

विषय: *Omicron* क्याम्पसमा र क्याम्पस बाहिर फैलिदै; परीक्षणको नयाँ मार्गदर्शन

हालसालैको राष्ट्रीय, स्थानीय समुदाय र क्याम्पसको *COVID-19* डाटाको प्रतिक्रियाको रूपमा आज हामी थप जनस्वास्थ्य मार्गदर्शनको साथमा आज हामी तपाईंलाई सम्पर्क गर्दछौं ।

*Public Health Madison and Dane County (PHMDC)* ले रिपोर्ट गरे अनुसार, डेन काउन्टीमा *omicron* प्रजातीको अब लगभग १५० वटा पुष्टी गरिएको केसहरू देखिए । यसमा अधिल्लो हप्ता क्याम्पसमा सङ्कलन गरेका नमूनाहरू समावेश छन् । यसले यो देखाउँछ कि देश र संसारको अरू भागमा जस्तै, *omicron* प्रजाती एकदमै चाँडो क्याम्पस र क्याम्पस बाहिर फैलिरहेको छ । *CDC* का अनुसार, ७३ प्रतिशत नयाँ केसहरू समावेश गरेर अमेरिकामा *COVID-19* को प्रमुख प्रजाती *omicron* भईसकेको छ ।

यो बृद्धि यस्तो समयमा आउँछ जब धेरै व्यक्तिहरू यात्रा गर्दै छन् र आफ्ना परिवार र साथीहरूसँग समय बिताइरहेका छन् र जब धेरै व्यक्तिहरूले अझै बूस्टर खोप लगाएका छैनन् ।

तपाईंले गर्नु पर्ने कामहरू:

- यदि तपाईं यात्रा गर्ने योजना बनाउनुहुन्छ भने, *PHMDC* ले तपाईंले खोप लगाउनु भए या नभएपनि यात्रा गर्नु अघि परीक्षण गर्ने सिफारिश गर्दछ । बिहीबार सम्म क्याम्पसमा सीमित परीक्षण उपलब्ध छ । यदि तपाईं क्याम्पसमा वा समुदायमा *PCR* परीक्षण पाउन सक्नुहुँदैन भने, तपाईं फार्मसीहरू र अन्य खुद्रा विक्रेताहरूमा उपलब्ध घरमै *rapid antigen* परीक्षण चलाउन सक्नुहुन्छ । (नोट: अमेरिकामा घरमा गरिने परीक्षणहरू हावाबाट प्रवेश गर्न स्वीकार्य छैनन् ।)
- यदि तपाईं यात्रा अघि परीक्षण गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईंले परीक्षण गर्नुभएको र यात्राको बीचको समयमा अन्य गतिविधिहरूलाई सम्भव भएसम्म सीमित गर्नुहोला ।
- ६५ वर्ष वा सोभन्दा माथिका व्यक्तिहरू, प्रतिरोध क्षमता कमजोर भएका व्यक्तिहरू (जस्तै कि क्यान्सर भएका) र दीर्घकालीन स्वास्थ्य अवस्था भएका व्यक्तिहरूसँग भेला हुँदा थप सावधानीहरू अपनाउनुहोला । खोप लगाएका भएपनि *COVID* ले गम्भीर बनाउन जोखिममा यी व्यक्तिहरू पर्दछन् । सो व्यक्तिहरूलाई भेट्नु अघि *COVID* वरीपरी हुने सम्भावना भएकाले बार वा रेस्टुरेण्ट जाने ज्यस्ता अनावश्यक गतिविधिहरूमा भाग नलिनुहोला । सो व्यक्तिहरूका वरपर मास्क लगाउने र परपर रहने विचार गर्नुहोला । हामीलाई थाहा छ कि यो आदर्श होइन, तर हाम्रा प्रियजनहरूलाई स्वस्थ र सुरक्षित राख्नको लागि, बिदाको समयमा वहाँहरूको जोखिमलाई नबढाउन महत्त्वपूर्ण छ ।
- यदि तपाईंले कुनै पनि *COVID-19* का लक्षणहरू अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ भने यात्रा वा जमघट नगर्नुहोला । याद गर्नुहोस् कि लक्षणहरू थरी थरीका हुन्छन् र नदेखिने देखि गमभीरसम्म हुन सक्दछन् ।
- यदि लगाउनु भएको छैन भने, जहाँ उपलब्ध छ त्यहाँ बूस्टर खोप लगाउनुहोला र घरमा बस्ने व्यक्तिहरू बाहेक अरूसँग भित्र हुनुहुन्छ भने ठीक्क हुने मास्क लगाउनुहोला ।

क्याम्पसका अगुवाहरू स्थितिलाई निगरानीमा राख्न जारी राख्दछन् र हामी आगामी हप्ताहरूमा तपाईंसँग जानकारी साझा गर्न जारी राख्नेछौं ।