



**Lakeridge  
Health**

12મી નવેમ્બર, 2020

પ્રિય મિત્રો અને પાડોશીઓ,

Durham ક્ષેત્રમાં અને Lakeridge Healthમાં COVID-19 વિરુદ્ધમાં લડત આપવા અંગે અમે તમને છેલ્લામાં છેલ્લી માહિતી આપી શકીએ એ માટેની તક પ્રદાન કરવા બદલ તમારો આભાર.

જેમ-જેમ આપણે નવેમ્બર મહિનામાં પસાર થઈ રહ્યા છીએ, તેમ-તેમ આપણે સમગ્ર Ontario તેમજ અહીં Durham ક્ષેત્રમાં પુષ્ટિ કરાયેલા COVID-19નાં કેસોમાં વૃદ્ધિ જોતાં આવીએ છીએ. આ વધતા જતા સંક્રમણનાં દરો ચિંતાજનક છે અને તે આપણી સ્વાસ્થ્યની પ્રણાલી સામે, આપણા અર્થતંત્ર સામે તેમજ વ્યક્તિગત રીતે આપણી સામે ખતરો ઊભો કરે છે. સંક્રમણ ઓછું ક્રિયાશીલ અને તેમજ સમુદાયમાં વધતા જતા કેસોના ભાર ઊંધી બાજુ ગતિ કરે એ માટે, સામૂહિક ધોરણે, આપણે સહુએ મૂળભૂત સુરક્ષા માટેની અગમચેતીઓ રાખવા બાબત ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર છે – આપણા પારિવારિક સભ્યો સિવાય અન્ય લોકો સાથે શારીરિક અંતર જાળવવું, મારસ્ક પહેરવાં અને અવારનવાર આપણા હાથ ધોવા રહેવા.



One System.  
Best Health.



### **COVID-19ના વિશ્વવ્યાપી રોગચાળા દરમિયાન ઈન્ફ્લુએન્ઝાની અનિશ્ચિત અવધિ**

જેમ-જેમ ઈન્ફ્લુએન્ઝાની અનિશ્ચિત અવધિ દેખા દેતી જાય છે તેમ-તેમ, એ મહત્વપૂર્ણ છે કે આપણે જેટલું શક્ય બને તેટલું નિરોગી રહીએ. Durham ક્ષેત્રમાં વસવાટ કરનાર તમામને અમે પ્રોત્સાહિત કરીએ છીએ કે તેઓ ઋતુ આધીન ઈન્ફ્લુએન્ઝા સામે રક્ષિત બનવા માટે પ્રતિ વર્ષ કરાતું તેમનું રોગ-પ્રતિરક્ષણ મેળવે. કેટલાક લોકો કદાચ થોડા દિવસો પછી ઈન્ફ્લુએન્ઝા સામેનાં લક્ષણોમાંથી સાજા થઈ શકે છે, પરંતુ ઘણાબધા લોકો માટે - જેમાં વયોવૃદ્ધ, એકદમ નાનાં બાળકો અને લાંબા સમયથી બીમારી ધરાવતા લોકોનો સમાવેશ થાય છે - તે ગંભીર માંદગી તરફ પણ દોરવી શકે છે. જેટલી વધુ સંખ્યામાં લોકો ઈન્ફ્લુએન્ઝાની રસી મેળવશે, તેટલી વધુ સારી એ તક બનશે કે આપણે આપણા સમુદાયને સલામત અને સ્વસ્થ રાખી શકીએ. ઈન્ફ્લુએન્ઝા વિશેની વધુ માહિતી તેમજ કેવી રીતે સલામત રહી શકાય એ માટે, કૃપા કરીને Lakeridge Healthની વેબસાઈટ પર [ફ્લુ પેઈજ વિશેની હકીકતો](#)ની મુલાકાત લો.

