Maryland
DEPARTMENT OF HEALTH

کرونا وائرس 2019

وائرس کے بارے میں پوچھے جانے والے عمومی سوالات

مارچ 6، 2020

گورنر لیری ہوگن کی جانب سے جاری ہدایات کی روشنی میں ریاستی ایجنسیوں کی جانب سے کورونا وائرس کی روک تھام کے لئے جامع اور مربوط رد عمل کے منصوبوں کی تیاری کا کام تندہی سے جاری ہے۔

میری لینڈ ڈیپارٹمنٹ آف ہیلتھ کرونا وائرس کے حوالے سے تازہ ترین معلومات پر نہ صرف عوام سے براہ راست بات چیت کرے گا بلکہ شہریوں کو اس وائرس سے تحفظ کے حوالے سے مکمل اور درست معلومات بھی فراہم کرے گا۔

سی او وی آئی ڈی -19 کیا ہے؟

کرونا وائرس نظام تنفس کو متاثر کرنے والا وائرس ہے جو گزشتہ سال دسمبر میں چین کے شہر وہان میں منظرعام پر آیا۔ کرونا وائرس جسے (سی او وی آئی ڈی -19) بھی کہا جاتا ہے یہ ایک نیا وائرس ہے جو اس سے پہلے انسانوں میں کسی بھی بیماری کا باعث نہیں بنا۔ اس وائرس کی وجہ سے عالمی سطح پر نہ صرف ہزاروں افراد متاثر ہوئے ہیں بلکہ کچھ اموات بھی واقع ہوئی ہیں۔ دنیا بھرکے مختلف ممالک میں یہ مرض پھیل چکا ہے اور ہر روز اس وائرس سے متاثرہ افراد سامنے آرہے ہیں۔

کیا کرونا وائرس امریکہ میں بھی پھیل چکا ہے؟

کرونا وائرس امریکہ میں بھی پھیل گیا ہے اور اس وائرس کے باعث کچھ لوگ بیمار ہوئے ہیں اور کچھ اموات بھی ہوئی ہیں۔ کرونا وائرس سے متاثرہ زیادہ تر وہ افراد ہیں جنھوں نے ایسے ممالک کا دورہ کیا ہے جہاں اس وائرس کی شدت زیادہ ہے۔ لیکن امریکہ میں کچھ مخصوص علاقوں کے لوگ بھی اس وائرس سے متاثر ہوئے ہیں۔ ان میں سے کچھ افراد ایسے بھی ہیں، جنھیں یہ نہیں معلوم کہ وہ کیسے اور کہاں سے اس انفکشن کا شکار ہوئے؟

ایسے میں عوام کو کیا خطرہ ہے؟

اس بات کا قوی امکان موجود ہے کہ کسی سطح پر امریکہ میں کرونا وائرس وسیع پیمانے پر پھیل جائے گا۔ ماہرین اس بات کا امکان ظاہر کررہے ہیں کہ آئندہ آنے والے ہفتوں اور مہینوں میں امریکہ سمیت پوری دنیا میں کرونا وائرس کے مزید کیس سامنے آئیں گے۔

نزلہ اور زکام ایک شخص سے دوسرے شخص میں اور پھر کمیونٹی میں پھیلنے کا باعث بنتا ہے۔ یعنی روزمرہ کے کام کاج کے دوران لوگ اس کا شکار ہوتے ہیں۔ امریکہ کے کچھ حصوں کی کمیونٹی میں کرونا وائرس کے پھیلنے کی اطلاع نے متاثرہ کمیونٹیز کے لیے فوری خطرے کے بارے میں تشویش میں اضافہ کر دیا ہے۔

کیا میری لینڈ میں کوئی کرونا وائرس کا کیس سامنے آیا ہے؟

پانچ مارچ 2020 کو میری لینڈ اسٹیٹ میں کرونا وائرس کے تین مصدقہ کیس سامنے آئے۔ یہ افراد بیرون ملک سفر کے دوران وائرس کا شکار ہوئے تھے۔ متاثرہ افراد کی حالت ٹھیک ہے اور وہ اپنے گھروں میں محدود ہیں۔ پانچ مارچ کو گورنر لیری ہوگن نے ریاست میں ایمرجنسی نافذ کرنے کا اعلان کرکے تمام ریاستی وسائل کو کرونا کے خلاف متحرک کر دیا ہے۔ اعلامیے سے باضابطہ طور پر ایم ڈی ایچ اور میری لینڈ ایمرجنسی مینجمنٹ ایجنسی (ایم ای ایم اے) کو مجاز اور ہدایت دی گئی ہے کہ وہ تمام ریاستی اور مقامی ایجنسیوں کے مابین کوآرڈینیشن بڑھائیں۔

