CIVIC ACTION TEAMS

Pakistan Coronavirus CivActs Campaign

بلیٹن نمبر 02

۲۰۲۰-۱۰-۱۶

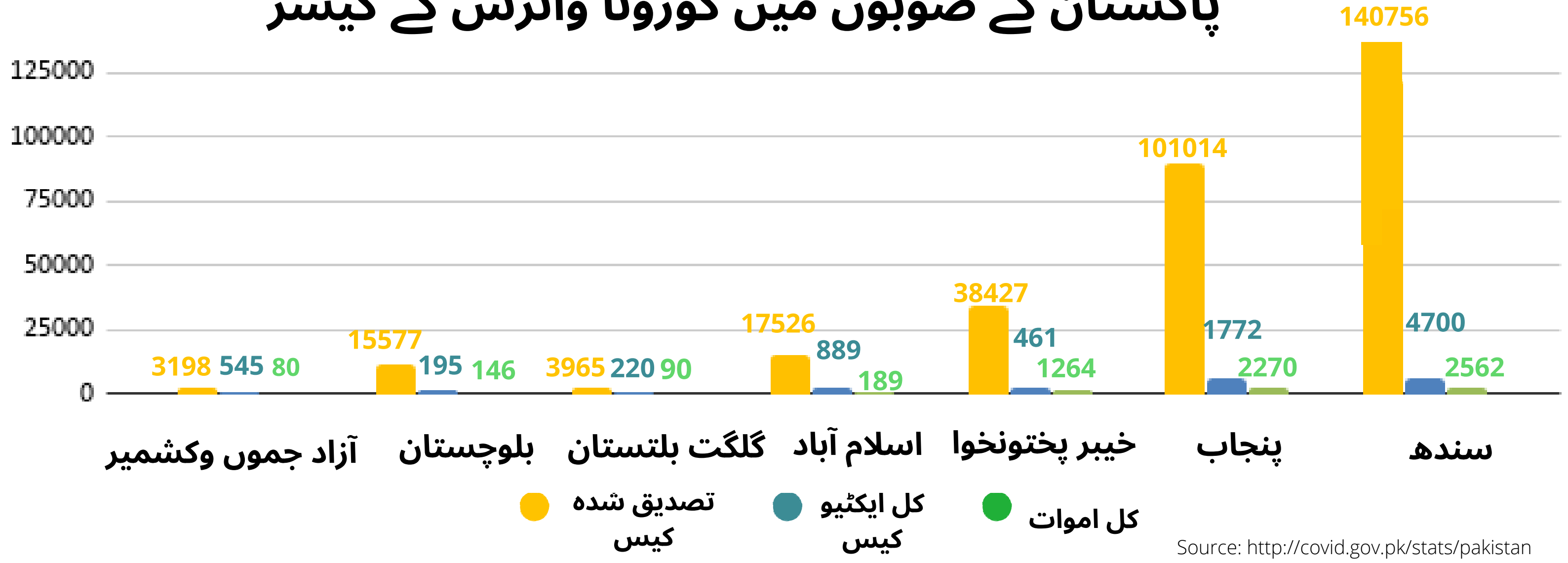
کورونا وائرس وبائی مرض جیسی صورتحال غلط اطلاعات ، افواہوں اور جھوٹی خبروں کی وجہ سے معاشرتی تنازعات کا سبب بن سکتی ہے۔ جیسا کہ پاکستان میں ڈینگی بخار ، سیلاب اور زلزلوں کی وجہ سے ہونے والا نقصان قومی سطح پر دیکھا گیا ہے۔ وباء پھیلنے کے ساتھ ساتھ دیکھنے میں آرہا ہے کہ جھوٹی خبریں، کہانیاں اور غلط افواہیں پھیل رہی ہیں جسکی وجہ سے معاشرہ بدامنی کا شکار ہورہا ہے۔ غیر تصدیق شدہ معلومات کا پھیلنا معاشرتی تنازعات کی وجہ بن سکتی ہے۔

