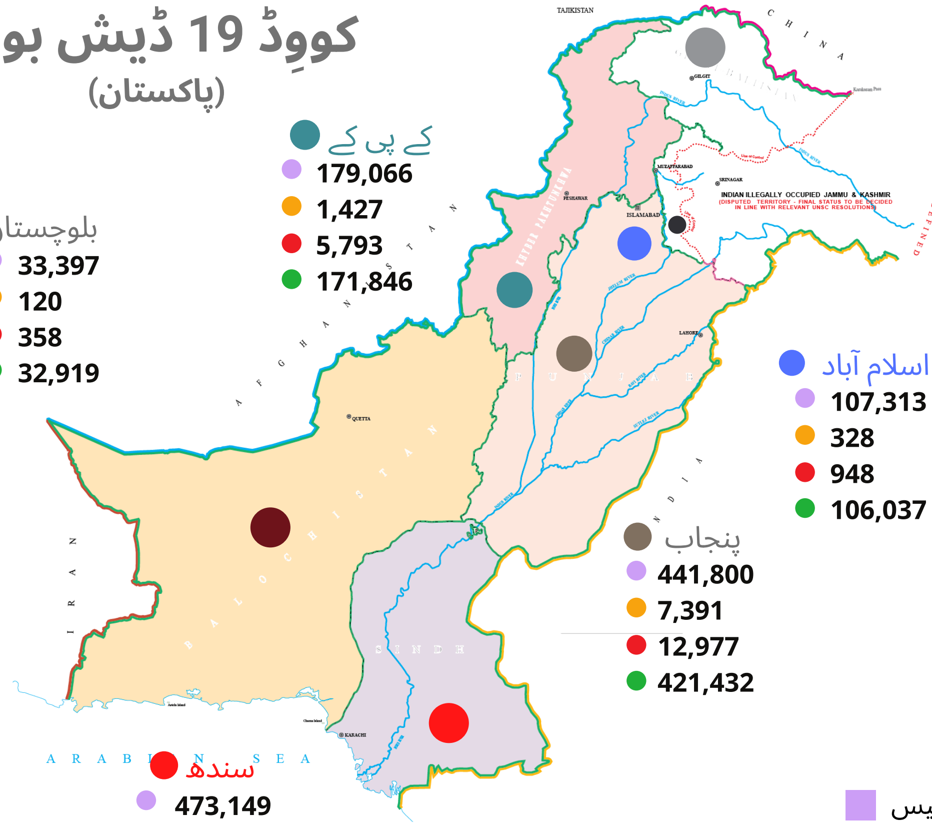
Pakistan Coronavirus CivActs Campaign

**بلیٹن نمبر56**

15 نومبر، 2021

اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان نے اپنے پراجیکٹ "سٹرینتھننگ کمیونٹی ریزیلینس ٹو کووِڈ۔19" کے تحت یورپین یونین کی مالی اور ایشیا فاؤنڈیشن پاکستان اور محکمہ صحت خیبر پختونخوا کی تکنیکی معاونت سے "کروناوائرس سِوک ایکٹس کیمپین " کا آغاز کیا ہے۔ اس مہم کے دوران افواہوں، جعلی خبروں اور غلط معلومات کو رد کرکے مستند حقائق کو جانچ کرعوامی آگاہی کے لیے ایک ہفتہ وار بُلیٹن تیار کیا جاتاہے۔ بلیٹن میں حکومتی فیصلے، ویکسین مہم ، کمیونٹی کا فیڈ بیک اور تحفظات اور عمومی صحت اور کووڈ۔19 کے گرد گھومتے سوالوں کا احاطہ کیا جاتا ہے۔ اس مہم کا مقصد بالخصوص خیبر پختونخوا اور سندھ کے پسماندہ طبقات (بشمول نسلی اور مذہبی اقلیتوں، ٹرانسجینڈرز، معذور افراد) اور دیگر سہولیات سے محروم طبقات تک آگاہی پھیلانا ہے۔ ان بُلیٹنز کا اردو اور دیگر علاقائی زبانوں جیسا کہ پشتو (صوتی بلیٹن) اور سندھی میں ترجمہ کرکے انہیں عوام الناس تک پہنچا یا جاتا ہے تاکہ دور دراز رہنے والے شہریوںمیں کروناوائرس وبا کے خلاف مزاحمت اور مدافعت پیدا کی جاسکے۔ یہ بُلیٹنز آن لائن اور آف لائن ذرائع سے متعلقین جن میں سرکاری ادارے، ڈونرز، شہری اور سماجی ادارے شامل ہیں ، تک پہنچائے جاتے ہیں