یہ اعلامیہ ایم ای ایم اے اور ایم ڈی ڈی کو نہ صرف ریاستی اور مقامی محکمہ صحت بلکہ ہنگامی ٹیموں کے ساتھ تیز رفتار رابطہ کاری کرنے کے قابل بھی بناتا ہے۔

میری لینڈ میں کرونا وائرس کی ٹیسٹنگ اور کیس گنتی کے بارے میں تازہ ترین معلومات
پر دستیاب ہیں۔ **health.maryland.gov/coronavirus**
صفحے کو روزانہ اپ ڈیٹ کیا جاتا ہے

ابھی کس کو خطرہ ہے؟

اس وقت مندرجہ ذیل لوگ خطرے کی زد میں ہیں۔

۱. جنھوں نے حال ہی میں وائرس سے متاثرہ جغرافیائی علاقوں کا سفر کیا
۲. کرونا وائرس سے متاثرہ فرد سے قریبی اور ذاتی رابطہ رکھنے والے افراد
۳. متارہ افراد کی دیکھ بھال کرنے والے افراد

کرونا وائرس (سی او وی آئی ڈی-19) کیسے پھیلتا ہے

۱. خیال کیا جاتا ہے کہ سی او وی آئی ڈی-19 سردی یا فلو کی طرح پھیل سکتا ہے۔
۲. متاثرہ افراد کے کھانسنے اور چھینکنے سے یہ سانس کے ذریعے انسانی جسم میں داخل ہو جاتا ہے۔
۳. صحت مند افراد کا متاثرہ مریض سے ہاتھ ملاتے اور گلے ملنے سے

سی او وی آئی ڈی- 19 کی کیا اعلامات ہیں

۱. بخار
۲. کھانسی
۳. سانس لینے میں دشواری
۴. اگر بیماری شدت اختیار کر جائے تو مریض کو نمونیہ (پھیپڑوں میں انفکشن) ہو سکتا ہے

اگر مجھے لگتا ہے کہ میں سی او وی آئی ڈی-19 سے متاثر ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہئے؟

اگر آپ نے حال ہی میں کرونا وائرس سے متاثرہ علاقے کا دورہ کیا ہے یا کسی ایسے شخص سے رابطہ میں رہے ہیں جو کرونا وائرس سے متاثر ہے اور آپ محسوس کررہے ہیں کہ آپکو بخار، کھانسی اور

سانس لینے میں دشواری ہورہی ہے تو دیر نہ کریں فوری طور پر ابتدائی طبی امداد حاصل کریں۔
مندرجہ ذیل اقدامات کریں ......

۱۔ اسپتال جانے سے پہلے اپنے ڈاکٹر اور ایمرجنسی روم کو اطلاع کریں۔
۲۔ اپنے حالیہ سفر اور قریبی افراد (اپنے اہل خانہ) کے بارے میں مکمل معلومات دیں۔
۳۔ اگر ماسک دستیاب ہے تو وہ پہنیں۔

اگر کوئی سی او وی آئی ڈی- 19 سے متاثر ہے تو اسکا کیا ہوگا؟

لوگوں کی اکثریت اس انفیکشن سے ٹھیک ہوجاتی ہے۔ زیادہ تر لوگوں میں ہلکے یا اعتدال پسند علامات ہوتے ہیں۔ کچھ لوگوں کو گھر میں رہ کر صحت یاب ہونے اور دوسروں سے خود کو الگ کرنے کا مشورہ دیا جا سکتا ہے۔ اگر ان کی علامات مزید خراب ہوجائیں تو ان افراد کو اپنے معالجین یا صحت کی دیکھ بھال کرنے والے کسی ڈاکٹر کو فون کرنا چاہئے۔

