection) জন্য অ্যান্টিবায়োটিক পেতে পারেন।

- **কোয়ারান্টাইন কি? আইসোলেশন কি? কোয়ারান্টাইন ও আইসোলেশন – এর মধ্যে পার্থক্য কি?**

কোয়ারান্টাইনঃ ‘কোয়ারান্টাইন’ -এর মাধ্যমে সেই সকল সুস্থ ব্যক্তিদের, যারা কোন সংক্রামক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছে, অন্য সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে আলাদা রাখা হয়, তাদের গতিবিধি নিয়ন্ত্রণ করা হয় এবং তারা ঐ সংক্রামক রোগে আক্রান্ত হয় কিনা তা পর্যবেক্ষণ করা হয়।

আইসোলেশনঃ ‘আইসোলেশন’ -এর মাধ্যমে সংক্রামক রোগে আক্রান্ত অসুস্থ ব্যক্তিদের, অন্য সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে আলাদা রাখা হয়।

পার্থক্যঃ ‘কোয়ারান্টাইন’ -এর মাধ্যমে সংক্রামক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছে এমন সুস্থ ব্যক্তিদের আলাদা রাখা হয় ও তাদের গতিবিধি নিয়ন্ত্রণ করা হয়; আইসোলেশন -এর মাধ্যমে সংক্রামক রোগে আক্রান্ত অসুস্থ ব্যক্তিদের আলাদা রাখা হয়।
‘কোয়ারান্টাইন’ -এর মাধ্যমে পর্যবেক্ষণাধীন সুস্থ ব্যক্তিবর্গ ঐ নির্দিষ্ট সংক্রামক রোগে আক্রান্ত হয় কিনা তা দেখা হয়। ‘আইসোলেশন’ -এর মাধ্যমে অসুস্থ ব্যক্তি হতে যেন সুস্থ ব্যক্তিরা আক্রান্ত না হয় এ জন্য অসুস্থ ব্যক্তিদের অন্য সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে আলাদা রাখা হয়।

- **কোভিড-১৯ -এর পরীক্ষা কি বাংলাদেশে হয়?**

  হ্যাঁ, কোভিড-১৯ -এর পরীক্ষা বাংলাদেশে হয়। বাংলাদেশে একমাত্র আইইডিসিআর-এ এই পরীক্ষা হয়।

- **চীন/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহ (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) থেকে আসা বাংলাদেশি/বিদেশী নাগরিক আমার অফিসে/ বাসস্থানের নিকটবর্তী থাকে। আমি কি করব?**

  চীন/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহ (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) থেকে আসা বাংলাদেশি/বিদেশী নাগরিক হলেই তিনি যে কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত- এ কথা সঠিক নয়। যারা বিগত ১৪ দিনের মধ্যে চীন/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহ (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) থেকে এসেছেন তাদের জন্য নিম্নলিখিত সতর্কতা মেনে চলুন-

  - ফেরত আসা বাংলাদেশি/বিদেশী নাগরিক যদি সুস্থ থাকেন, তবে তাকে বাংলাদেশে আগমনের দিন হতে ১৪ দিনের জন্য ‘কোয়ারান্টাইন’ -এ বা সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে পৃথক থাকতে এবং মাস্ক ব্যবহার করতে বলুন।
  - একান্ত প্রয়োজন না হলে তাকে ঘরের বাইরে যাওয়া থেকে বিরত থাকতে বলুন,
  - সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে কমপক্ষে ১ মিটার (৩ ফিট) দূরত্ব বজায় রাখতে বলুন, এবং
  - বারে বারে হাত পরিষ্কার (সাবান-পানি অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে) করতে বলুন।
  - চীন ফেরত বাংলাদেশি/চীনা নাগরিকের কারো ভিতর যদি নিম্নোক্ত উপসর্গ দেখা দেয়-
    - ✓ জ্বর (১০০^{0} ফারেনহাইট বা তার বেশি),
    - ✓ কাশি,
    - ✓ গলাব্যথা,
    - ✓ শ্বাসকষ্ট ইত্যাদি

    সেক্ষেত্রে উল্লিখিত সাবধানতাগুলো মেনে চলুন এবং দেরি না করে নিকটস্থ সরকারি হাসপাতালে, অথবা আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করবেন।

- **আমার অফিসে চীন /অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহ (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) থেকে লোক আসবে, আমি কি করব?**

