

# নবোভাইরাস

রোগীদের জন্য তথ্য এবং পরামর্শ

## সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ

আপনি যদি এই লিফলেটে কোনো সংশোধন বা পরিমার্জন করতে চান, অনুগ্রহ করে এসডব্লিউবি লাইব্রেরী সার্ভিসেস এর সাথে 3587 এক্সটেনশনে যোগাযোগ করুন অথবা [swbh.library@nhs.net](mailto:swbh.library@nhs.net). ঠিকানায় ইমেইল করুন।



বার্মিংহাম ইউনিভার্সিটির একটি শিক্ষণ ট্রাস্ট  
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham NHS Trust

ML5460

প্রকাশের তারিখ: ডিসেম্বর 2021  
পর্যালোচনার তারিখ: ডিসেম্বর, 2024

PATIENTS  
PEOPLE  
POPULATION



## কিভাবে নরোভাইরাস রোগ নির্ণয় করা হয়?

পরীক্ষাগারে মল (পায়খানা) নমুনা পরীক্ষা করে নরোভাইরাস নির্ণয় করা হয়।

## নরোভাইরাসের চিকিৎসা কী?

নরোভাইরাস রোগটিকে তার সময়সীমা পার করতে দেওয়া ছাড়া কোনো সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা নেই। পানিশূন্যতা রোধ করতে প্রচুর পরিমাণে তরল পান করা গুরুত্বপূর্ণ।

## কীভাবে নরোভাইরাসের বিস্তার রোধ করা যায়?

আপনি যদি হাসপাতালে থাকেন

যদি আপনার নরোভাইরাস থেকে থাকে তবে আপনি অনিচ্ছাকৃতভাবেই অন্যান্য রোগীদের মধ্যে সংক্রমণ ছড়িয়ে দিতে পারেন। তাই, অন্যান্য অসুস্থ রোগীদের ভাইরাস সংক্রমণের ঝুঁকি কমাতে আপনাকে আইসোলেটেড থাকতে হবে (পাশের রুমে সেবা নেওয়া)। একই লিঙ্গের অন্যান্য রোগীদের সাথে যাদের নরোভাইরাস রয়েছে তাদের সাথে আপনাকে একটি বে অথবা ডাবল সাইড রুমে সেবা দেওয়া যেতে পারে। আপনি 48 ঘন্টার জন্য উপসর্গ মুক্ত থাকলে আপনি পাশের রুম থেকে বেরিয়ে আসতে পারবেন।

ভাইরাস যাতে অন্যদের মধ্যে ছড়িয়ে না যায় তা নিশ্চিত করতে সহায়তা করার জন্য:

- দূষিত এলাকা জীবাণুমুক্ত করা হবে
- সকল স্টাফ, রোগী ও ভিজিটরদের আপনার সাথে যোগাযোগ করার আগে ও পরে সাবান ও পানি দিয়ে তাদের হাত ধুতে হবে
- আপনি টয়লেট ব্যবহার করার পরে সর্বদাই সাবান ও পানি দিয়ে আপনার হাত ধুয়ে নেবেন।
- আপনার রুমের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বৃদ্ধি করা হবে এবং কঠোর পরিচ্ছন্নতার ব্যবস্থা করা হবে
- আপনার ভিজিটরদের আপনার বিছানায় বসা ঠিক হবে না এবং ওয়ার্ড থেকে বের হওয়ার আগে সাবান ও পানি দিয়ে তাদের হাত ধুতে হবে
- নতুন ভর্তি ও ভিজিটরদের জন্য ওয়ার্ডটি বন্ধ করা হতে পারে

যদি আপনার ভিজিটরদের নরোভাইরাস থেকে থাকে, তাহলে 72 ঘন্টা পর্যন্ত উপসর্গ মুক্ত না হওয়া পর্যন্ত তাদের ভিজিট করা ঠিক না।

## আপনি যদি হাসপাতালে না থাকেন

আপনি 48 ঘন্টা পর্যন্ত উপসর্গ মুক্ত না হওয়া পর্যন্ত এবং আপনি আপনার জন্য স্বাভাবিকভাবে খাওয়া-দাওয়া না করা পর্যন্ত আপনার কাজে অথবা স্কুলে যাওয়া ঠিক হবে না। আপনি 72 ঘন্টা পর্যন্ত উপসর্গ মুক্ত না হওয়া পর্যন্ত হাসপাতালে কাউকে দেখতে যাবেন না।

এটিও গুরুত্বপূর্ণ যে অন্যদের মধ্যে ভাইরাস ছড়ানোর ঝুঁকি কমাতে আপনি টয়লেট ব্যবহার করার পরে এবং খাবার নিয়ে কাজ করার আগে সাবান ও পানি দিয়ে আপনার হাত ধুয়ে নেবেন।

## যোগাযোগের ঠিকানা

যদি আপনার কোনো প্রশ্ন অথবা উদ্বেগ থেকে থাকে তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার দেখাশোনাকারী ডাক্তার, আপনার জিপি অথবা হাসপাতাল অথবা কমিউনিটি সংক্রমণ, প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ করার নার্সদের সাথে কথা বলুন।

## সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ সার্ভিস

0121 554 3801 (ইনফেকশন কন্ট্রোল সার্ভিসকে চান)

আরো তথ্য

NHS

[www.nhs.uk/conditions/norovirus/](http://www.nhs.uk/conditions/norovirus/)

এনএইচএস নন-ইমার্জেন্সি নম্বর

111

পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড

[www.gov.uk/government/publications/stop-norovirus-spreading-this-winter-leaflet](http://www.gov.uk/government/publications/stop-norovirus-spreading-this-winter-leaflet)

আমাদের হাসপাতাল ও সার্ভিসগুলো সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে আমাদের ওয়েবসাইট দেখুন:

Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

[www.swbh.nhs.uk](http://www.swbh.nhs.uk)

সংক্রমণ, প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণের আরও তথ্য পুস্তিকা আমাদের ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে, অথবা আপনি একটি কপি স্টাফ সদস্যদের কাছে চাইতে পারেন।

## এই পুস্তিকার তথ্যের জন্য যেসব উৎস ব্যবহার করা হয়েছে

পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড (2012) তীব্র ও কমিউনিটি হেলথ ও সোশ্যাল কেয়ার প্রতিষ্ঠানে নরোভাইরাস প্রাদুর্ভাব পরিচালনার জন্য নির্দেশিকা। এখানে পাওয়া যায়: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/322943/Guidance\\_for\\_managing\\_norovirus\\_outbreaks\\_in\\_healthcare\\_settings.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/322943/Guidance_for_managing_norovirus_outbreaks_in_healthcare_settings.pdf) (Accessed: 20 ডিসেম্বর 2021)।

(ওয়েবসাইটগুলো 20 ডিসেম্বর 2021 তারিখে অ্যাক্সেস করা হয়েছে)