کچھ سی او وی آئی ڈی- 19 انفیکشن سنگین بیماری کا باعث بن سکتے ہیں ، اور کچھ کیسز میں موت بھی واقع ہوسکتی ہے۔ اگر کسی شخص میں یہ بیماری سنگین صورتحال اختیار کر جائے تو وہ اسپتال میں داخل ہوسکتا ہے۔ بوڑھے افراد اور وہ افراد جو پہلے سے موجود طبی صورتحال سے دوچار ہیں ان کو اس بیماری سے زیادہ خطرہ ہوسکتا ہے۔ پہلے سے موجود طبی حالتوں کی مثالیں مندرجہ ذیل ہیں: کینسر ، ذیابیطس ، دل کی بیماری یا دیگر حالات جن سے جسم کے حفاظتی نظام کی وائرس سے لڑنے کی صلاحیت متاثر ہوتی ہے۔

کیا مجھے بیرون ملک سفر کرنے کے منصوبوں کو منسوخ کر دینا چاہئے؟

بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کے مراکز (سی ڈی سی) ٹریول ایڈوائزری ضرورت کے مطابق اپ ڈیٹ کررہے ہیں۔ سی ڈی سی نے متاثرہ علاقوں کا غیر ضروری سفر نہ کرنے کا مشورہ دیا ہے۔ اگر آپ بیرون ملک سفر کا منصوبہ بنا رہے ہیں تو تازہ ترین ٹریول وارننگز کی معلومات کرنے کے لئے سی ڈی سی ٹریول ایڈوائزری سائٹ دیکھیں
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html

کیا مجھے پرہجوم مقامات میں جاتے ہوئے ماسک پہننا چاہئے؟

نہیں ، عام لوگوں کے لئے چہرے کے ماسک کی سفارش نہیں کی جاتی ہے، حالانکہ ماسک کچھ حالات میں مفید ثابت ہوسکتا ہے - جیسے ہسپتال یا کلینک کے ویٹنگ روم میں - سانس کی بیماری سے متاثرہ شخص کے لیے ماسک کا استعمال فائدہ مند ہے تاکہ مرض کو دوسروں تک پھیلانے سے روکنے کے لئے ضروری ہے۔

سی ڈی سی یہ تجویز نہیں کرتا کہ جو لوگ مکمل صحتیاب ہیں وہ اپنے آپ کو سی او وی آئی ڈی -19 سمیت سانس کی بیماریوں سے بچانے کے لیے فیس ماسک کا استعمال کریں۔ آپ کو اسی صورت میں فیس ماسک کا استعمال کرنا چاہئے اگر آپکا ڈاکٹر یہ تجویز کرے۔ فیس ماسک کا استعمال صرف ان لوگوں کو کرنا چاہئے جن میں سی او سی آئی ڈی -19 کی علامات ہیں یا وہ اس مرض میں مبتلا ہیں۔ کیونکہ ایسے افراد کی جانب سے فیس ماسک کا استعمال اس مرض کو صحت مند افراد میں پھیلنے سے روکتا ہے۔
ایسے ہیلتھ ورکرز اور دوسرے لوگوں کے لئے بھی چہرے کا ماسک کا استعمال بہت ضروری ہے جو

گھر میں یا صحت کی دیکھ بھال کے مراکز میں سی او وی آئی ڈی -19 سے متاثرہ کسی شخص کی دیکھ بھال کر رہے ہیں
-

میں اپنے اور دیگر افراد کے تحفظ کے لیے کیا کر سکتا ہوں؟

روزمرہ کی بنیاد پر ایسے حفاظتی اقدامات کریں جو ہمیشہ سانس کی بیماریوں جیسے فلو اور زکام کے پھیلنے کو کم کرنے کے لئے تجویز کیے جاتے ہیں ۔

۱. اپنے ہاتھوں کو صابن اور گرم پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک دھوئیں
۲. اگر صابن اور پانی کی سہولت میسر نہیں تو ایسے ہینڈ سینی ٹائیزر کا استعمال کریں جس میں کم از کم الکوحل کی شرح 60 فیصد ہو۔
۳. کھانسی اور چھینک کے وقت ٹشو پیپر یا رومال کا استعمال کریں، عدم دستیابی کی صورت میں کہنی سے ناک کو ڈھانپ لینا اس وائرس سے انسان کو محفوظ بناتا ہے