## کووِڈ 19 ڈیش بورڈ
### (پاکستان)



**کے پی کے**
- 179,066
- 1,427
- 5,793
- 171,846

**بلوچستان**
- 33,397
- 120
- 358
- 32,919

**گلگت بلتستان**
- 10,401
- 20
- 186
- 10,195

**اسلام آباد**
- 107,313
- 328
- 948
- 106,037

**کشمیر**
- 34,510
- 45
- 741
- 33,724

**پنجاب**
- 441,800
- 7,391
- 12,977
- 421,432

**سندھ**
- 473,149
- 13,524
- 7,603
- 452,022

تصدیق شدہ کیس — کل اموات — کل ایکٹو کیس — کل رکوریز

| تصدیق شدہ کیس | کل ایکٹو کیس | کل اموات | کل رکوریز |
|---|---|---|---|
| 1,279,636 | 22,855 | 28,606 | 1,228,175 |

یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

محکمہ صحت، خیبر پختونخوا

The Asia Foundation

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۔

CIVIC ACTION TEAMS

# کروناوائرس ویکسین کی تازہ ترین صورتحال

| ویکسین کی کُل لگائی جانے والی تعداد | سنگل ڈوز | ڈبل ڈوز |
|---|---|---|
| 118,333,360 | 77,877,215 | 47,804,912 |
| گزشتہ 24 گھنٹے: 1,089,429 | گزشتہ 24 گھنٹے: 533,646 | گزشتہ 24 گھنٹے:572,374 |

## حقیقت اور افواہ

کووڈ-19 دنیا میں ہر کسی کو متاثر کر رہا ہے، بڑوں کی نسبت بچے اس وائرس کا بہتر مقابلہ کر سکتے ہیں تاہم بالکل چھوٹے بچوں (ایک سال سے کم عمر بچے) کے کرونا وائرس سے شدید متاثر ہونے کا امکان بڑے بچوں کی نسبت زیادہ ہے، مزید برآں، نوزائیدہ بچوں یا چھوٹے بچوں میں بالغوں کے مقابلے ملٹی سسٹم انفلامیٹری سنڈروم (MIS) کا شکار ہونے کا امکان دو گنا زیادہ ہوتا ہے- ایم آئی ایس ایک نایاب لیکن سنگین بیماری ہے، جو معدے کی علامات اور دل (یا دوسرے نظام) کی سوزش کا باعث بن سکتی ہے- اس لیے بچوں کو وائرس سے بچانے کے لیے زیادہ احتیاط برتنی چاہیے-

(ذریعہ - ہیلتھ گریڈز)

ریسرچرز کے مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ بہت سے لوگ وائرس سے متاثر ہونے کے باوجود اپنا کووڈ-19 کا ٹیسٹ اس لیے نہیں کرواتے کیونکہ انہیں کوئی علامت محسوس نہیں ہوتی، شدید بیمار ہونا ہی کووڈ-19 کی علامت نہیں - اس رجحان کو 'Asymptomatic carriage' کے نام سے جانا جاتا ہے- ایک اندازے کے مطابق کووڈ-19 سے متاثر ہونے والے 40 فیصد افراد کو اس کی علامات محسوس نہیں ہوتیں، چونکہ بیمار محسوس کیے بغیر بھی وائرس کا ہونا ممکن ہے، اس لیے ہر کسی کے لیے ضروری ہے کہ ماسک پہن کر، سینیٹائزر کا استعمال کرتے ہوئے، سماجی فاصلہ برقرار رکھ کر، مناسب وینٹیلیشن کو یقینی بنا کر، سماجی فاصلہ برقرار رکھ کر اور کسی متاثرہ شخص سے رابطے کی صورت میں ٹیسٹ کروا کر احتیاط برتتے رہیں