  বর্তমানে যারা চীনে/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহে (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) অবস্থান করছেন, তাদেরকে বাংলাদেশে ফিরতে নিরুৎসাহিত করুন। যদি বাংলাদেশে প্রত্যাবর্তন অত্যাবশ্যক হয়, সেক্ষেত্রে নিম্নলিখিত সতর্কতা মেনে চলুন-

- যদি বাংলাদেশি/বিদেশী নাগরিক সুস্থ অবস্থায় চীন/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহ (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে) থেকে ফেরত আসেন, তবে দেশে ফেরার পর থেকে তাকে ১৪ দিনের জন্য 'কোয়ারান্টাইন' -এ বা সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে পৃথক থাকতে এবং মাস্ক ব্যবহার করতে বলুন।
- একান্ত প্রয়োজন না হলে তাকে ঘরের বাইরে যাওয়া থেকে বিরত থাকতে বলুন,
- সুস্থ ব্যক্তিদের থেকে কমপক্ষে ১ মিটার (৩ ফিট) দূরত্ব বজায় রাখতে বলুন, এবং
- বারে বারে হাত পরিষ্কার (সাবান-পানি অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে) করতে বলুন।
- দেশে ফেরার ১৪ দিনের মধ্যে যদি চীন ফেরত বাংলাদেশি/চীনা নাগরিকের কারো ভিতর নিম্নোক্ত উপসর্গ দেখা দেয়-
  - ✓ জ্বর (১০০^0 ফারেনহাইট বা তার বেশি),
  - ✓ কাশি,
  - ✓ গলাব্যথা,
  - ✓ শ্বাসকষ্ট ইত্যাদি

  সেক্ষেত্রে উল্লিখিত সাবধানতাগুলো মেনে চলুন এবং দেরি না করে নিকটস্থ সরকারি হাসপাতালে, অথবা আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করবেন।

কোন কোন দেশে কোভিড-১৯ আক্রান্ত রোগী পাওয়া গেছে?

এখনো পর্যন্ত চীন, জাপান, ফ্রান্স, সিংগাপুর, স্পেন, অস্ট্রেলিয়া, যুক্তরাজ্য, মালয়েশিয়া, সুইজারল্যান্ড, ভিয়েতনাম, নরওয়ে, ইতালী, নেদারল্যান্ড, জার্মানী, ক্রোয়েশিয়া, ফিনল্যান্ড, গ্রীস, ডেনমার্ক, কানাডা, সান মারিনো, ইন্দোনেশিয়া, থাইল্যান্ড, ইরান, আমেরিকা, সংযুক্ত আরব আমিরাত, ইসরায়েল, ডমিনিকান রিপাবলিক, ভারত, লেবানন, ইকুয়েডর,আলজেরিয়া দেশগুলিতে কোভিড-১৯ এর স্থানীয় সংক্রমণের কারণে আক্রান্ত রোগী পাওয়া গেছে। এই দেশগুলো ছাড়াও অন্য আরো অনেক দেশ আছে যেখানে কোভিড-১৯ আক্রান্ত রোগী পাওয়া গেছে, কিন্তু স্থানীয় সংক্রমণ হয়নি। এই দুই ধরণের দেশের সংখ্যা দিন দিন আরো বাড়ছে।

বিদেশ ভ্রমণে গেলে আমি কি কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হতে পারি?

অত্যাবশ্যক না হলে বিদেশে, বিশেষ করে, চীন/অন্যান্য আক্রান্ত দেশসমূহে (যেখানে স্থানীয় সংক্রমণ আছে), বর্তমানে ভ্রমণ পরিহার করা উত্তম। যে কোন দেশে অত্যাবশ্যকীয় ভ্রমণে নিম্নলিখিত সতর্কতা মেনে চলুন-

- প্রয়োজনের অতিরিক্ত ঘরের বাইরে অবস্থান করবেন না। জনসমাগম হয় এরকম স্থান যতদূর সম্ভব এড়িয়ে চলুন।
- জীবিত বা মৃত জীবজন্তু বেচাকেনা হয় এমন বাজার সর্বাবস্থায় এড়িয়ে চলুন।

- ○ করমর্দন, কোলাকুলি ইত্যাদি থেকে বিরত থাকুন।
- ○ আক্রান্ত ব্যক্তিদের সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।
- ○ অসুস্থ পশু/পাখির সংস্পর্শ পরিহার করুন।
- ○ মাছ-মাংস ভালোভাবে রান্না করে খাবেন।
- ○ সর্বাবস্থায় মাস্ক ব্যবহার করবেন।
- ○ ঘন ঘন সাবান-পানি দিয়ে হাত ধুবেন (অন্তত ২০ সেকেন্ড যাবৎ)।

