CIVIC ACTION TEAMS

Pakistan Coronavirus CivActs Campaign

بلیٹن نمبر 04

۳۰-۱۰-۲۰۲۰

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 ، یورپئین یونئین کے معالی تعاون اور دی ایشیاء فاؤنڈیشن (ٹی اے ایف) پاکستان کے ٹیکنیکل تعاون سے اکاؤنٹیبیلٹی 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
305,835	6,715	9,855	326,216

صوبے	تصدیق شدہ کیس	ایکٹیو کیس	اموات	ریکوریز
آزاد جموں وکشمیر	4046	908	89	3049
بلوچستان	15887	216	149	15522
گلگت بلتستان	4229	165	92	3972
اسلام آباد	19594	1626	215	17753
خیبر پختونخوا	39361	622	1276	37463
پنجاب	103831	4055	2354	97422
سندھ	145238	4272	2620	138346

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

The Asia Foundation

accountabilitylab PAKISTAN

یورپئین یونئین کے معالی تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

حقیقت

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۔

افواہ

کوویڈ 19 کے مریضوں کا پتہ لگانے میں ڈیجیٹل تھرمامیٹر 100 فیصد موثر ثابت ہوسکتے ہیں

ماہرین کے مطابق ، کوویڈ 19 کے پھیلاؤ کو روکنے کے لئے صرف درجہ حرارت کی جانچ کرنا کافی نہیں ہے۔ چیف میڈیکل آفیسر ڈاکٹر جیمس لیو (ہیلتھ لائن) کے مطابق ، انفراریڈ تھرمامیٹرز کے ذریعہ درجہ حرارت کی جانچ کرنے سے درست نتائج حاصل نہیں ہوتے ہیں۔ لیو کے مطابق ، کوویڈ 19 میں مبتلا بہت سے افراد کو بخار نہیں ہوتا ، لہذا درجہ حرارت کی جانچ کرنے سے کرونا وائرس میں مثبت افراد کا پتہ لگانا مشکل ہے۔ اس کے علاوہ ، بخار کو کم کرنے والی ادویات جیسے آسیٹامینوفین اور آئبوپروفین کا استعمال کوویڈ کی وجہ سے ہونے والے بخار کو کم کر سکتا ہے۔ ان وجوہات کی باعث، ماہرین کا ماننا ہے کہ صرف بخار کے نا ہونے سے کوویڈ 19 اسکریننگ نہیں کی جا سکتی۔ اس لئے یہ تجویز کی جاتی ہے کہ تمام کام کے مقامات جیسے کہ تعلیمی اداروں اور عوامی مقامات پر مناسب حفاظتی تدابیر اختیار کریں جیسے کہ ماسک پہننا ، بار بار ہاتھ دھونا اور درجہ حرارت کی جانچ کرنے کے علاوہ معاشرتی دوری اختیار کرنا۔

افواہ

جسم پر الکحل یا کلورین چھڑکنے سے کورونا وائرس کا خاتمہ ہوسکتا ہے

پورے جسم پر الکحل یا کلورین چھڑکنے سے جسم میں پہلے سے داخل ہو چکے وائرس کو ختم نہیں کیا جا سکتا۔ الکحل اور کلورین مختلف سطحوں کو جراثیم کُش کرنے میں کارآمد ثابت ہوسکتی ہے ، لیکن ان کو احتیاط سے استعمال کرنے کی ضرورت ہے۔ الکحل یا کلورین کا چھڑکاؤ آپ کے کپڑوں کو نقصان پہنچانے کے علاوہ آپ کی آنکھوں اور ہونٹوں کے لئے بھی نقصان دہ ہوسکتا ہے۔ اس سے قریبی رابطے کی وجہ سے کلورین پوائزننگ بھی ہوسکتی ہے۔ کلورین جسم کے باہر پانی کے ساتھ اور جسم کے اندر موجود میوکوسل سطحوں پر ہائیڈروکلورک ایسڈ اور ہائپوکلوریس ایسڈ کی تشکیل کا سبب بنتی ہے۔ یہ دونوں مادے انسانوں کے لئے انتہائی زہریلے ہوسکتے ہیں (ہیلتھ لائن)۔