(ذریعہ - یو سی ہیلتھ)


یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے
accountabilitylab PAKISTAN
محکمہ صحت، خیبر پختونخوا
The Asia Foundation

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-

## پاکستان میں کووڈ-19 کے مثبت کیسز کی شرح ایک فیصد تک پہنچ گئی

نیشنل کمانڈ اینڈ آپریشن سینٹر (این سی او سی) کے مطابق اتوار 7 نومبر 2021 کو پاکستان میں کووڈ-19 کے مثبت کیسز کی شرح 1 اعشاریہ 08 فیصد رہی، مزید برآں وزارت قومی صحت خدمات کے مطابق ملک میں گزشتہ تین ہفتوں کے دوران مثبت کیسز کی تعداد ایک ہزار مریضوں سے کم رہی، اس رجحان کو حکومت کی طرف سے کیے گئے سخت اقدامات جیسا کہ سمارٹ لاک ڈاؤنز، عوامی مقامات پر ماسک پہننا لازمی قرار دینا، بڑے اجتماعات پر پابندی اور ملک بھر میں بڑے پیمانے پر ویکسینیشن کی مہم سے جوڑا جا سکتا ہے، چونکہ سنگاپور اور آسٹریلیا جیسے ممالک میں بیماری کی شرح لمبے عرصے تک منفی رہنے کے بعد کووڈ-19 کے روزانہ کیسز میں اچانک اضافہ ہوا ہے، اس لیے تجویز کردہ ایس او پیز پر عمل کرکے احتیاط کا مظاہرہ کرنا ضروری ہے۔

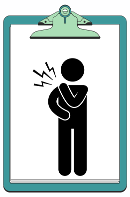
(ذریعہ - گلف نیوز)

## محکمہ صحت خیبر پختونخوا کو کووڈ-19 ویکسین کا ہدف حاصل کرنے میں مشکلات کا سامنا

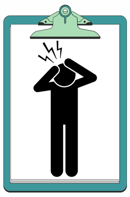
خیبر پختونخوا کے محکمہ صحت کو کووڈ-19 کی ویکسینیشن کے لیے مقرر کردہ ہدف کو حاصل کرنے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے کیونکہ صوبے کی آبادی کے ایک بڑے حصے میں لوگوں کے پاس قومی شناختی کارڈ موجود نہیں جو ویکسین لگوانے کے لیے لازمی قرار دیا گیا ہے، صوبے میں بہت سے افراد بغیر شناختی کارڈ یا ب فارم کے ویکسین مراکز پر گئے تاہم انہیں بغیر ویکسین لگوائے لوٹنا پڑا، ایک اہلکار کے مطابق"ضلع مہمند میں 80 فیصد سے زیادہ خواتین کے پاس شناختی کارڈ اور ب فارم ( جو نیشنل کمانڈ اینڈ آپریشن سینٹر کی پالیسی کے مطابق 12 سے 18 سال کے لوگوں کو ویکسین لگوانے کے لیے درکار ہے) موجود نہیں ہے، ۔ "جن لوگوں کے پاس قومی شناختی کارڈ نہیں ہے ان کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ جلد از جلد قریب ترین نادرا دفتر کے ذریعے درخواست دیں، جن کے پاس پہلے سے شناختی کارڈ موجود ہے وہ ہدایات کے مطابق ویکسینیشن مرکز میں اپنے پاس رکھیں۔

(ذریعہ - ڈان)

