



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

کوویڈ نائین ٹین یا کرونا وائرس کے بارے میں حقائق

عالمی ادارہ صحت نے کرونا وائرس کو سرکاری طور پر ایک وبائی بیماری قرار دیا ہے۔ اگرچہ کیوبک میں اسوقت اس بیماری کا پھیلاؤ قابو میں ہے، آئندہ آنے والے چند ہفتے اس بیماری کو پھیلنے سے روکنے کیلئے بہت اہم ٹا پت ہوں گے۔ اس سلسلے میں، ہماری حکومت اس بیماری کو روکنے کیلئے تمام ضروری سائنسی اور معاشرتی اقدام اٹھا رہی ہے۔

کوویڈ نائین ٹین یا کرونا وائرس کیا ہے؟

کوویڈ نائین ٹین یا کرونا وائرس، وائرس کی ایک قسم ہے جو کہ صحت سے متعلق خطرناک اور سنجیدہ مسائل پیدا کر سکتا ہے۔ یہ وائرس خاص طور پر بوڑھے لوگوں اور ان لوگوں کیلئے جنکا مدافعتی نظام یا امیون سسٹم کمزور ہے کیلئے زیادہ خطرناک ہے۔

کوویڈ نائین ٹین کی علامات کیا ہیں؟

اسکی علامات موسمی یا عام فلو سے ملتی جلتی ہیں۔ اسکی مندرجہ ذیل علامات ہو سکتی ہیں۔
- اچانک تیز بخار کا ہونا
- کھانسی
- تھکاوٹ
- اور سانس لینے میں دشواری ہونا

کیا یہ علامات سب میں یکساں طور پر ظاہر ہوتی ہیں؟

یہ بیماری کچھ لوگوں میں کسی بھی علامت کے بغیر ہو سکتی ہے اور یہ لوگ بغیر کسی خاص علاج کے ٹھیک ہو سکتے ہیں۔ یا کچھ لوگوں میں صرف چند علامات ظاہر ہوتی ہیں اور انکو بھی کسی خاص علاج کی ضرورت نہیں پڑتی۔ مگر دوسرے مریض دردوں، ناک بہنے، اور خراب پیٹ یا ڈائیریا کا شکار ہو سکتے ہیں۔ کچھ لوگوں میں صرف چند معمولی اور ہلکی نوعیت کی علامات، جیسے کہ سردی لگ جانے سے زکام کا ہو جانا ظاہر ہوتی ہیں۔ جبکہ دوسرے لوگوں میں علامات شدید اور سخت نوعیت کی ہوتی ہیں جیسے کہ نمونیا سے وابستہ علامات، جن میں سانس لینے میں دشواری یا گردوں کی بیماری شامل ہیں۔ بعض سرٹس صورت حال میں مریضوں کی موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔

یہ وائرس کن انسانی اعضاء کو سب سے زیادہ متاثر کرتا ہے؟

عموماً ناک، گلے اور پھیپھڑے اس وائرس سے متاثر ہوتے ہیں۔

یہ وائرس انسان سے دوسرے انسان میں کس طرح متعلق ہوتا ہے؟

- اگر کوئی شخص کسی متاثرہ شخص کے اسوقت نزدیک ہو جبکہ متاثرہ شخص چھینکے یا کھانسی سے متاثرہ شخص سے قریبی اور طویل رابطے کے ذریعے
- جب متاثرہ شخص کسی چیز یا سطح کے نزدیک ہوتا ہے تو بیماری کے جائیم اسکے سانس کے ذریعے اسکی نزدیکی چیزوں میں متعلق ہو جاتے ہیں۔ اگر ایک صحتمند شخص ان چیزوں کو ہاتھ لگے تو بیماری اسکو ہی لگ سکتی ہے

کرونا وائرس کتنی دیر تک زندہ رہ سکتا ہے؟

یہ وائرس عام طور پر اشیاء پر زیادہ دیر تک زندہ نہیں رہتا
- یہ خشک اشیاء اور سطحوں پر 33 گھنٹے تک زندہ رہ سکتا ہے جبکہ
- گیلی اشیاء اور سطحوں پر 6 دن تک زندہ رہ سکتا ہے۔



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

اگر مجھے اپنے میں کرونا وائرس کی علامات محسوس ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟
کیوبک کے وہ رہائشی جو بیرون ملک سے آئے ہیں اور بخار، کھانسی یا سانس لینے میں دشواری محسوس کرتے ہیں، انہیں
اس نمبر پر فون کرنا چاہیے۔
1-877-644-4545

- کیوبک میں متاثرہ افراد کی جلد تشخیص کرنے کیلئے خاص سکریننگ کلینک قائم کیے گئے ہیں۔ تاہم، کسی بھی کلینک
میں جانے سے پہلے آپ فون نمبر 18776444545 پر ضرور فون کریں۔

اگر آپ نے سال 2020 میں بیرون ملک سفر کیا ہے یا کسی ایسے شخص سے ملے ہیں جو باہر سے آیا ہے یا کہ وہ نیا
ایمیگرنٹ ہے تو ہسپتال جانے سے پہلے آپ یہ بات فون پر محکمہ صحت کے ملازمین کو ضرور بتائیں۔

کیا کرونا وائرس کیلئے کوئی ویکسین یا علاج دریافت ہو گیا ہے؟
اس وقت اس وائرس سے بچاؤ کیلئے نہ تو کوئی ویکسین ہے اور نہ ہی کوئی حتمی علاج ہے۔ مگر ہسپتالوں میں
مریضوں کیلئے علامات کو کم کرنے کے علاج کا انتظام کیا گیا ہے۔
عام طور پر زیادہ تر متاثرہ افراد خود ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔
وائرس سے بچاؤ کا بہترین طریقہ مندرجہ ذیل حفاظتی اصولوں پر عمل کرنا ہے۔

