

ڪورانا وائرس وبائي مرض جهڙي صورتحال غلط اطلاعون افونھون ۽ ڪوڙيون خبرون جي ڪري معاشري ۾ جهيڙي جو سبب ٿي سگهي ٿو. جهڙوڪ پاڪستان ۾ ڊينگي بخار ٻوڏ ۽ زلزلو جي ڪري ٿيڻ وارو نقصان قومي سطح تي ڏٺو آهي ويا پڪڙجڻ سان گڏوگڏ ڏسڻ ۾ اچي ٿو ته ڪوڙيون خبرون ڪهاڻيون ۽ غلط افواهون پڪڙجڻ ٿيون جنهن ڪري معاشرو بدا مٿي هو شڪار ٿئي ٿو غير تصديق شدہ معلومات جو پڪڙجڻ معاشوعه ۾ جهڙو جو سبب ٿي سگهي ٿو.

اهن صورت حال کي مد نظر رکندي يورپين يونين جي مالي تعاون ۽ دي ايشياء فائونڊيشن (تي آي ايف) پاڪستان جي ٽيڪنيڪل تعاون سان اڪائونٽيبلٽي ليڊ پاڪستان (اي ايل پي) جي طرفان ڪورونا وائرس سيوايڪٽس مهم (سي سي سي سي). ان مهم جو منعقد غلط بياني کي ختم ڪرڻ، باقاعده سان حقن جي کوجنا ڇاڇ پڙتال ڪرڻ ڊيٽا کي ترتيبوار ڪرڻ ۽ هر هفتي معلوماتي بلبس / خبرن کي تيار ڪرڻ لاءِ مجازي شڪلن کي گهرائڻو آهي. ان خبرن ۾ اهم حڪومتي فيصلي ورچوئل مواد، ڪميونٽي جي لاءِ تصديق شدہ جاڻ، صحيح معاملات ۽ صحت بين امور جي متعلق سوالات ۽ افواهن کي شامل ڪيو ويندو. ان جو مقصد اهو آهي ته پاڪستان ۾ سبب کان وڌيڪ ڪمزور گروپن ۾ سجاڳ پيدا ٿئي. جنهن ۾ خاص طور تي خيبر پختواه ۽ سنڌهه تي توجه ڏني وڃي ٿي. ان خبرن جو ارادو ۽ سنڌهه ۾ ترجمو ڪيو ويندو ۽ پشتو ۾ آڊيو ان گڏ هفتي وار شايع ڪيو ويندو انهن کي اسٽيڪ هولڊرن، مقامي حڪومت جي رهنمائن، ميڊيا سي اي اوز، بيو مينٽيرين آرگنائيز ۽ بين سان شيئر ڪيو ويندو هڪ ويب پيج به هوندو. جنهن کي سوشل ميڊيا تي وڌي پيماني تي شيئر ڪيو ويندو ۽ مقامي ڪميونٽي ريڊيو اسٽيشنون تي به ڏيکاريو ويندو.

جي موجوده صورتحال COVID-19 پاڪستان ۾

مڪمل وصولي	مڪمل موت	مڪمل فعال ڪيس	مڪمل تصديق ٿيل ڪيس
305,835	6,715	9,855	326,216

ريڪوريز	موت	فعال ڪيس	تصديق ٿيل ڪيس	صوبو
3049	89	908	4046	ڪاشمي
15522	149	216	15887	بلوچستان
3972	92	165	4229	گليگت بالٽيسن
17753	215	1626	19594	اسلام آباد
37463	1276	622	39361	پشاور
97422	2354	4055	103831	پنجاب
138346	2620	4272	145238	سنڌ

ذريعو: <http://covid.gov.pk/stats/pakistan>



حقيقت

افواهه



ڪورونا وائرس جي ڪري ڪجهه غلط ڳالھيو جيڪي قومي ۽ دنيا جي ليول تي ڪجهه مهينن کان پڪڙجي رهيون آهن. انهن مان ڪجهه افواهون وڌيڪ تيزي سان پڪڙجن ٿيون. جيئن ته.