## کرونا وائرس ویکسین کے عام سائیڈ ایفیکٹس



ٹیکہ لگنے کی جگہ پر درد یا سرخی



سر درد، جسم درد، زکام

بخار اور کپکپی

ہیضہ

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

محکمہ صحت، خیبر پختونخوا

The Asia Foundation

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۔

## کووڈ-19 نے بچوں کی ذہنی صحت کو کیسے متاثر کیا ہے؟

کووڈ-19 نے چھوٹے بڑے کی تمیز کیے بغیر سب کو متاثر کیا ہے اگرچہ دماغی صحت پر وبائی امراض کے اثرات کے بارے میں گفتگو بالعموم بالغوں پر مرکوز ہے، لیکن یہ بات قابل غور ہے کہ بچے بھی اتنے ہی متاثر ہوئے ہیں۔ اس عالمی وبا نے ان کی تعلیم کے ساتھ ساتھ معمولات زندگی بھی متاثر کیے ہیں، ایک تحقیق کے مطابق، کووِڈ شروع ہونے کے بعد سے جذباتی مشکلات کا سامنا کرنے والے بچوں کے تناسب میں نمایاں طور پر بڑا اضافہ ہوا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ بچے اپنے دوستوں یا خاندان کے افراد سے ملنے سے قاصر ہیں اور اپنے پیاروں کو بیمار ہوتا دیکھ رہے ہیں۔یہ بھی دیکھا گیا کہ کم آمدنی والے گھرانوں کے بچوں کو امیر پس منظر کے بچوں کے مقابلے میں دوگنا زیادہ جذباتی مسائل کا سامنا ہے۔ پروفیسر گراہم مور، جو کارڈف یونیورسٹی سے وابستہ ماہر صحت ہیں، کے مطابق : " اکثر لوگ کہتے ہیں کہ بچے زیادہ قوت مدافعت رکھتے ہیں، ہمارے اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ وبائی امراض نے بچوں کی ذہنی صحت پر کیا نمایاں اثر ڈالا ہے۔ موجودہ حالات میں بہتری کے بعد بہت سے بچے صحت یاب ہو جائیں گے۔ تاہم جنہیں جذباتی صحت کے لیے مناسب علاج میسر نہیں، وبائی امراض کے تجربات ان کی ذہنی صحت پر دیرپا اثر ڈالیں گے"

(ذریعہ - ٹریبیون)

## کووڈ-19 - پاکستان دی اکانومسٹ کے عالمی نارملسی انڈیکس میں سرفہرست ہے

اب جبکہ ملک میں کووڈ-19 وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے عائد کردہ زیادہ تر پابندیوں کو ختم کر دیا گیا ہے، معروف بین الاقوامی جریدے دی اکانومسٹ نے اس سال پاکستان کو اپنے "ورلڈ نارملسی انڈیکس" میں پہلے نمبر پر رکھا ہے، یہ انڈیکس یہ ظاہر کرتا ہے کہ مختلف ممالک کے شہری کووڈ-19 کی پابندیوں پر کیسا ردعمل دیتے ہیں، پاکستان کے اس فہرست میں پہلے نمبر پر آنے کی وجہ یہ ہے کہ ملک میں کووڈ-19 کے پھیلاؤ میں نمایاں کمی کے بعد زیادہ تر پابندیاں ہٹا دی گئی ہیں، اس پیشرفت کا کریڈٹ لیتے ہوئے وزیر اطلاعات و نشریات چوہدری فواد حسین نے کہا کہ پاکستان اس وبائی مرض سے موثر طریقے سے نمٹنے کی وجہ سے دوسرے ممالک سے اوپر ہے جسے عالمی برادری نے بھی خوب سراہا ہے۔اکانومسٹ کا ورلڈ نارملسی انڈیکس کل 50 ممالک میں، جو مل کر دنیا کی جی ڈی پی کا 90% اور اس کی آبادی کا 75% بنتے ہیں، میں سفر سے لے کر کھیلوں میں شمولیت تک انسانی رویے کے آٹھ مختلف میٹرکس کو ٹریک کرتا ہے۔

(ذریعہ - دی نیوز)

## کورونا وائرس کی ویکسینیشن

**12 سے 18سال کے شہری بھی اب کووڈ۔19 ویکسین لگوانے کے لیے اہل ہیں۔ ان شہریوں کو فائزر، سائنوویک، اور سائنوفارم ویکسین لگائی جائے گی۔**

### رجسٹریشن
### (12 سال یا زائد عمر کے شہریوں کے لیے)

12سال سے زائد عمر کے شہری اپنا شناختی کارڈ نمبر **1166** پر ایس ایم ایس کرکے رجسٹریشن کروا سکتے ہیں، یہ ضروری نہیں کہ رجسٹریشن کروانے والے افراد اپنا ذاتی موبائل نمبر ہی استعمال کریں،وہ کوئی بھی موبائل نمبر استعمال کر سکتے ہیں، علاوہ ازیں ویکسین کے لیے **نمز کی ویب سائٹ** پر جا کر آن لائن رجسٹریشن بھی کروائی جا سکتی ہے