দেশে ফিরে আসার ১৪ দিনের মধ্যে ২০১৯-এন করোনাভাইরাস-এর সংক্রমণের লক্ষণসমূহ (১০০° ফারেনহাইট/ ৩৮° সেন্টিগ্রেড-এর বেশি জ্বর, গলা ব্যথা, কাশি, শ্বাসকষ্ট) দেখা দিলে দেরি না করে আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করুন।

- **চীন বা অন্যান্য যে সব দেশে করোনা ভাইরাসের অস্তিত্ব পাওয়া গেছে সে সব দেশ থেকে কোন চিঠি/ পার্সেল/ পণ্য/ কাঁচামাল গ্রহণ করা কি নিরাপদ?**

হ্যাঁ, এটা নিরাপদ। যেহেতু এই ভাইরাস মানবদেহের বাইরে বেশিক্ষণ বেঁচে থাকতে পারে না, সুতরাং উপদ্রুত দেশসমূহ থেকে আসা কোন চিঠি/ পার্সেল/ পণ্য/ কাঁচামাল গ্রহণ করায় কোন ঝুঁকি নেই।

- **ডিম ও গবাদি পশুর মাংস কি খাওয়া যাবে?**

মাংস, ডিম ও মাছ সহ সকল খাবার ভালভাবে রান্না করে খাবেন।

- **কোভিড-১৯ নিয়ে আমাদের আতঙ্কিত হওয়ার কোন কারণ আছে কি?**

না, কোভিড-১৯ নিয়ে আমাদের এই মুহূর্তে আতঙ্কিত হওয়ার কোন কারণ নেই। আমাদের দেশে এখনো পর্যন্ত কোভিড-১৯ আক্রান্ত কোন রোগী পাওয়া যায়নি। উপরন্তু, কোভিড-১৯ সংক্রমণে বেশিরভাগ ক্ষেত্রে মৃদু উপসর্গ দেখা যায়। তবে প্রতিরোধের জন্য নিম্নলিখিত উপায়গুলো মেনে চলুন -

- ○ ঘন ঘন হাত পরিষ্কার করুন (সাবান-পানি অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে)
- ○ কাশি শিষ্টাচার মেনে চলুন। হাঁচি-কাশি দেয়ার সময় টিস্যু দিয়ে বা বাহুর ভাঁজে নাক-মুখ ঢেকে রাখুন, সাথে সাথে ঢাকনা যুক্ত পাত্রে টিস্যু ফেলে দিন এবং হাত পরিষ্কার করে ফেলুন
- ○ যতদূর সম্ভব চোখে-নাকে-মুখে হাত দিয়ে স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকুন
- ○ কারও জ্বর/ কাশি থাকলে তার কাছাকাছি যাওয়া থেকে বিরত থাকুন
- ○ আপনার যদি জ্বর/ কাশি/ শ্বাসকষ্ট থাকে তবে সুস্থ ব্যক্তিদের কাছ থেকে দূরে থাকুন

- এই রোগ মানুষ থেকে মানুষে ছড়াতে পারে, উপদ্রুত এলাকায় ভ্রমণের সময় যে কেউ এই ভাইরাসে আক্রান্ত হতে পারে। সুতরাং একান্ত অত্যাবশ্যকীয় কারণ ছাড়া ২০১৯ নোভেল করোনা ভাইরাস সংক্রমণের প্রাদুর্ভাব চলছে এমন দেশে ভ্রমণ এড়িয়ে চলুন।

আপনার যদি জ্বর/ কাশি/ শ্বাসকষ্ট থাকে ও আপনি যদি গত ১৪ দিনের মধ্যে ২০১৯- নোভেল করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত কোন দেশে ভ্রমণ করে থাকেন অথবা করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন তবে দেরি না করে নিকটস্থ সরকারি হাসপাতালে যেয়ে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হোন অথবা আইইডিসিআর হটলাইনে (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785) যোগাযোগ করুন। ডাক্তারের সাথে কথা বলার সময় আপনার ভ্রমণের বিস্তারিত ও সঠিক ইতিহাস উল্লেখ করুন।

- **আমার কী কী করা উচিৎ নয়?**

নিম্নলিখিত পদ্ধতিগুলো কোভিড-১৯ এর বিরুদ্ধে কার্যকরী তো নয়-ই, বরং আপনার জন্য ক্ষতির কারণ হতে পারে-