افواهه

ڪورونا وائرس جي مريضن جي نشاندهي ڪرڻ ۾ ڊجيٽل ٿرماميٽر 100 سيڪڙو ڪارآمد ٿي سگهي

ماهرن جي مطابق، ڪرونا وائرس جي ڦهلاءَ کي روڪڻ لاءِ رڳو گرمي پد جي جانچ ڪرڻ ڪافي ناهي. چيف ميڊيڪل آفيسر ڊاڪٽر جيمس ليو (هيلٿ ٽين) مطابق، انفرارڊ ٿرماميٽرز سان درجه حرارت جي صحيح جانچ جا نتيجا حاصل ٿي سگهن. ڊاڪٽر جيمس ليو جي مطابق، ڪرونا وائرس ۾ مبتال هجڻ جي باوجود ڪيترن ئي ماڻهن کي بخار نه آهي، تنهن ڪري درجه حرارت جانچ ڪري ڪرونا وائرس لاءِ مثبت ماڻهن کي ڳولڻ ڏکيو آهي. ان کان علاوه، بخار کي گهٽ ڪرڻ لاءِ دوائن جو استعمال جهڙوڪ آسيٽامينوفين ۽ آئبوپروفين ڪرونا جي سبب ٿيندڙ بخار کي گهٽائي سگهن ٿا. انهن سببن جي ڪري، ماهرين جو چوڻ آهي ته بخار جي نه هجڻ ڪري ڪرونا اسڪريننگ ممڪن ناهين. انهي ڪري اها سفارش ڪئي وئي آهي ته سڀني حفاظتي جڳهن جهڙوڪ تعليمي ادارن ۽ عوامي هنڌن تي مناسب حفاظتي اپاءَ ورتا وڃن جيئن ته ماسڪ پائڻ، گهڻو ڪري هٿ ڌوئڻ ۽ گرمي پد جي درجه بندي سان گڏ سماجي فاصلو اختيار ڪرڻ.

افواهه

جسم تي الڪوحل يا ڪلورين اسپري ڪرڻ سان ڪورونا وائرس کي ختم ڪري سگهجي ٿو

پوري جسم تي الڪوحل يا ڪلورين کي اسپري ڪرڻ سان پهرين کان اڳ ۾ داخل ٿيل وائرس کي ختم نٿو ڪري سگهجي. الڪوحل ۽ ڪلورائن مختلف سطحن کي الڳ ڪرڻ ۾ اثرائتو هوندا آهن، پر انهن کي احتياط سان استعمال ڪرڻ جي ضرورت آهي. الڪوحل يا ڪلورين جي ڇيڻ سان توهان جي ڪپڙن ۽ اکين ۽ هڏن کي به نقصان پهچائي سگهي ٿو. انهن شين سان حرڪت ڪرڻ جي وجهه سان ڪلورين زهريلو به بڻجي سگهي ٿي. ڪلورائن جسم جي ٻاهرين سطح واري پاڻي سان گڏ هائڊروچورڪ ايسڊ ۽ هائپوچورڪ ايسڊ جي مقدار جو سبب بڻجندي آهي ۽ جسم ۾ اندر جي ميوولوز جي مٽاڇري تي اهي ٻئي شيون انسان لاءِ انتهائي خطرناڪ ٿي سگهن ٿيون.

افواهه

ڪرونا وائرس جي علاج لاءِ يووي بلب استعمال ٿي سگهن ٿا

يووي نالي سان هڪ خاص قسم جي ٽراواٽيلٽ روشني چئي ويندي آهي جيڪا ڪورونا وائرس کي هڪ قدرتي جراثيمدار بنائڻ ۾ اثرائتو ٿي آهي. خاص ليمپس جيڪي يووي جي ٽيٽ خارج ڪندا آهن، عام طور تي ان مقصد لاءِ ته سطحن، سامان، آپريٽنگ ليبارٽري ۽ ذاتي حفاظتي جهڙي سامان لاءِ استعمال ڪيا ويندا آهن. بهرحال، ڪجهه يووي جهڙي ٽيٽ مان يووي ريڊيشن جلد ۽ اکين کي نقصان پهچائي سگهي ٿو. يووي جي ٽيٽ ليمپ مرڪري يا اوزون پيدا ڪري سگهن ٿا جيڪي انسانن لاءِ تمام گهڻو نقصانڪار ٿي سگهن ٿا (Line Health). (ايف ڊي اي) FDA (خبردار ڪيو ته ڪڏهن به يووي مان ليمپ کي سڌو سنئون نه ڏسو، ٽيسٽائين ڪجهه سيڪنڊن لاءِ. ڊبليو ايج او) WHO (انهن ماڻهن جي لاءِ سختي سان خبردار ڪيو آهي ته جيڪي پنهنجي هٿ يا انهن جي چمڙي جي ڪنهن ٻئي حصي کي جراثيمدار ڪرڻ لاءِ يووي ٽيٽ استعمال ڪن ٿا.