افواہ

یو وی بلب کورونا وائرس کے علاج کیلئے استعمال ہو سکتے ہیں

یو وی سی نامی ایک خاص قسم کی الٹرا وائلیٹ لائٹ قدرتی ڈس انفیکٹینٹ کے طور پر کورونا وائرس کو ان ایکٹیویٹ کرنے میں موثر پائی گئی ہے۔ خصوصی لیمپ جو یووییسی لائٹ کو خارج کرتے ہیں عام طور پر اس مقصد کے لئے سطحوں ، سازوسامان ، آپریٹنگ رومز اور ذاتی حفاظتی سازوسامان (پی پی ای) جیسی چیزوں کی جراثیم کشی کیلئے استعمال ہوتے ہیں۔ تاہم ، کچھ یو وی سی لیمپ سے یو وی سی تابکاری جلد اور آنکھوں کیلئے نقصان کا باعث بن سکتی ہے۔ یو وی سی لائٹ لیمپ مرکری یا اوزون پیدا کرسکتے ہیں جو انسانوں کے لئے بہت ہی نقصان دہ ہوسکتے ہیں (ہیلتھ لائن)۔ ایف ڈی اے نے خبردار کیا ہے کہ کبھی بھی یو وی سی لیمپ سورس کو براہ راست نہ دیکھیں ، یہاں تک کہ چند سیکنڈز کیلئے بھی۔ ڈبلیو ایچ او نے بھی ان لوگوں کے خلاف ایک سخت وارننگ لیٹر جاری کیاہے جو یو وی لائٹ کے استعمال سے اپنے ہاتھوں یا ان کی جلد کے کسی دوسرے حصے کو جراثیم کش کرتے ہیں۔

ذرائع: ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن ، سائنٹیفک امریکن۔

The Asia Foundation

accountabilitylab PAKISTAN

یورپیئن یونئین کے معالی تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

ہمیں کرونا وائرس ری انفیکشن سے کیوں محتاط ہونا چاہئے؟

لانسیٹ انفیکشئس ڈیزیزز جنرل میں شائع ہونے والی ایک تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ کورونا وائرس سے متاثر ہونے والے مریضوں کو پہلے انفیکشن کے مقابلے ری انفیکشن میں زیادہ شدید علامات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ یہ مطالعہ ہانگ کانگ کے ایک 33 سالہ شخص میں دوبارہ انفیکشن کے بعد سامنے آیا ہے ، جو کہ کلینیکل انفیکشئس ڈیزیزز جنرل میں شائع ہوا ہے۔ اس نئی تحقیق میں امریکہ میں 25 سال کے ایک مریض پر تجربہ کیا گیا ، جو 48 گھنٹوں میں سارس-کوو-2 کی دو مختلف ویری اینٹس سے متاثر ہوا تھا ، اور ان دونوں انفیکشن میں نیگیٹِو (negative) پایا گیا تھا۔ سائنسدانوں کے مطابق مریض کو ری انفیکشن ہونے پر اسپتال داخل کیا گیا اور آکسیجن لگائی گئی۔ اس مطالعے سے سائنٹیفک کمیونٹی نے اخز کیا ہے کہ کورونا وائرس کے ایک دفعہ ہونے والے انفیکشن سے امیونٹی قائم نہیں ہو سکتی، جیسے کہ پہلے سمجھا گیا تھا۔

ہم اب بھی وائرس کی بائیولوجی کے ساتھ ساتھ اس کے ردعمل میں ہمارے مدافعتی نظام کے بارے میں بھی جان رہے ہیں۔ تاہم ، اس حالیہ مطالعے کی وجہ سے ، اب ہم کچھ چیزوں کے بارے میں جانتے ہیں:

1 ری انفیکشن بہت جلد ہوسکتا ہے

2 اس کی کوئی گارنٹی نہیں ہے کہ کوویڈ 19 اینٹی باڈیز لوگوں کو دوبارہ انفیکشن سے بچا سکتی ہیں

3 کوویڈ 19 ری انفیکشن ممکنہ طور پر زیادہ خطرناک ثابت ہوسکتا ہے

ریفیکشن کو مزید بڑھنے سے کیسے روکا جا سکتا ہے؟

پوری دنیا میں انفیکشن اور ری انفیکشن کے ابھرتے ہوئے کیسز کے ساتھ ساتھ ، سائنس دانوں نے تاکید کی ہے کہ وہ افراد جو کرونا وائرس ٹیسٹ میں مثبت پائے گئے ہیں، ان کو صحت سے متعلق پروٹوکول پر سختی سے عمل پیرا رہنا چاہئے جیسے کہ مندرجہ ذیل:

- کوشش کریں کہ گھر ہی رہیں اور باہر نکلنے سے گریز کری۔ اگر آپ کو باہر جانا ہو تو ، معاشرتی دوری بنائے رکھیں (دوسروں سے 6 فٹ کی دوری برقرار رکھیں) ، ماسک پہنیں ، اور بڑے اجتماعات میں جانے سے گریز کریں۔

