

# পূর্বে কোভিড-19এর ক্ষেত্রে চিকিৎসাগতভাবে অত্যন্ত বিপন্ন অবস্থায় আছেন বলে বিবেচিত হওয়া লোকদের জন্য নির্দেশনা

20 সেপ্টেম্বর 2021 তারিখে আপডেটকৃত

সুরক্ষিতভাবে থাকার বা শিল্ডিং প্রোগ্রামটি এখন [ইংল্যান্ডে শেষ](#) হয়েছে। এর মানে হলো, যেসব ব্যক্তির পূর্বে চিকিৎসাগতভাবে অত্যন্ত বিপন্ন অবস্থায় আছেন (CEV) বলে বিবেচিত হয়েছিলেন তাদেরকে ভবিষ্যতে সুরক্ষিতভাবে থাকার পরামর্শ দেওয়া হবে না অথবা নির্দিষ্ট জাতীয় নির্দেশিকা অনুসরণ করতে বলা হবে না।

যদি এটি আপনার জন্য প্রযোজ্য হয়, তাহলে আপনি এই [পরিবর্তনগুলো সম্পর্কে আরো বিস্তারিত বিবরণ এবং প্রাপ্তিসাধ্য সহায়তা সম্পর্কে আরো তথ্য জানিয়ে আপনাকে পাঠানো একটি চিঠি পাবেন।](#)

মহামারীর শুরুতে যখন সুরক্ষিতভাবে থাকার বিষয়টি প্রথম চালু করা হয়েছিল, তার তুলনায় পরিস্থিতি এখন অনেকটাই ভিন্ন। আমরা ভাইরাসটি সম্পর্কে এবং কোন বিষয়টি কোভিড-19 এর ক্ষেত্রে কাউকে কম বা বেশি বিপন্ন অবস্থায় ফেলে সে সম্পর্কে আরো অনেক বেশি জানি, টিকাদান সফলভাবে চলা অব্যাহত আছে এবং অন্যান্য চিকিৎসা ও মধ্যস্থতা পাওয়া যাচ্ছে।

সরকার পরিস্থিতি এবং কোভিড-19 দ্বারা সৃষ্ট ঝুঁকিগুলোর মূল্যায়ন অব্যাহত রাখবে, এবং ক্লিনিক্যাল পরামর্শের উপর ভিত্তি করে, সবচেয়ে বিপন্ন অবস্থায় থাকা ব্যক্তিদের নিরাপদ রাখতে সেই অনুযায়ী ব্যবস্থা নেবে।

আপনার কমপক্ষে, নিরাপদে থাকা এবং কোভিড-19এর বিস্তার রোধ বিষয়ক একই [নির্দেশনাগুলোর](#) অনুসরণ চালিয়ে যাওয়া উচিত। অতিরিক্ত সতর্কতাগুলো আপনার জন্য সঠিক কিনা সে বিষয়ে আপনার হেলথ প্রফেশনালের দেওয়া

পরামর্শগুলো আপনার বিবেচনায় নেওয়া উচিত। তবে, স্বাস্থ্য সমস্যা থাকা একজন হিসেবে, আপনি আপনার ক্লিনিশিয়ানের দেওয়া যেকোনো পরামর্শের পাশাপাশি, অতিরিক্ত কোনো সতর্কতা আপনার জন্য সঠিক কিনা তাও বিবেচনা করে দেখতে পারেন। এতে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:

- আপনার এবং আপনি যাদের সাথে দেখা করছেন তাদের টিকা দেওয়া হয়েছে কিনা তা বিবেচনা করা - অন্যদের সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগের আগে আপনি প্রত্যেকের কোভিড-19 টিকার দ্বিতীয় ডোজের পর 14 দিন পর্যন্ত অপেক্ষা করতে চাইতে পারেন।
- সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার চর্চা চালিয়ে যাওয়ার ব্যাপারে বিবেচনা করা, যদি তা আপনার এবং আপনার বন্ধুদের জন্য সঠিক বলে মনে হয়
- আপনার সাথে দেখা করতে আসার আগে বন্ধু-বান্ধব এবং পরিবারকে একটি রেপিড ল্যাটারাল ফ্লো অ্যান্টিজেন টেস্ট করতে বলা
- বাড়িতে আসা অভ্যাগতদের মুখের আবরণী পরিধান করতে বলা
- জনবহুল স্থানগুলো এড়িয়ে চলা

[স্কটল্যান্ড](#), [ওয়েলস](#) এবং [নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড](#)-এ বসবাসকারী ব্যক্তিদের জন্য ভিন্ন নির্দেশিকা আছে।