ذريعو: ڊبليو ايج او، سائنسي آمريڪي، اين پي آر



The Asia Foundation

accountabilitylab
PAKISTAN

يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان



هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي لئب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

اسان کي ڪورونا وائرس انفیکشن کان خبردار ڇو رهڻ گهرجي؟

لنسيٽ انفیکشن ڊيزائنس جرنل ۾ شايع ٿيل هڪ مطالعي مان معلوم ٿيو آهي ته ڪورونا وائرس سان متاثر ٿيل مريض پهرين انفیکشن جي نسبت وري ٻيهر انفیکشن جا وڌيڪ سخت عالماٽ نظر آيا آهن. اهو مطالعو هانگ ڪانگ ۾ 33 سالن جي هڪ شخص ۾ ٻيهر انفیکشن کان پوءِ ڪئي وئي.

نئين مطالعي ۾ هڪ آمريڪا جي 25 سالن جي مريض تي تجربو ڪيو ويو جيڪو 48 ڪالڪن ۾ CoV-SARS-2 جي ٻن مختلف قسمن جي وائرس سان متاثر ٿيو ۽ ٻئي منفي طور تي ڏٺا ويا. سائنسدانن جي مطابق ، مريض کي هڪ انفیکشن حاصل ٿيڻ بعد اسپتال ۾ داخل ڪيو ويو ۽ کيس آڪسيجن ڏني وئي. هن مطالعي مان، سائنسي ڪميونٽي اهو نتيجو ڪڍيو آهي ته ڪورونا وائرس سان هڪ ڀيرو ٻيهر وائرس جي شڪار ٿيڻ سان اها قوت مدافيت قائم نٿي رهي سگهي جيڪي انسان ۾ اڳ موجود هيو.

اسان هاڻي به وائرس جي حياتيات (Biology) سان گڏوگڏ ان جي ردعمل ۾ اسان جي مدافعتي نظام جي باري ۾ به تحقيق جاري آهي. تنهن هوندي، هن تازي مطالعي جي وجهه سان، اسان هاڻي ڪجهه شيون ڄاڻون ٿا:

3

ڪوود 19 ٻيهر انفیکشن امڪاني طور تي وڌيڪ خطرناڪ ٿي سگهي ٿي.

2

ان جي ڪاٺي به ضمانت گارنٽي (ڪونهين ته ڪوود 19 اينٽيباڊيز) ماڻهن کي ٻيهر انفیکشن کان بچائي سگهي ٿو. ٽيون

1

ٻيهر انفیکشن تمام جلدي ٿي سگهي ٿو.

ٻيهر وڌندڙ انفیکشن کي ڪيئن روڪي سگهجي ٿو؟

دنيا ۾ انفیکشن ۽ وري انفیکشن جي نڪرندڙ ڪيسن سان گڏ ، سائنسدانن زور ڏنو آهي ته اهي ماڻهن جيڪي ڪورونا وائرس ٽيسٽ ۾ ٻيهر مبتال آهن اهي صحت سان الڳاپيل پروٽوڪول تي سختي سان عمل ڪن جهڙوڪ:



گهر ۾ رهڻ ۽ ٻاهر وڃڻ کان پاسو ڪرڻ جي ڪوشش ڪن. جيڪڏهن توهان کي ٻاهر وڃڻو آهي، ته سماجي فاصلو اختيار ڪن (ٻين کان 6 فوٽ جو فاصلو رکن ، ماسڪ پائڻ ، ۽ وڏي محفل ۾ وڃڻ کان پاسو ڪن. ٻيو



صابن ۽ گرم پاڻي کي استعمال ڪن پنهنجن هٿن کي ڌوئڻ يا الڪوحل تي ٻڌل هٿ صاف ڪندڙ سينٽائزر جو استعمال ڪيو وڃي. جيڪڏهن توهان جا هٿ صاف نه آهن ته توهان پنهنجي منهن ، نڪ ، يا وات کي ڇهڻ کان پاسو ڪريو..



