কোভিড-19 এর বিস্তারকে মন্থর করুন

আর্লিংটনে কোভিড-19 এর পরীক্ষা উপলব্ধ

সিডিসি নিম্নলিখিতদের জন্য কোভিড-19 এর পরীক্ষণের পরামর্শ দিয়ে থাকে: হাসপাতালে ভর্তি থাকা রোগী; লক্ষণযুক্ত স্বাস্থ্য পরিষেবা কেন্দ্রের কর্মী; লক্ষণযুক্ত দীর্ঘ-কালীন পরিচর্যা কেন্দ্রে বসবাসকারী বা এমন একত্রিত এমন কোন বসবাসযোগ্য স্থিতি; কোভিড-19 এর লক্ষণযুক্ত ব্যক্তি; বা জনস্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণ এবং তত্ত্বাবধানের জন্য চিকিৎসকদের দ্বারা অগ্রাধিকারপ্রাপ্ত এমন লক্ষণ বিহীন ব্যক্তিবর্গ। **একাধিক পরীক্ষাক্ষেত্রে প্রাক-পরীক্ষণ করানো আবশ্যক, একজন চিকিৎসকের নির্দেশ এবং অ্যাপয়েন্টমেন্ট নেওয়ার প্রয়োজন।**

1 লক্ষণ দেখুন

কোভিড-19 এর সবচেয়ে সাধারন লক্ষণ হল জ্বর >100.4F, কাশি, শ্বাসকষ্ট বা শ্বাস নিতে সমস্যা।

অন্যান্য লক্ষণগুলোর মধ্যে ঠান্ডা লাগা, বার বার ঠান্ডার সাথে কাঁপুনি উঠা, পেশিতে ব্যাথা, মাথা যন্ত্রণা, গলা ব্যাথা বা নতুন করে স্বাদ বা গন্ধ না বুঝতে পারা।

আপনার যদি কোন বিপদের লক্ষণ থাকে যেমন শ্বাস নিতে সমস্যাম বুকে ব্যাথা বা চাপ, ভ্রান্তি বা উত্তেজিত না হতে পারা বা ঠোঁট বা মুখ নীলচে হয়ে গেলে, **911** ফোন করুন।

কারোর যদি এই ধরণের লক্ষণ বিপদের সংকেত ছাড়াও দেখা দেয় মূলত যাদের বয়স 65 বছরের উর্দ্ধে, গর্ভবতী, ডায়াবেটিস বা অন্যান্য ঝুঁকির শ্রেণীভুক্ত গুরুতর শারীরিক অসুস্থতা আছে, **2য় ধাপ চালিয়ে যান।**

2 প্রথমে ফোন করুন

আপনার যদি কোন চিকিৎসক বা কোন বীমা না থাকে, এই নথিতে আমাদের তালিকাভুক্ত যেকোনো একটি ক্লিনিকে ফোন করুন।

চিকিৎসক বা ক্লিনিক আপনার হয়ে অ্যাপয়েন্টমেন্ট করবে যাতে আপনি গিয়ে বা অনলাইনে স্ক্রিন করাতে পারেন। অন্যদের বাঁচাতে, আগে থেকে ফোন না করে চিকিৎসকের কাছে বা ক্লিনিকে যাবেন না।

3 স্ক্রিন করান

আপনার যদি অনলাইনে স্ক্রিন করা হয়ে থাকে কিন্তু একটি পরীক্ষা করানোর দরকার আছে, চিকিৎসক বা ক্লিনিক আপনার জন্য একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট করবে বা আপনার একটি পরীক্ষা ক্ষেত্রে যাওয়ার নির্দেশ দেবেন।

আপনি যদি গিয়ে স্ক্রিন করিয়ে থাকেন এবং আপনার চিকিৎসক যদি মনে করেন যে আপনার পরীক্ষণের প্রয়োজন আছে, তাহলে তারা যদি পরীক্ষণ ক্ষেত্র হিসাবে সুসজ্জিত হয়, তাহলে চিকিৎসক বা ক্লিনিক একটি নমুনা সংগ্রহ করবে, অন্যথা আপনাকে **পরীক্ষা ক্ষেত্রে** যাওয়ার নির্দেশ দেবেন।