- صابن اور گرم پانی کا استعمال کرتے ہوئے اپنے ہاتھوں کو بار بار دھوئیں یا الکحل پر مبنی ہینڈ سینیٹائزر کا استعمال کریں۔ اگر آپ کے ہاتھ صاف نہیں ہیں تو اپنے چہرے ، ناک ، یا منہ کو چھونے سے گریز کریں۔

- باقاعدگی سے اپنے گھر میں ہائی-ٹَچ سطحوں کو جیسا کہ ڈورکنوبس ، آلات کے ہینڈلز اور کاؤنٹر ٹاپس کو ڈِس انفیکٹ کریں۔ ریاستہائے متحدہ کی ماحولیاتی تحفظ ایجنسی (ای پی اے) کے پاس ایسی مصنوعات کی فہرست موجود ہے جو سارس-کوو-2 کو ختم کرنے کے لئے موثر ہیں۔

- آخر میں ، ان لوگوں کے آس پاس رہنے سے گریز کریں جو بیمار ہیں اور اگر آپ بیمار ہیں تو گھر پر ہی رہیں۔ کرونا وائرس کے خلاف اس جنگ میں ہم میں سے ہر ایک فرد کا کردار ہے اور وہ ہر ایک اپنی اور دوسروں کی حفاظت کو یقینی بنانے کے لئے متعلقہ احتیاطی تدابیر اختیار کرسکتا ہے۔

The Asia Foundation

accountabilitylab PAKISTAN

یورپیئن یونئین کے معالی تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

کورونا وائرس وباء کے دوران تعلیم کے معیار کو کیسے بہتر بنایا جا سکتا ہے؟

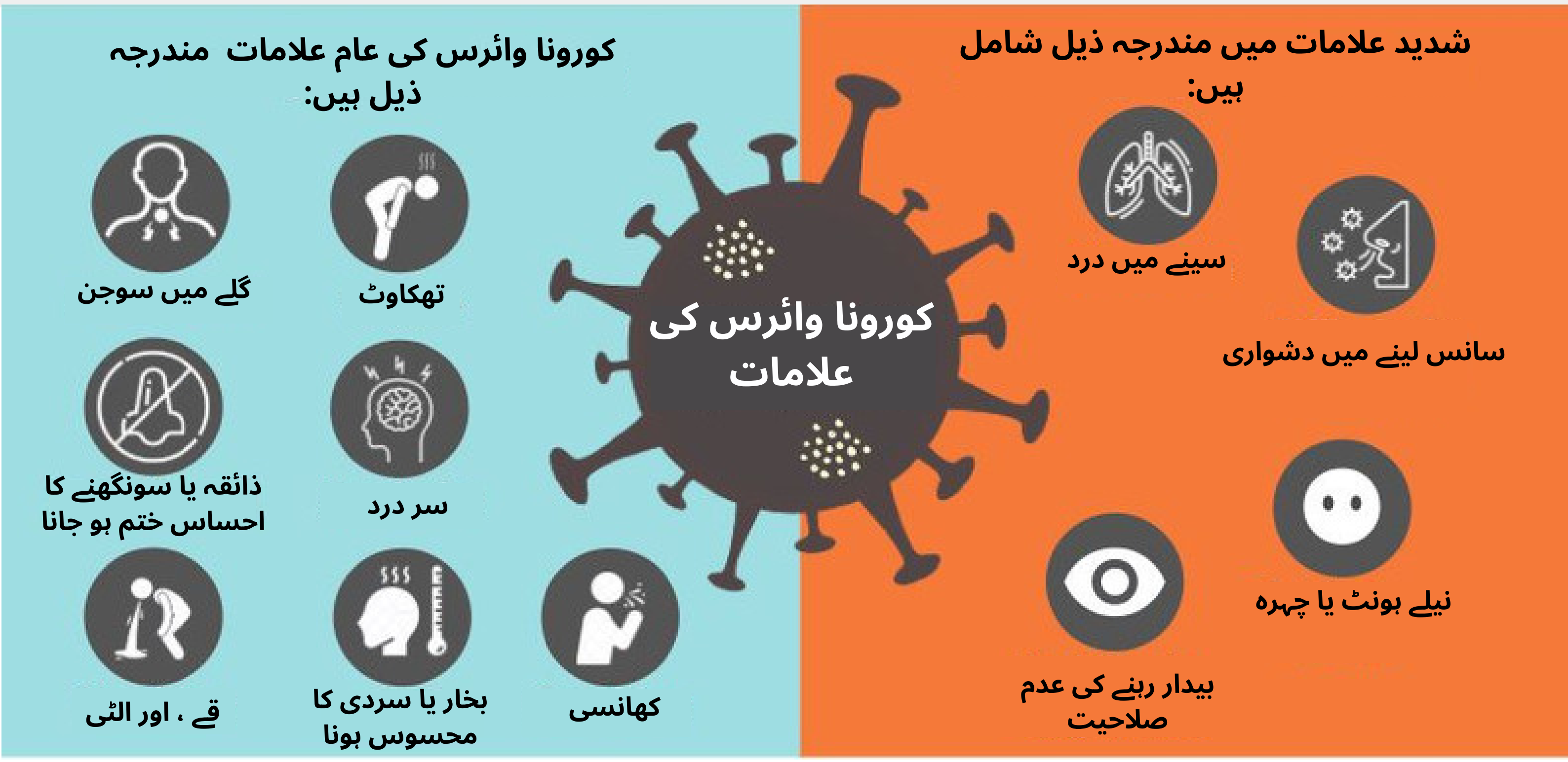
پاکستان میں تعلیمی اداروں نے **15 ستمبر** سے شروع ہونے والے مراحل میں افتتاحی آغاز کیا ، یونیورسٹیوں ، کالجوں اور کلاسوں کے بعد کیمپس کی کلاسیں شروع ہوگئیں۔ پرائمری اسکول **30 ستمبر** کو ملک میں تعلیمی اداروں کے دوبارہ آغاز کے آخری مرحلے کے تحت دوبارہ کھولے گئے۔ یہ کوویڈ 19 وباء کے بعد پاکستان میں چھ ماہ کے وقفے کے بعد ہوا۔ تاہم ، 15 ستمبر سے ، صحت کے ایس او پیز کی عدم تعمیل کی وجہ سے بہت سے زیادہ تعلیمی ادارے پورے پاکستان میں بند ہیں۔اسلام آباد میں مزید 5 اسکولوں / کالجوں سمیت بہت سے دیگر اداروں میں 10 اکتوبر کے بعد سے بڑھنے والے کوویڈ کیسز بند کر دیا گیا ہے۔