• باقاعدي طور تي توهان جي گهر ۾ استعمال ٿيندڙ شين، جهڙوڪ دروازو ، ميز ، آلت سنڀاليندڙ شين کي سينٽائيز ڪيو. آمريڪا جي ماحولياتي تحفظ واري اداري (اي پي اي) انهن پراڊڪٽس جي هڪ فهرست موجود آهي جيڪي CoV2-SARS کي ختم ڪرڻ ۾ اثرائتو آهن.



• آخر ۾، توهان انهن ماڻهن جي چوڌاري رهڻ کان پاسو ڪريو جيڪي اڳ ۾ بيمار آهن ۽ جيڪڏهن توهان بيمار آهيو ته گهر ۾ ئي رهو. اسان مان هر هڪ کي ڀڃڪڙي ادا ڪرڻو آهي ته هر هڪ پنهنجو تحفظ ۽ ٻين جي حفاظت کي يقيني بڻائڻ لاءِ الڳاپيل احتياطي اپاءَ مان ڪم وٺن.



The Asia Foundation

accountabilitylab
PAKISTAN

يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان



هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي لیب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

ڪورونا وائرس جي وبا دوران تعليم جي معيار کي ڪيئن بهتر بڻائي سگهجي ٿو؟

پاڪستان ۾ تعليمي ادارن جي آغاز 15 سيپٽمبر کان شروع ٿيندڙ مرحلن جو افتتاحي آغاز ڪيو ويو، ان کانپوءِ يونيورسٽيون، ڪاليج ۽ ڪئمپس ڪالس. پرائمري اسڪول 30 سيپٽمبر تي ٻيهر کوليا ويا ته ملڪ ۾ تعليمي ادارن کي ٻيهر کولڻ جي حتمي مرحلي جو حصو آهي. اهو ڪرونا وباءِ جي وڌندڙ جي تعداد ۾ اچڻ کانپوءِ پاڪستان ۾ ڇهه مهينن جي وقفي کانپوءِ ٿيو آهي. جڏهن ته، 15 سيپٽمبر کان وٺي، صحت اداري جي ايس او پيز تي عمل نه ڪرڻ سبب پوري پاڪستان جا ڪيترائي تعليمي ادارا بند ڪيا ويا آهن. اسالم آباد ۾ 10 آڪٽوبر کانپوءِ وڌندڙ ڪرونا وائرس ڪيسن جي باوجود وڌيڪ 5 اسڪول / ڪاليجن سميت تمام ادارا بند ڪيا ويا آهن.

هي موجوده صورتحال پاڪستان الءِ صحيح ناهين. ڪرونا وائرس جو بحران سڄي دنيا ۾ 94 سيڪڙو ٻارن کي اسڪولن تائين پهچڻ کان محدود ڪري ڇڏيو آهي (UNESCO). جيتوڻيڪ ڪيترائي اسڪول آن لائن ڪالس ۾ منتقل ٿي رهيا آهن، گهٽ ۽ وچولي آمدني وارا ملڪ انٽرنيٽ تائين رسائي ۽ گهر ۾ بجلي نه هجڻ جي سبب آن لائن ڪالس نه وٺي سگهن ٿا. جيئن ڪيترائي تعليمي ادارا ٻيهر کلي رهيا آهن، ٻارڙن کي نئين مسئلن جو منهن ڏيڻو پوندو. ڪرونا وباءِ جي ڪري، بند پيل اسڪول ٻيهر کلي رهيا آهن. انهن حالتن ۾، اسان عبداللطيف جميل پورٽي ايڪشن لیب (جي-پال) ۽ ان جي ساٿين سان جڙيل تقريبن 220 پروفيسرن جي تحقيق مان حاصل ڪيل بصيرت استعمال ڪري سگهون ٿا.