શરદી અને COVID-19નાં ઈન્ફલુએન્ઝાના લક્ષણો પરસ્પર વ્યાપ્ત બને છે. જોકે અમુક કેસોમાં COVID-19 વધુ ગંભીર જોવા મળે છે, તથાપિ કેટલાક COVID-19 ના રોગલક્ષણો અતિસૂક્ષ્મ જંતુ દ્વારા ઉપલા શ્વસનનાં માર્ગનો ચેપ, ઈન્ફલુએન્ઝા તેમજ અન્ય શ્વાસોચ્છવાસને લગતી બીમારીઓ જેવા સમાન જોવા મળે છે. COVID-19નું પરીક્ષણ કરાવવાથી તમે સરળતાથી સુનિશ્ચિત બની શકશો. જો તમે અન્ય કોઈ શ્વાસોચ્છવાસને લગતી બીમારીનાં કોઈ પણ રોગલક્ષણોનો અનુભવ કરી રહ્યા હો, તો કૃપા કરીને COVID-19 નાં પરીક્ષણ માટેની મુલાકાતનું આયોજન કરવા માટે [ઑનલાઈન મૂલ્યાંકન](#) પૂર્ણ કરો તેમજ તમારા લક્ષણોને સમજાવવા માટે તમારા પ્રાથમિક સંભાળ પ્રદાતા સાથે જોડાઈ જાવ.

### **COVID-19 નાં મૂલ્યાંકન કેન્દ્રો**

Durham ક્ષેત્રમાં આપણા સમુદાયની સેવા કરવા માટે અત્યારે છ [COVID-19 મૂલ્યાંકન સેન્ટર્સ](#) (CACs) છે જેમાં પહેલેથી મુલાકાત લેવા માટે અંદાજે 20-કલાક માટેની પ્રતીક્ષાનો સમય રાખેલો છે. મહિના પહેલાં Whitby's Heydenshore Pavilion ખાતે સૌથી નવું પરીક્ષણ શરૂ થયું છે તેમજ આવનારા દિવસોમાં Pickeringમાં નવું CAC શરૂ થશે જે 1101 Kingston Road કિંગ્સ્ટન રોડ સ્થિત આવેલું છે.

### **Lakeridge Healthમાં પરિવારની હાજરી**

આ પડકારરૂપ સમય દરમિયાન, અમે હંમેશાં એવા માર્ગોને શોધતા રહીએ છીએ કે જેનાંથી હોસ્પિટલમાં દાખલ થયેલા વહાલા દર્દીઓને તેમના પરિવાર સાથે જોડી શકાય. આ વિશ્વવ્યાપી રોગચાળા દરમિયાન, દર્દીઓને, મુલાકાતીઓને અને આપણી ટુકડીને સલામત રાખવા માટે, કૃપા કરીને તમામ લોક-સ્વાસ્થ્યનાં માર્ગદર્શનોને અનુસરો, જેમાં જો તમે લક્ષણો ધરવતા હો અથવા તો COVID-19 ધરાવનાર અન્ય કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હો, તો મુલાકાત ન લેવી, તમામ વખત માટે માસ્ક પહેરી રાખવું, શારીરિક અંતર રાખવું અને નિયમિતપણે હાથ ધોવા જેવી બાબતોનો સમાવેશ થાય છે.

વધુમાં, અમે તમામ લોકોને એ યાદ અપાવવા માગીએ છીએ કે જ્યારે તેઓ હોસ્પિટલમાં હોય ત્યારે મુલાકાતીઓને ખાવાની કે પીવાની છૂટ આપવામાં આવતી નથી અને આ સમય દરમિયાન, અમે હોસ્પિટલમાં ફૂલો સાથે પણ આવવા દેતા નથી. આ વિશ્વવ્યાપી રોગચાળા દરમિયાન, પારિવારિક ઉપસ્થિતિ માટેની છેલ્લામાં છેલ્લી માહિતી મેળવવા માટે, કૃપા કરીને અમારી વેબસાઈટ પર [અમારી મુલાકાત લો](#)ના પાના પર જાવ.

આપણા સમુદાયની, ટુકડીનાં સભ્યોની, પરિવારોની, અને મુલાકાતીઓની સલામતી એ અમારી ટોચની અગ્રતા છે. જેમ-જેમ પરિસ્થિતિ બદલાતી રહે છે, તેમ-તેમ અમે અમારા [COVID-19ના પાના](#) પર છેલ્લામાં છેલ્લી માહિતી આપવાનું ચાલુ રાખીશું.

આપણું Durham ક્ષેત્ર સલામત રહે એ માટે તમે જે સતત પ્રયત્નો કરતા રહો છો એ બદલ તમારો આભાર.

Susan deRyk,  
વચગાળાના પ્રમુખ અને સી.ઈ.ઓ.

Dr. Tony Stone,  
કર્મચારી-વર્ગના અગ્રણી