اسی صورتحال کو مدنظر رکھتے ہوئے ، ایشیاء فاؤنڈیشن (ٹی اے ایف) پاکستان کے تعاون سے اکاؤنٹیبیلیٹی لیب پاکستان (اے ایل پی) نے کورونا وائرس سیوایکٹس مہم (سی سی سی) کا آغاز کیا ہے۔ اس مہم کا مقصد غلط افواہوں کو ختم کرنا ، باقاعدگی سے حقائق کی جانچ پڑتال کرنا ، ڈیٹا کی ترکیب سازی کرنا ، اور ہر ہفتے معلوماتی بلیٹن تیار کرنے کے لئے ورچوئل فورمز طلب کرنا ہے۔ ان بلیٹنز میں اہم حکومتی فیصلے ، ورچوئل مواد ، کمیونٹی کی آراء ، تصدیق شدہ معلومات ، درست خدشات ، اور صحت اور دیگر امور سے متعلق سوالات اور افواہوں کو شامل کیا جائے گا۔ اس کا مقصد یہ ہے کہ پاکستان میں سب سے زیادہ کمزور گروہوں میں شعور اجاگر کرنے میں مدد دی جائے جس میں خاص طور پر خیبرپختونخوا اور سندھ پر توجہ دی جارہی ہے۔ ان بلیٹن کا اردو اور سندھی میں ترجمہ کیا جائے گا اور پشتو میں آڈیو کے ساتھ ہفتہ وار شائع کیا جائے گا۔ انہیں اسٹیک ہولڈرز ، مقامی حکومت کے رہنماؤں ، میڈیا ، سی ایس اوز ، ہیومینٹیرین آرگنائزیشنز ، اور دیگر کے ساتھ شئیر کیا جائے گا۔ ایک ویب پیج بھی ہوگا ، جسے سوشل میڈیا پر بڑے پیمانے پر شیئر کیا جائے گا ، اور مقامی کمیونٹی ریڈیو اسٹیشنوں پر بھی نشر کیا جائے گا۔

پاکستان میں کورونا وائرس کی موجودہ صورتحال

کل ریکوریز	کل اموات	کل ایکٹیو کیس	تصدیق شدہ کیس
305,080	6,601	8,782	320,463

پاکستان کے صوبوں میں کورونا وائرس کے کیسز



Source: http://covid.gov.pk/stats/pakistan

accountabilitylab PAKISTAN

حقیقت یا افواہ؟

کورونا وائرس وبائی مرض کے باعث کچھ غلط افواہیں قومی اور بین الاقوامی سطح پر پچھلے کچھ مہینوں سے پھیل رہی ہیں۔ ذیل کچھ غلط افواہیں ہیں جو کہ تیزی سے پھیل رہی ہیں۔

پانی کے ذریعے وائرس پھیل سکتا ہے: افواہ

پانی کے ذریعے کورونا وائرس منتقل نہیں ہوسکتا۔ اگر آپ سوئمنگ پول میں یا پانی میں تیراکی کرتے ہیں تو آپ پانی کے ذریعے انفکشن کا شکار نہیں ہوسکتے۔ تاہم ، تالاب میں لوگوں کے قریب ہونے کی وجہ سے ، خاص طور پر کوئی متاثرہ شخص کورونا وائرس کی منتقلی کا باعث بن سکتا ہے۔ لہذا سومنگ پول میں بھی جسمانی فاصلہ برقرار رکھنا ضروری ہے۔

موسمیاتی تبدیلی کورونا وائرس کے پھلینے کا سبب بن سکتی ہے: افواہ

گرم اور سرد دونوں آب و ہوا والے ممالک میں کورونا وائرس پھیل چکا ہے۔ لہذا، موسم کورونا وائرس کے پھیلاؤ کو نمایاں طور پر متاثر نہیں کرتا ہے۔ تاہم ، کچھ مخصوص حالات ہیں جو بیماری کے پھیلاؤ کا سبب بن سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر ، ہجوم والی جگہوں پر جانا، محدود وینٹیلیشن کے ساتھ بند جگہ انفیکشن کے زیادہ خطرہ کا باعث بن سکتی ہے۔ سردی کے موسم میں ، لوگ بند کمروں میں رہتے ہیں اور سماجی فاصلہ برقرار نہیں رکھتے۔ یہ حالات موسم کے مقابلے میں کورونا وائرس کی منتقلی کا زیادہ باعث بنتے ہیں۔