هيٺ ڏنل ٽن تجويزن جي هدايت تي عمل ڪندي اسان اهڙين حالتن ۾ پنهنجن ٻارن جي تعليم جي معيار کي ڪيئن بهتر ڪري سگهون ٿا:

1 اسڪول بند هجڻ جي دوران ٻارڙن جي گهرن ۾ پڙهائي ۾ مدد ڪرڻ گهرجي،

2 ۽ توهان کي استادن جي ڏنل هدايت جي مطابق ٻارن کي بنيادي صالحيتن جي مهارت حاصل ڪرڻ ۾ مدد ڪرڻ گهرجي.

هينين علامتون:



سجیل ڳلو



ٿڪ



ذائقي ۽ بو جي نقصان



سر درد



الٽي

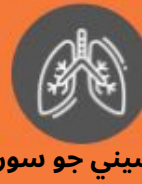


بخار



کنگهه

هينين شديد علامتون:



سيني جو سور



سانس وٺڻ ڏکيو



جاڳڻ جي قابل ناهي



نيري ڇاڀي يا منهن



The Asia Foundation

accountabilitylab
PAKISTAN

يورپيئن يونين جي مالي
تعاون سان



هن اشاعتي مواد کي يورپيئن يونين جي مالي تعاون کان ممڪن بڻايو ويو آهي جيئن هن جي مندرجات کي ذمه داري مڪمل طور پر اڪائونٽيبلٽي لیب پاڪستان جي ذمي آهي. ۽ ضروري نه آهي ته يورپيئن يونين هن ۾ پيش ڪيا ويا خيالات کان متفق هجن

آئون ڪٿي آزمائي سگهان ٿو؟

ملتان

نشتر هسپتال ملتان
نشتر روڊ جسٽس ڪالوني ملتان

راولپنڊي

آرمڊ فورسز انسٽيٽيوٽ آف پتھالوجي
رينج روڊ سي ايم ايڇ ڪمپليڪس
راولپنڊي

اسلام آباد

نیشنل انسٽيٽيوٽ آف هيلٿ
پارڪ روڊ چڪ شھزاد اسلام آباد

ايبٽ آباد

پبلڪ هيلٿ ليٽ ايوب ٽيچنگ
هسپتال مانسھرا روڊ، ايٽ آباد،
خيبرپختونخوا شاهينه ڄميل
اسپتال ايٽ آباد اين 35

پشاور خيبر

ميڊيڪل يونيورسٽي فز 5 حيات
آبادپشاور جي پيحيات آباد
ميڊيڪل ڪمپليڪس فز 4
فيز 4 حيات آباد پشاور خيبر
پختونخواه

مزید شھرن جي باري ۾ ڄاڻڻ جي لاءِ هتي
معلومات حاصل ڪري سگهو ٿا

[COVID-19 Health Advisory Platform](#)

ڪراچي

آغا خان يونيورسٽي اسپتالاسٽيڊيم روڊ
ڪراچي سول اسپتال
يونيورسٽي ڪيمپس مشن روڊ ڪراچي
DOW ميڊيڪل اسپتال DOW اوجها
ڪيمپس سپارڪو روڊ ڪراچي
اپوزٽ دارالسلام سوسائٽي ڪورنگي
ڪراسنگ ڪراچي

حيدرآباد

لياقت يونيورسٽي آف ميڊيڪل اينڊ
هيلٿ لبرٽي مارڪيٽ، لياقت (LUMHS)
سائنسز
يونيورسٽي اسپتال حيدرآباد ڪٽ قريب
سندھه

خيبرپور

گھٽ انسٽي ٽيوٽ آف ميڊيڪلسائنسز
گھٽ خيبرپور سندھه

کوئٽه

فاطمه جناح اسپتال بهادر آباد،
وحدتڪالوني کوئٽه بلوچستان

لاهور

پنجاب ايڊزليب پي، اي، سي، پي
ڪمپليڪس 6 برڊوڊ روڊ لاهور
شوڪت خانم ميموريل اسپتال
جوهر ٽائون لاهور R-3,M.A
بلاڪ 7A

ڪورونا وائرس سي اي ايڪٽ مهم توهان ڏانهن لاٿو
احتساب ليٽ پاڪستان

ذريعي WhatsApp
اسان جون باقاعده
اپڊيٽ حاصل ڪرڻ

1. اسان جو نمبر شامل ڪريو +92 60 080 6146 رابطي جي طور تي.
2. وائس تي پيغام طور "پاڪستان" لفظ موڪليو.