یہ صورتحال پاکستان کے لئے منفرد نہیں ہے - کوویڈ 19 کے بحران نے پوری دنیا میں 94 فیصد بچوں کو اسکولوں (یونیسکو) تک رسائی سے محدود کرکے متاثر کیا ہے۔ اگرچہ بہت سے اسکول آن لائن کلاسوں کی طرف گامزن ہیں ، کم اور درمیانی آمدنی والے ممالک گھر میں انٹرنیٹ تک محدود رسائی اور الیکٹرانک آلات نا ہونے کی وجہ سے آن لائن کلاس نہیں لے سکتے۔ جیسا کہ اب بہت سے تعلیمی ادارے دوبارہ کھل رہے ہیں، بچوں کو نئے چیلنجز کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ کوویڈ 19 کی وجہ سے ، اسکول بند اور دوبارہ کھولے جا رہے ہیں۔ ان حالات کے دوران ، ہم عبد لطیف جمیل پوورٹی ایکشن لیب (جے-پال) اور اس کے شراکت داروں سے وابستہ قریب 220 پروفیسرز کی تحقیق سے حاصل کردہ بصیرت کا استعمال کرسکتے ہیں۔

مندرجہ ذیل تین نکات رہنمائی فراہم کرتے ہیں کہ ہم اس طرح کے حالات میں بچوں کی تعلیم کے معیار کو کس طرح بہتر کرسکتے ہیں:

1 **اسکول بند ہونے کے دوران بچوں کی پڑھائی میں مدد کے لئے آپ کو گھر میں انکی دیکھ بھال کرنے والوں کی مدد کرنی چاہئے۔**

2 **آپ کو اساتذہ کی ہدایت کے مطابق بچوں کو بنیادی سکلز میں مہارت حاصل کرنے میں مدد فراہم کرنی چاہئے۔**



The Asia Foundation

accountabilitylab PAKISTAN

یورپیئن یونئین کے معالی تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

میں اپنا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتا/سکتی ہوں

ملتان
نشتر ہسپتال ملتان
نشتر روڈ جسٹس حمید کالونی ملتان

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

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

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

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

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

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

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

خیرپور
گمبٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل
سائنسزگمبٹ ، خیرپور ، سندھ

کوئٹہ
فاطمہ جناح اسپتالبہادرآباد ، وحدت
کالونی ، کوئٹہ ، بلوچستان

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

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

The Asia Foundation

accountabilitylab PAKISTAN

یورپیئین یونئین کے معالی
تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تابم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