ہرڈ اِمیونیٹی کورونا وائرس سے بچاؤ میں مدد دیتی ہے: افواہ

ڈبلیو ایچ او کے سربراہ نے وبائی امراض کے پیش نظر ہرڈ امیونیٹی کو مسترد قرار کردیا۔ ہرڈ اِمیونیٹی کے ساتھ ، یہ فرض کیا جاتا ہے کہ بڑے پیمانے پر انفیکشن کے نتیجے میں ایک آبادی میں زیادہ تر افراد وائرس سے محفوظ رہتے ہیں۔ تاہم ، اگر زیادہ تر آبادی اس بیماری سے متاثر ہو جائے تو ہزاروں افراد اس سے مر سکتے ہیں۔ ڈبلیو ایچ او کے سربراہ ٹیڈروس گیبریئسس نے دعویٰ کیا کہ ایک ہرڈ اِمیونیٹی کا طریقہ "سائنسی اور اخلاقی طور پر مشکلات کا باعث بن سکتاہے"۔ انہوں نے کہا ، " تاریخ میں کبھی بھی ہرڈ اِمیونیٹی کو وبائی بیماری کے علاج کے طور پر استعمال نہیں کیا گیا ہے۔"

ذرائع: ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن ، سائنٹیفک امریکن۔

اسلام آباد میں کورونا وائرس کی نئی لہر: اسکول بند ، مِنی سمارٹ لاک ڈاؤن دوبارہ نافذ

وفاقی دارالحکومت میں حال ہی میں کورونا وائرس کے نئے کیسز کی وجہ سے ، وزارت صحت (این ایچ ایس) نے اسلام آباد کے مختلف علاقوں میں منی اسمارٹ لاک ڈاؤن کو دوبارہ نافذ کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔ اسلام آباد کے ڈپٹی کمشنر نے اطلاع دی ہے کہ ، جی -9 ، جی -10 ، اور آئی -8 سیکٹر دارالحکومت میں کورونا وائرس کے نئے ہاٹ سپاٹ کے طور پر سامنے آئے ہیں۔ بتایا گیا ہے کہ کرونا وائرس کے پھیلاؤ کی بنیادی وجوہات وزارت صحت اور ڈبلیو ایچ او کے ذریعہ وضع کردہ ایس او پیز کے بارے میں لاعلمی ہے۔ چونکہ یہ ایک مسئلہ بنا ہوا ہے کہ لوگ ایس او پیز اور ہدایات پر باقاعدگی سے عمل نہیں کررہے ، لہذا احتیاطی تدابیر اختیار کرنے میں کمی واقع ہو رہی ہے۔ اس کے علاوہ ، اداروں میں طلباء ، مزدوروں اور دیگر کارکنوں کی ایک ساتھ واپسی بھی وائرس کے پھیلاؤ کی ایک اہم وجہ ہے۔

باڑہ کہو اور جی -8 سمیت پانچ مزید علاقوں کو بھی سیل کردیا جائے گا۔ اسلام آباد (14 ستمبر سے) اسکولوں میں مہر بند اسکولوں کی عمارتوں کی تعداد 21 ہوگئی جس کے باعث کورونا وائرس کے کیسز سامنے آنے کے بعد پیر کو مزید دو تعلیمی اداروں کو سیل کردیا گیا۔

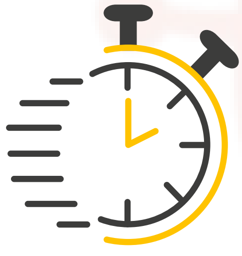
اسکولوں کی انتظامیہ کو بتایا گیا ہے کہ وہ طلباء اور اساتذہ دونوں کو 14 دن کے لئے خود کو قرنطینہ کرنے کا نوٹس دیں۔ ہفتے کے روز 173 کاروباری مراکز کا معائنہ کیا گیا جن میں 32 ریستوران اور ہوٹل ، 47 دکانیں ، اور ایک ورکشاپ کو بھی ایس او پیز کی خلاف ورزی کرنے پر سیل کر دیا گیا۔ ڈپٹی کمشنر کے مطابق ، شادی ہالوں کو بھی وارننگ کی گئی ہے کیونکہ وہ ایس او پیز کو نظرانداز کررہے ہیں۔