আপনি যদি গিয়ে পরীক্ষা করান এবং চিকিৎসক মনে করেন আপনার কোভিড-19 নেই, তাহলে চিকিৎসকের পরামর্শ মেনে চলুন।

4 নমুনা দিন

কোভিড-19 সংক্রমণের এর সবথেকে ভালো পরীক্ষা হল নাক বা মুখ থেকে নমুনা মুছে নেওয়া। আপনার স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারী এই নমুনা গগলস্, মাস্ক বা রেস্পিরেটর্স, গাউন এবং গ্লাভস্ এর মতো পার্সোনাল প্রোটেক্টিভ উপকরণ (পিপিই) পরিধানরত অবস্থায় নেবে। এই মুছে নেওয়া নমুনা সিল করে পরীক্ষার জন্য বীক্ষনাগারে পাঠিয়ে দেওয়া হবে।

5 ফলাফল পেয়ে যান

ফলাফল উপলব্ধ হলে আপনাকে জানানো হবে।

ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময়ে, আপনার বাড়িতে থেকে অন্যদের থেকে দূরে থাকা গুরুত্বপূর্ণ এবং যখন সামাজিক দূড়ত্ব বজায় রাখা কঠিন একটি মুখের কভারিং পড়া উচিৎ।

আপনার যদি কোভিড-19 থাকে, নিজেকে এবং অন্যদের সুরক্ষিত রাখার জন্য এবং আপনার সাথে সম্পর্কে আসা ব্যক্তিদের চিহ্নিত করার জন্য আরও নির্দেশিকা দেওয়া হবে।

বেশিরভাগ মানুষ যাদের কোভিড-19 হয়েছে তারা নিজের থেকেই বাড়িতে সুস্থ হয়ে ওঠেন। আপনার যদি কোভিড-19 পরীক্ষার ফল পজিটিভ আসে, বা পরীক্ষা করানো হয়ে থাকে এবং শ্বসন সবন্ধীয় অসুস্থতা রয়েছে, বাড়িতে থাকুন এবং অন্যদের সম্পর্কে আসা এড়িয়ে চলুন; অন্যদের আশেপাশে থাকলে মুখের আবরক পড়ুন; ঘন ঘন হাত ধুয়ে নিন; নিয়মিত তল জীবানুমুক্ত করুন; এবং আপনার ঘনিষ্ঠ সম্পর্কে আসা ব্যক্তিদের আপনার অসুস্থতা সম্বন্ধে অবগত করুন।

www.arlingtonva.us/covid-19

কোভিড-19 সম্বন্ধে প্রশ্নের জন্য, কোভিড-19 হটলাইন 703-228-7999 এ ফোন করুন, সকাল 7টা-সন্ধ্যা 7টা কর্মদিবসে; শনিবার সকাল 9টা-বিকাল 5টা

ফেয়ারফ্যাক্স কাউন্টি স্বাস্থ্য বিভাগ দ্বারা স্বাঙ্গীকৃত

ARLINGTON
VIRGINIA

আর্লিংটনে কোভিড-19 এর নিদানিক (ভাইরাল) পরীক্ষার লোকেশান

আর্লিংটন'এর নিম্নে প্রদত্ত স্থানগুলোতে কোভিড-19 এর নিদানের পরীক্ষা করানো হয়। একটি নিদানমূলক পরীক্ষার মাধ্যমে আপনার শরীরে ভাইরাসের কোন অংশ উপস্থিত আছে কিনা দেখার মাধ্যমে বর্তমান সংক্রমণ স্থিতি বোঝা যায়। নাক, মুখ বা শ্বাসনালির নিচের অংশ থেকে মুছে নেওয়া নমুনা দিয়ে এই পরীক্ষা করা হয়।