- ধূমপান
- দেশীয় ভেষজ ঔষধ খাওয়া
- অনেকগুলো মাস্ক পরা
- নিজে নিজে ঔষধ, বিশেষ করে, অ্যান্টিবায়োটিক, সেবন করা

যদি আপনার জ্বর, কাশি এবং শ্বাসকষ্ট থাকে, তবে যত দ্রুত সম্ভব নিকটস্থ সরকারি হাসপাতাল/ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হউন এবং অতিরিক্ত অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি কমান। চিকিৎসকের কাছে আপনার সাম্প্রতিক ভ্রমণ বৃত্তান্ত পূর্ণাঙ্গভাবে বলুন।

- **২২৯-ই করোনা ভাইরাস এবং কোভিড-১৯ কি এক?**

না, ২২৯-ই করোনা ভাইরাস এবং কোভিড-১৯ এক নয়।

সারা পৃথিবীর মানুষ হিউম্যান করোনা ভাইরাস ২২৯-ই, এন এল-৬৩, ও সি-৪৩ এবং এইচ কে ইউ-১ দিয়ে সাধারণভাবেই আক্রান্ত হয়ে থাকে। করোনা ভাইরাস ২২৯-ই সাধারণ জ্বর, সর্দি, কাশি ইত্যাদি উপসর্গ তৈরি করে। এই করোনা ভাইরাস ২২৯-ই বর্তমানের কোভিড-১৯ এর সাথে সম্পর্কিত নয়।

পক্ষান্তরে, নোভেল করোনা ভাইরাস (কোভিড-১৯) শ্বাসতন্ত্রের রোগ সৃষ্টি করে এমন একটি নতুন ধরণের ভাইরাস যা আগে কখনও মানবদেহে পাওয়া যায়নি। ডিসেম্বর ২০১৯ এ চীনের উহান শহরে প্রথম এই ভাইরাসের কথা জানা যায়। যদি কেউ কোভিড-১৯ আক্রান্ত দেশসমূহে (যে দেশে স্থানীয় সংক্রমণ হয়েছে এমন দেশে) ভ্রমণ করে থাকেন, অথবা কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন এবং ভ্রমণের/সংস্পর্শের ১৪ দিনের মধ্যে যদি জ্বর (১০০° ফারেনহাইট বা তার বেশি), কাশি, গলাব্যথা, শ্বাসকষ্ট ইত্যাদি উপসর্গ তার মধ্যে দেখা দেয়, তবে তিনি কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হলেও হতে পারেন।

COVID-19
Frequently Asked Questions (FAQ)

- ## What is a coronavirus/ Novel coronavirus?

A novel coronavirus (nCoV) is a new respiratory virus that has not been previously identified in humans. It was first reported in Wuhan, China in December 2019.

- ## How does COVID-19 spread?

Coronavirus infects lower respiratory tract of human beings;

- ✓ Spreads via respiratory droplets (sneeze/cough/salivary droplets/sputum/nasal discharge)
- ✓ Spreads through close contact with infected people

- ## When will you suspect that you are infected with coronavirus?

Within the last 14 days, if you have-

- Travelled to China or any other affected countries with local transmission, or
- Come in contact with a COVID-19 infected person

And, if you experience any sign-symptoms like

- ✓ fever (≥ 100°F),
- ✓ sore throat,
- ✓ cough,
- ✓ difficulty in breathing

Please go to the nearest government health facility or contact through IEDCR hotline (01937-000011, 01937-110011, 01927-711784, 01927-711785) immediately.

If you become sick-

- To keep your family members safe, please stay in an isolated room and wear a mask all the time

- DO NOT go outside unless it is absolutely necessary
- Maintain a distance of 1 meter (3 feet) from healthy persons
- Wash your hands frequently with soap and water or hand sanitizer

Can the COVID-19 be transmitted from person to person?

Yes, the COVID-19 can be transmitted from person to person.

The new coronavirus spreads primarily through contact with an infected person through respiratory droplets generated when a person, for example, coughs or sneezes, or through droplets of saliva or discharge from the nose.

How can you keep yourself safe?