عوامی اجتماعات میں کون سے ایس او پیز اختیار کی جانی چاہیئں؟

اگرچہ بہت سے ممالک نے بڑی عوامی اجتماعات پر پابندی عائد کردی گئی ہے ، پاکستان میں بدستور شادیوں ، مذہبی اجتماعات اور دیگر بڑے عوامی اجتماعات اور پروگراموں کا انعقاد کیا جاتا ہے۔ اگرچہ اس طرح کے اجتماعات پر کوئی پابندی جاری نہیں کی گئی، لیکن این سی او سی نے بڑی عوامی اجتماعات کے لئے رہنما گائڈلائنز جاری کردیئے ہیں ، اور صوبوں اور دارالحکومت انتظامیہ کو ان ہدایات کی بنیاد پر ایس او پیز تشکیل دینے کو کہا ہے۔

ان گائڈ لائنز میں اجتماعات میں لوگوں کی تعداد 300 تک محدود رکھنا ، تقریب کی مدت کو 3 گھنٹے تک کرنا ، شرکاء کے درمیان 3 فٹ کی سماجی دوری کو یقینی بنانا ، شرکاء کا بیٹھنا یقینی بنانا اور منتظمین کو ذمہ دار قرار دینا شامل ہیں۔ شرکاء کو ہدایت نامہ کی تعمیل کو یقینی بنانا ، خاص طور پر ماسک پہننا ، معاشرتی دوری اور کورونا وائرس سیفٹی کٹس کی فراہمی۔ یہ رہنما اصول یہ بھی ہدایت کرتے ہیں کہ بچوں اور بوڑھوں کو شرکت سے روکا جائے ، سانس کی بیماریوں یا کورونا وائرس میں مبتلا افراد کو شامل ہونے کی اجازت نہیں دی جائے گی ، اور کسی بھی قسم کے اجتماع میں کھانوں اور ہلکی پھلکی ریفریشمنٹ کی اجازت نہیں ہے۔

حد تعداد 300



حد دورانیہ 3 گھنٹے

3 فٹ کا فاصلہ

accountabilitylab PAKISTAN

موبائل اسکرین، بینک نوٹوں پر کورونا وائرس 28 دن تک موجود رہتا ہے
(تازہ ترین مطالعاتی رپورٹ)

آسٹریلیا نیشنل سائنس ایجنسی کی تازہ ترین تحقیق کے مطابق ، کورونا وائرس (SARS-CoVid-19) کرنسی نوٹ اور موبائل اسکرین جیسی چیزوں پر ٹھنڈی ، تاریک صورتحال ، میں 28 دن تک موجود پایا گیا ہے۔ ایجنسی کے محققین نے اندھیرے میں SARS-CoVid-19 کے موجود رہنے کا تجربہ تین مختلف درجہ حرارت پر کیا: 20 ، 30 ، اور 40 ڈگری سینٹی گریڈ پر۔ انہیں معلوم ہوا کہ 20 ڈگری سیلسیس پر ، کورونا وائرس "انتہائی زیادہ" تھا اور موبائل اسکرینز ، شیشے ، اسٹیل اور پلاسٹک بینک نوٹ جیسی ہموار سطحوں پر 28 دن تک رہا۔ 30 ڈگری پر ، بقا کی شرح نمایاں طور پر 7 دن رہ گئی اور 40 ڈگری سینٹی گریڈ تک محض 24 گھنٹے رہ گئی۔"

تاہم ، ریسرچ میں یہ نہیں بتایا گیا ہے کہ ان سطحوں پر وائرس کی کتنی مقدار انفیکشن کا سبب بنے گی۔ نم میں اضافہ اور یو وی لائٹ وائرس کو تیزی سے کم کرسکتا ہے۔ تاہم ، کم درجہ حرارت میں ان سطحوں پر وائرس کی شرح ان جگہوں پر کورونا وائرس کی نئی لہر کا سبب ہے جہاں لوگوں میں انفیکشن کی شرح بہت کم ہے۔ اس تحقیق میں یہ بھی بتایا گیا ہے کہ ایسی کسی سطح کو چھونے کے بعد وگوں کو اپنے چہروں کو چھونے سے گریز کرنا چاہئے۔

