

ভ্রমণকারীদের জন্য তথ্য

মিডল ইস্ট রেসপিরেটরি সিনড্রোম (MERS)

মার্স (MERS) একটি বিরল কিন্তু গুরুতর শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ, যা সাধারণত মধ্যপ্রাচ্যে আক্রান্ত উট থেকে মানুষের মধ্যে ছড়ায়।

যদি আপনি MERS-প্রভাবিত এলাকা থেকে ফিরে এসে থাকেন, তাহলে আপনার উচিত:

- আপনার অসুস্থ বোধ করলে এবং কোনো উপসর্গ দেখা দিলে, বিশেষ করে যদি আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল হয়, তাহলে দ্রুত আপনার ডাক্তারের সঙ্গে যোগাযোগ করুন। আপনার ডাক্তারকে জানান যে আপনি ভ্রমণ করেছেন।
- অস্ট্রেলিয়ায় পৌঁছানোর পর যদি আপনি অসুস্থ বোধ করেন, তাহলে আপনার আগমন বন্দরের একজন জৈব নিরাপত্তা কর্মকর্তার সাথে কথা বলুন।
- MERS-প্রভাবিত এলাকা ছেড়ে আসার পর এই কার্ডটি সর্বোচ্চ ১৪ দিন পর্যন্ত সংরক্ষণ করুন, কারণ উপসর্গ দেখা দিতে এত সময় লাগতেও পারে।

MERS-এর লক্ষণগুলো হলো:



জ্বর



কাশি



নতুন করে শ্বাসকষ্ট
শুরু হওয়া



ডায়রিয়া

আরও তথ্যের জন্য অস্ট্রেলীয় সরকারের ওয়েবসাইট health.gov.au/MERS দেখুন

যদি আপনি MERS-প্রভাবিত বিদেশি এলাকায় ভ্রমণে যান বা সেখানে বসবাস করেন, তাহলে আপনার উচিত:

নিজেকে সুরক্ষিত রাখা

- অসুস্থ মানুষ এবং অসুস্থ প্রাণীর কাছাকাছি সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।
- উট বা উটজাত পণ্যের সংস্পর্শে আসার পর ঘন ঘন সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।
- কাঁচা উটের দুধ, অপরিষ্কারভাবে রান্না করা উটের মাংস এবং উটের মূত্র দ্বারা দূষিত যেকোনো কিছু এড়িয়ে চলুন।
- সকল নিয়মিত ও ভ্রমণ-সংক্রান্ত টিকা সময়মতো নিয়ে রাখুন।

সংক্রমণ ছড়ানো বন্ধ করুন

- আপনি যদি অসুস্থ হন, তাহলে অন্য মানুষের সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।
- নিয়মিত সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।

চিকিৎসা পরামর্শ নিন

- আপনার যদি MERS সংক্রমণের উপসর্গ দেখা দেয়, তাহলে চিকিৎসা পরামর্শ নিন।

অবগত থাকুন

নিয়মিত আপডেটের জন্য health.gov.au/MERS দেখুন।



Australian Government

Department of Health, Disability and Ageing

health.gov.au/MERS