- Wash your hands frequently with soap and water or hand sanitizer
- Maintain cough etiquette. When coughing and sneezing, cover mouth and nose with flexed elbow or tissue – discard tissue immediately into a closed bin and clean your hands with soap and water or hand sanitizer.
- Avoid touching eyes, nose and mouth as far as possible
- Avoid close contact with healthy persons if you have respiratory symptoms like fever, cough, sore throat, breathing difficulty
- Human to human transmission has been confirmed; anyone travelling to an outbreak area can be infected by it. Therefore, avoid all non-essential travels to China or any other affected country.

If you experience any sign-symptoms like fever (≥ 100°F), sore throat, cough, difficulty in breathing and if you have a history of travelling to China or any other affected countries, or came in contact with a coronavirus infected persons, please go to the nearest government health facility or contact IEDCR hotline (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785). Be sure to share your recent travel history with your health care provider.

- ## How long is the incubation period?

The incubation period of 2019-nCoV is 2-14 days.

- ## How long does the virus survive outside human body?

Preliminary information suggests the virus may survive a few hours outside human body. Simple disinfectants or washing hands with soap water or hand sanitizer can kill the virus making it no longer possible to infect people.

- ## Are there any specific medicines to prevent or treat COVID-19?

Those infected with COVID-19 should receive appropriate care to relieve and treat symptoms, and those with severe illness should receive optimized supportive care. To date, there is no specific medicine recommended to prevent or treat the novel coronavirus. Some specific treatments are under investigation and will be tested through clinical trials. WHO is helping to accelerate efforts to develop medicines to treat COVID-19 with a range of partners.

- ## Are antibiotics effective in treating or preventing the COVID-19?

No, antibiotics do not work against viruses, they only work on bacterial infections. The novel coronavirus is a virus and, therefore, antibiotics should not be used as a means of prevention or treatment. However, if you are hospitalized for the COVID-19, you may receive antibiotics since bacterial co-infection is possible.

- ## What is quarantine? What is isolation? What is the difference between quarantine and isolation?

Quarantine separates and restricts the movement of people who were exposed to a contagious disease to see if they become sick.

Isolation separates sick people with a contagious disease from people who are not sick.

Difference: By 'Quarantine' apparently healthy people, who were exposed to a contagious disease, are kept separated and their movements are restricted. By 'Isolation' people sick with a contagious disease are separated from healthy people.

By 'Quarantine', separated apparently healthy people are observed to see if they become sick. By 'Isolation', sick people are kept separated so that healthy people do not get infected from the sick.

- ## Is the test for COVID-19 available in Bangladesh?

Yes, the test for Coronavirus is available in Bangladesh. At present, the test can be done only at IEDCR.

- ## Foreigners/Bangladeshi people returning from China/COVID-19 affected countries with local transmission, work at my office/leave near my house. What should I do?

It is incorrect that all people, who are returning from China/COVID-19 affected countries with local transmission, either Bangladeshi or foreigners, are infected with COVID-19. Those who have returned from China/COVID-19 affected countries with local transmission, within last 14 days, please ask them to abide by the followings-

  - Ask them for 'self-quarantine' or to keep separated from healthy people and to wear mask constantly for 14 days,
  - Request them not to move outside room unless essential,

- Keep a minimum distance of 1 meter (3 feet) from healthy persons and
- Wash hands frequently with soap and water or hand sanitizer.
- If anyone of the returnees develop any sign-symptoms like
  - ✓ fever (≥ 100°F),
  - ✓ sore throat,
  - ✓ cough,
  - ✓ difficulty in breathing

Take above precautions, and
Advice to go to the nearest government health facility or contact through IEDCR hotlines (01937-000011, 01937-110011, 01927-711784, 01927-711785) immediately.

- **Foreigners/Bangladeshi people, who work at my office will return from China/other affected countries with local transmission. What should I do?**

Discourage people visiting/travelling presently in China/other affected countries with local transmission to come back to Bangladesh right now. However, if visit is mandatory for a Bangladeshi/foreigner, please follow the below mentioned precautions-

- If the returnee is in apparent good health, please ask to keep him/her 'quarantine' or to keep separated from healthy people and to wear mask constantly for a total of 14 days starting from the day of return to Bangladesh.
- Request him/her not to move outside room unless essential,
- Keep a minimum distance of 1 meter (3 feet) from healthy persons
- Wash his/her hands frequently with soap and water or hand sanitizer.
- Within 14 days of return, if anyone of the returnees develop any sign-symptoms like
  - ✓ fever (≥ 100°F),
  - ✓ sore throat,
  - ✓ cough,
  - ✓ difficulty in breathing

Take above precautions, and

Advice to go to the nearest government health facility or contact through IEDCR hotlines (01937-000011, 01937-110011, 01927-711784, 01927-711785) immediately.