প্রতিষ্ঠানের নাম এবং ঠিকানা	ফোন নম্বর, ওয়েবসাইট, সময়	বীমা ছাড়া রোগীদের গ্রহণ করা হয়	এপয়েন্টমেন্টের প্রয়োজন	কোভিড-19 এর স্ক্রিন	কোভিড-19 এর জন্য পরীক্ষা	খরচ (বীমা দ্বারা কভার হতে বা নাও হতে পারে)
পরীক্ষণের লোকেশান এবং ক্লিনিক						
কমন ওয়েল্থ মেডিক্যাল সেন্টার 3535 S. Ball St., Ste. A Arlington, VA 22202	571-260-0069 www.commonwealthmc.net **সোম-শুক্র:** সকাল 9টা- বিকেল 4টে	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	পরিদর্শন: $150 পরীক্ষা: $50
ইনোভা আর্জেন্ট কেয়ার-নর্থ আর্লিংটন 4600 Lee Hwy Arlington, VA 22207	571-492-3080 www.inova.org/locations/inova-urgent-care-north-arlington **সোম-শুক্র:** সকাল 8টা-রাত 8টা	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	পরীক্ষা: $50 মূল্যায়ন: $200 (যদি দরকার হয়)
আর্জেন্ট কেয়ার সেন্টার অফ আর্লিংটন 2439 N. Harrison St. Arlington, VA 22207	571-210-3161 www.urgentcarearlingtonva.com **সোম-শুক্র:** সকাল 8টা-রাত 9টা **শনি/রবি:** সকাল 8টা-সন্ধ্যা 6টা	হ্যাঁ	না	হ্যাঁ	হ্যাঁ	পরিদর্শন: $150 পরীক্ষা: $50
কেবলমাত্র পরীক্ষণের লোকেশান						
কোভিড-19 ড্রাইভ-থ্রু কালেকশান সাইট *(আর্লিংটন কাউন্টি/কোয়েস্ট)* 1429 N. Quincy St. Arlington, VA 22207	health.arlingtonva.us/covid-19-coronavirus-updates/covid-19-testing **সোম-শুক্র:** সকাল 9টা-বিকেল 4টে	না	না	*না কিন্তু চিকিৎসকের নির্দেশ আবশ্যক*	হ্যাঁ	***কোয়েস্ট বিলের বীমা প্রদানকারী (অবশ্যই স্বাস্থ্য বীমা প্রদান করতে হবে)***
কোভিড-19 ওয়াক-আপ সাইট* *(আর্লিংটন ফ্রি ক্লিনিক আর্লিংটন কাউন্টি এবং ভার্জিনিয়া স্বাস্থ্য বিভগের সঙ্গে অংশীদারিত্ব)* **আর্লিংটন মিল কমিউনিটি সেন্টার** 909 S. Dinwiddie St. Arlington, VA 22204	703-912-0118 health.arlingtonva.us/covid-19-coronavirus-updates/covid-19-testing **সোম-শুক্র:** দুপুর 1টা-বিকেল 5টা	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	বিনামূল্যে
প্রেস্টন্স্ ফার্মাসি 5101 Lee Hwy Arlington, VA 22207	703-522-3412 www.prestonspharmacy.com **সোম-বৃহ: সকাল** 6টা-সন্ধ্যা 6টা	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	হ্যাঁ	ফার্মাসির ফি: $35

** কোভিড-19 ওয়াক-আপ কালেকশান সাইট আর্লিংটন ফ্রি ক্লিনিক দ্বারা ব্যবস্থাপিত হয়, যা 13 বছর এবং উর্দ্ধে কম-উপার্জনকারী এবং অ-বীমাকৃত এবং কম-বীমাকৃত আরলিংটনের নিবাসীদের জন্য একটি স্থানীয় সেফটি-নেট ক্লিনিক।*

প্রণীত তথ্যাদি আর্লিংটন কাউন্টি পাবলিক হেল্থ বিভাগ দ্বারা জুলাই 10, 2020 হালনাগাদ করা।
অনুগ্রহ করে প্রতিটি প্রতিষ্ঠানের সাথে নির্দিষ্ট বিবরণ সুনিশ্চিত করে নিন কারণ এটি সময়ের সাথে পরিবর্তন হতে পারে।
07.10.20