کورونا وائرس کی علامات

شدید علامات میں شامل میں مندرجہ ذیل شامل ہیں

- سانس کی قلت یا سانس لینے میں دشواری
- آپ کے سینے میں مستقل درد یا دباؤ
- الجھن ، یا بیدار رہنے کی عدم صلاحیت۔
- نیلے ہونٹ یا چہرہ
- ناک بہنا

Source: Center for Disease Control

کورونا وائرس کی عام علامات مندرجہ ذیل ہیں

- بخار یا سردی کا محسوس ہونا
- کھانسی
- ذائقہ یا سونگھنے کا احساس ختم ہو جانا
- تھکاوٹ
- تھوک آنا ، قے ، اور الٹی
- گلے میں سوجن
- درد ، اور سر درد
- اسہال ، متلی اور الٹی

Source: Center for Disease Control

کورونا وائرس کی علامات ظاہر ہونے پر کیا کرنا چاہئیے؟

اپنے ڈاکٹر یا کورونا وائرس ہیلپ لائن سے رابطہ کریں۔

1166

accountabilitylab PAKISTAN

میں اپنا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتا/سکتی ہوں

ملتان
نشتر ہسپتال ملتان
نشتر روڈ جسٹس حمید کالونی ملتان

کراچی
آغاخان یونیورسٹی ہسپتال
اسٹیڈیم روڈ کراچی
سول ہسپتال
یونیورسٹی کیمپس مشن روڈ کراچی **DOW**
میڈیکل ہسپتال **DOW**
اوجھا کیمپس سپارکو روڈ کراچی
انڈس اسپتال
اپوزٹ دارالسلام سوسائٹی کورنگی کراسنگ
کراچی

راولپنڈی
آرمڈ فورسز انسٹیٹیوٹ آف پتھالوجی
رینج روڈ سی ایم ایچ کمپلیکس راولپنڈی

حیدرآباد
لیاقت یونیورسٹی آف میڈیکل اینڈ ہیلتھ
لبرٹی مارکیٹ ، لیاقت(LUMHS) سائنسز
یونیورسٹی ہسپتال حیدرآباد کے قریب ،
سندھ۔

اسلام آباد
نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ہیلتھ
پارک روڈ چک شہزاد اسلام آباد

خیرپور
گمبٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل
سائنسزگمبٹ ، خیرپور ، سندھ

ایبٹ آباد
پبلک ہیلتھ لیب ایوب ٹیچنگ
ہسپتالمانسہرہ روڈ ، ایبٹ آباد ، خیبر
پختونخواشاہینہ جمیل اسپتالایبٹ آباد ،
این ۔35

کوئٹہ
فاطمہ جناح اسپتالبہادرآباد ، وحدت
کالونی ، کوئٹہ ، بلوچستان

پشاور
خیبر میڈیکل یونیورسٹیفیز 5 ، حیات آباد ،
پشاور ، کے پیحیات آباد میڈیکل کمپلیکسفیز
4۔ فیز 4 حیات آباد ، پشاور ، خیبر پختونخواہ

لاہور
پنجاب ایڈز لیب
پی-اے-سی- پی کمپلیکس **6-** بردوڈ روڈ
لاہور
شوکت خانم میموریل ہسپتال
جوہر ٹاؤن لاہور R-3.M.A.بلاک 7A

مزید شہروں کے بارے میں جاننے کے لئے یہاں
معلومات حاصل کی جا سکتی ہیں
COVID-19 Health Advisory Platform

کرونا وائرس سو ایکٹس مہم آپ تک **اکاؤنٹیبلٹی لیب**
پاکستان کی جانب سے لائی گئی ہے

واٹس ایپ کے ذریعے ہماری باقاعدہ اپڈیٹس حاصل کرنے کیلئے
ہمارا نمبر +27 60 080 6146 رابطے کے طور پر شامل کریں

accountabilitylab PAKISTAN