- ## What are the countries where infection with COVID-19 has been detected?

China, Republic of Korea, Japan, France, Singapore, Spain, Australia, The United Kingdom, Malaysia, Switzerland, Viet Nam, Norway, Italy, Netherlands, Germany, Croatia, Finland, Greece, Denmark, Canada, San Marino, Indonesia, Thailand, Iran (Islamic Republic of), The United States, United Arab Emirates, Israel, Dominican Republic, Lebanon, Ecuador, Algeria, India are the countries, where local transmission of COVID-19 has been detected. Besides these countries, there a good number of countries which have imported COVID-19 cases only. The number of affected countries and affected countries with local transmission is increasing day by day.

- ## Can I get infected with COVID-19 if I travel abroad?

It is preferred not to travel abroad, especially China and other affected countries with local transmission, unless it is absolutely necessary. For a mandatory travel to China or any other country, please follow the precautions-

  - DO NOT stay outside room more than it is required. Avoid crowded places as far as possible.
  - Avoid going to markets known for selling live or dead animals.
  - Avoid close personal contacts like handshaking, hugging etc.
  - Avoid contact with infected persons.
  - Avoid contact with sick animals/ birds.
  - Consume well cooked fish or meat or eggs.
  - ALWAYS use face mask
  - Frequently wash hands with soap-water (at least for 20 seconds)

Within 14 days of returning to Bangladesh if you experience any sign-symptoms of 2019 novel coronavirus infection (fever more than 100°F or

38°C, sore throat, cough, difficulty in breathing), please go to the nearest government health facility or contact IEDCR hotline (01937-000011, 01937-110011, 01927-711784, 01927-711785) immediately.

- **Is it safe to receive a package/ letter/ goods/ raw materials from China or any other place where the virus has been identified?**

  Yes, it is safe. People receiving package/ letter/ goods/ raw materials are not at risk of contracting the new coronavirus.

- **Can we eat eggs and meat of domestic animals?**

  All food stuff including meat, eggs and fish should be well cooked prior to eating.

- **Is there any reason that we should get panic of COVID-19?**

  No, there is no reason to get panic of COVID-19 right now. No case has been found in Bangladesh till date. Mild symptoms are noted in most of the occasions in case of infection. However, please follow the below mentioned procedures for personal protection-

  - Wash your hands frequently with soap and water or hand sanitizer
  - Maintain cough etiquette. When coughing and sneezing, cover mouth and nose with flexed elbow or tissue – discard tissue immediately into a closed bin and clean your hands with soap and water or hand sanitizer.
  - Avoid touching eyes, nose and mouth as far as possible
  - Avoid close contact with an infected person
  - Avoid close contact with healthy persons if you have respiratory symptoms like fever, cough, sore throat, breathing difficulty
  - Human to human transmission has been confirmed; anyone travelling to an outbreak area can be infected by it. Therefore, avoid all non-essential travels to China or any other affected country

If you experience any sign-symptoms like fever (≥ 100°F), sore throat, cough, difficulty in breathing and if you have a history of travelling to China or any other affected countries, or came in contact with a coronavirus infected persons, please go to the nearest government health facility or contact IEDCR hotline (01937000011, 01937110011, 01927711784, 01927711785). Be sure to share your recent travel history with your health care provider.

- ## Is there anything I should NOT DO?

The following measures ARE NOT effective against COVID-2019 and can be harmful:

  - Smoking
  - Taking traditional herbal remedies
  - Wearing multiple masks
  - Taking self-medication such as antibiotics

In any case, if you have fever, cough and difficulty breathing seek medical care early to reduce the risk of developing a more severe infection and be sure to share your recent travel history with your health care provider.

- ## Are 229E coronavirus and nCoV 2019 (COVID-19) same?

No, 229E and nCoV 2019 (COVID-19) are not same. These are different.

People around the world commonly get infected with human coronaviruses 229E, NL63, OC43, and HKU1. The coronavirus 229E causes common cold like symptoms. It is not related with present COVID-19 situation.

Whereas, novel coronavirus (COVID-19) is a new respiratory virus that has not been previously identified in humans. It was first reported in Wuhan, China in December 2019. COVID-19 causes fever (≥ 100°F), sore throat, cough and breathlessness in persons who have travelled to COVID-19 affected countries with local transmission, or have come in contact with a COVID-19 infected person within the last 14 days.