میں اس وائرس سے اپنے آپ کو کیسے بچاؤں؟
مندرجہ ذیل اقدام کرونا وائرس کے خلاف ثابت شدہ حفظانِ صحت اقدام ہیں۔

- صابن اور نلکے کے نیم گرم پانی سے اپنے ہاتھ بار اور اکثر 20 سیکنڈ کیلئے دھویں
- اگر صابن اور پانی دستیاب نہ ہوں تو الکوحل سے بنے جراثیم کش محلول [ڈس انفیکٹنٹ] کا استعمال کریں
- کھانسی یا چھینک آنے کی صورت میں جفضانِ صحت کے اصولوں پر عمل کریں
- کھانسی یا چھینک آنے کی صورت میں اپنے منہ اور ناک کو بازو سے ڈھانپیں، تاکہ آپ اپنی تھوک میں موجود جراثیم کو
پھیلنے سے روک سکیں
- اگر آپ ٹشو پیپر کا استعمال کرتے ہیں، تو اسے حفاظتی طریقے سے ضایع کریں اور اپنے ہاتھ دھویں
- اگر آپ بیمار ہیں تو مریضوں یا طویل مدتی نگہداشت کے رہائشیوں سے ملنے سے گریز کریں۔ اگر آپ بیرون ملک سے لوٹے
ہیں تو خاص طور پر ان لوگوں سے مت ملنے
- کسی سے ملنے وقت آپ کو براہ راست جسمانی رابطے سے گریز کرنا چاہئے جیسے کہ کسی سے ہاتھ ملانا یا کسی کو بوسہ
دینا

مونٹریال کے ریجنل پبلک ہیلتھ ڈائریکٹوریٹ نے تصدیق کی ہے کہ کورونا وائرس کے لئے اسکریننگ کلینک جو اسپتال ڈیو
میں کھلا ہے وہ ہر ایک کے لئے قابل رسائی ہے۔ چاہے ان کا امیگریشن سٹیٹس کچھ بھی ہو یا انکے پاس رامکیو کوریج ہو
یا نہ ہو۔ لیکن ہسپتال جانے سے پہلے 18776444545 پر فون ضرور کریں تاکہ آپکو ریفرل مل سکے

مزید معلومات کے لئے مونٹریال کی پبلک ہیلتھ ڈائریکٹوریٹ کی ویب سائٹ دستیاب ہے۔

<https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

آپکے لیے مزید مفید معلومات حاصل کرنے کے ذرائع



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

کوویڈ نائین ٹین کے بارے میں جنرل انفارمیشن کیلئے فون لائن ، جہاں آپ صبح 8 بجے سے شام 6 بجے تک پیر سے جمعہ کے دوران کو فون کر سکتے ہیں۔

18776444545

وائرس سے متعلق معلومات کے لئے حکومت کینیڈا کی فون لائن

18337844397

ڈبلیو ایچ او کی ویب سائٹ

WHO Website: <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

کیوبک کی حکومت کی ویب سائٹ

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/#c4633>

کوویڈ نائین ٹین کے پھیلاؤ کو محدود کرنے کے لئے مندرجہ ذیل حالیہ اقدامات کیے گئے ہیں۔

جو لوگ بیرون ملک سے واپس آئے ہیں انکو رضاکارانہ طور پر 14 دن تک اپنے گھر میں الگ تھلگ رہنے کی تلقید کی جا رہی ہے۔

سرکاری شعبے کے تمام ملازمین ، ہیلتھ کیئر سسٹم کے ملازمین ، تعلیم اور ڈے کیئر کے ملازمین جو بیرون ملک سے واپس آئے ہیں، انکے لیے یہ ضروری ہے کہ وہ اپنے گھر پر 14 دن کے لیے رضاکارانہ طور پر خود کو الگ تھلگ کر لیں۔

مارچ کے مہینے میں ہونے والے تمام غیر ضروری اجتماع چنکا کہ بند کمروں یا ہالوں میں ہونے پر گرام تھا، ان کا 30 دن کے لئے منسوخ کیا گیا ہے۔

مارچ کی 16 تاریخ سے لے کر 27 مارچ تک تمام ڈے کیئر جنمیں سی پی ای ، اور باقی تمام قسم کے ڈے کیئر شامل ہیں اور تمام تعلیمی اداروں کو بند کیا جا چکا ہے۔ محکمہ صحت اور دیگر ضروری ملازمتوں سے تعلق رکھنے والے ملازمین جنکے چھوٹے بچے ہیں، اور جنکا کام پر جانا ضروری ہے، انکے لیے خصوصی ڈے کیئر بنائے جائیں گے تاکہ وہ بچوں کی فکر کے بغیر کام پر جا سکیں۔

بیماری کی روک تھام اور قابو پانے کے لئے جو اقدامات عام حالات میں اٹھائے جاتے ہیں، انہیں مزید مضبوط اور بہتر بنایا جائے گا۔ یہ اقدامات ان تمام مریضوں کے لئے اٹھائے جائیں گے جن کے کیس گمانی یا تصدیق شدہ ہیں

یہ معلومات آپکے لیے ACCÉSS کی جانب سے تیار کی گئی ہیں۔

Produced by Alliance des communautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux – ACCÉSS.