۴. اپنے منہ، ناک اور آنکھوں کو چھونے سے گریز کریں
۵. کثرت سے استعمال ہونے والی اشیاء کو جراثیم سے پاک رکھیں۔
۶. مشتبہ مریض سے ملنے سے گریز کریں
۷. اگر آپ بیمار ہیں تو گھر سے باہر نکلنے سے اجتناب کریں، صرف طبی معائنہ کے لیے باہر نکلیں۔

کیا کرونا وائرس قابل علاج ہے یا اس کی کوئی ویکسین موجود ہے؟

کرونا وائرس ایک نیا مرض ہے اس لئے اس کی ابھی تک کوئی ویکسین موجود نہیں۔ ماہرین اس وائرس کی ویکسین بنانے پر کام کررہے ہیں۔ البتہ ماہرین صحت توقع ظاہر کر رہے ہیں کہ وائرس کی اس نئی قسم کے سدباب کے لیے ویکسین کی دریافت میں ایک سال سے زائد کا عرصہ لگ سکتا ہے۔ اس صورتحال میں ایسے افراد جن کو کرونا وائرس تشخیص ہوا ہے انھیں اس مرض کی علامات کی شدت کو کم کرنے کے لیے طبی سہولیات حاصل کرنا چاہیئں۔

میں سی او وی آئی ڈی -19 کے لئے کس طرح زیادہ تیار رہ سکتا ہوں؟

۱. روایتی ادویات (بغیر نسخے والی ادویات) جس میں درد سے نجات ، پیٹ کے علاج ، کھانسی اور سردی کی دوائیوں شامل ہیں کی مناسب مقدار اپنے پاس رکھیں۔

۲. اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس نسخہ والی ادویات کی مناسب مقدار موجود ہے۔ اگر ضرورت ہو تو اپنی نسخوں والی ادویات دوبارہ آڈر کریں۔

۳. اگر آپ بیمار ہوجاتے ہیں تو تندرست ہونے تک اپنے گھر پر ہی رہیں۔ ایسی صورت میں تھرمامیٹر، ٹشو پیپر اور ہینڈ سینیٹائزر اپنے پاس رکھیں

۴. اپنے اہل خانہ اور پیاروں سے بات چیت کریں کہ اگر وہ بیمار ہوجائیں تو ان کی دیکھ بھال کس طرح کی جائے گی اور گھر میں ان کی دیکھ بھال کے لئے کیا ضروریات ہوگی۔

۵. گھر پر دو ہفتے کے لیے پانی اور کھانے کی فراہمی یقینی بنائیں۔

کیا مجھے اور بھی کچھ جاننا چاہئے؟

کسی مخصوص نسل یا نسلی پس منظر کے لوگوں کو بدنام نہ کریں۔ وائرس مخصوص آبادی ، نسل یا نسلی پس منظر کے لوگوں کو نشانہ نہیں بناتے ہیں۔

اپنے آپ کو باخبر رکھیں اور صرف قابل اعتماد، سرکاری ذرائع سے ہی معلومات حاصل کریں۔ افواہوں اور غلط معلومات سے محتاط رہیں۔ جب تک کسی سرکاری ، سوشل میڈیا کے ذریعہ پھیلنے والی صحت کی معلومات اکثر غلط ہوتی ہیں۔ صرف قابل اعتماد ذریعہ جیسے سی ڈی سی ، ایم ڈی ایچ یا مقامی محکمہ صحت کی جانب سے شئیر ہونے والی معلومات درست ہیں۔

کیا مخصوص گروپس جیسے کاروباری طبقہ کے لیے اضافی معلومات موجود ہیں؟

سی ڈی سی کی جانب سے COVID-19 کے بارے میں معلومات cdc.gov پر دیکھی جاسکتی ہیں۔

کاروبار
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/guidance-business-response.html

حاملہ خواتین ، دودھ پلانے والی خواتین اور بچے
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnant-women.html

تعلیمی ادارے (سکول)
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-schools.html

مسافر
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html

ہفتہ وار اپ ڈیٹ
سی او وی آئی ڈی – 19 سے متعلق ہفتہ وار معلوماتی ای میل کے لیے مذکورہ یو آر ایل کے تلاش کے خانے میں اپنا ای میل اور سی او وی آئی ڈی -19 لکھیں

https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic_id=USCDC_2067