**1166** پر اپنا شناختی کارڈ نمبر ایس ایم ایس کرنے کے بعد اپنے **اصلی شناختی کارڈ** کے ہمراہ اپنے قریبی ویکسین مرکز جا کر خود کو ویکسین لگوائیں

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

محکمہ صحت، خیبر پختونخوا

The Asia Foundation

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۔

CIVIC ACTION TEAMS

# کے پی اور سندھ میں ویکسینیشن کے مراکز

## سندھ

### سکھر

- آئی ایچ ایس ہسپتال لیبر فلیٹس — 0715811532
- ٹی ایچ پنوں عاقل — 0715690500
- ٹی ایچ روہڑی ۔ — 0333 7128627

### خیرپور

- رانی پور — 03347382264
- ٹھری میر واہ۔ — 03333960839
- تعلقہ ہسپتال کوٹ ڈیجی۔ — 03013582910

### شکار پور

- دیہی مرکزِ صحت ، سلطان کوٹ۔ — 03337577008
- دیہی مرکزِ صحت خان پور — 03003131100
- دیہی مرکزِ صحت ، گڑھی یاسین ۔ — 03453945330

### جیکب آباد

- سول ہسپتال، جیکب آباد — 03337341698
- تعلقہ ہسپتال ، ٹھل — 03335765590
- دیہی مرکزِ صحت گڑھی حسن — 03003174277

### لاڑکانہ

- ٹی ایچ ڈوکری — 03337517256
- سی ایم سی ہسپتال ، لاڑکانہ — 03337533685
- رتو ڈیرو — 03453852452

## خیبر پختونخوا

### پشاور

- دیہی مرکز صحت ریگی۔ — 03335042588
- مدر اینڈ چائلڈ ہیلتھ سینٹر مٹانی — 03459146891
- پبلک ہیلتھ سکول — 03339611020

### چارسدہ

- بنیادی صحت مرکز محمد ناری — 03045270647
- ڈسٹرکٹ ہیڈ کوارٹرز ہسپتال چارسدہ۔ — 03339015031
- دیہی مرکز صحت بٹگرام — 03149160346

### مردان

- ڈسٹرکٹ ہیڈکوارٹرز ہسپتال مردان۔ — 03005921350
- مردان میڈیکل کمپلیکس — 0333929881
- تحصیل ہیڈ کوارٹر ہسپتال تخت بھائی۔ — 03339191353

### صوابی

- بنیادی مرکزِ صحت ، جھنڈا۔ — 03005921350
- بنیادی مرکزِ صحت ، کوٹھا — 0333929881
- سی ایچ کالو خان۔ — 03339191353

### ہری پور

- سی ڈی کوٹ نجیب اللہ — 03059349975
- سول ہسپتال کے ٹی ایس — 03330928292
- ڈسٹرکٹ ہیڈ کوارٹرز ہسپتال، ہری پور — 03155046070

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

محکمہ صحت، خیبر پختونخوا

The Asia Foundation

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۔

# میں اپنا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتا/سکتی ہوں؟

| | |
|---|---|
| اسلام آباد | **قومی ادارہ صحت**<br>پارک روڈ ، چک شہزاد ، اسلام آباد |
| کراچی | **آغا خان یونیورسٹی ہسپتال**<br>، اسٹیڈیم روڈ ، کراچی ، سندھ |
| حیدرآباد | **لیاقت یونیورسٹی آف میڈیکل اینڈ ہیلتھ سائنسز (LUMHS) ،**<br>لبرٹی مارکیٹ چکر ، لیاقت یونیورسٹی اسپتال کے قریب ، حیدرآباد ، سندھ |
| خیرپور | **گمبٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل سائنسز**<br>، گمبٹ ، خیرپور ، سندھ |
| پشاور | **حیات آباد میڈیکل کمپلیکس**<br>، فیز 4 فیز 4 حیات آباد ، پشاور ، کے پی |
| مردان | **چغتائی لیب ،**<br>مردان پوائنٹ ، شمسی روڈ ، مردان ، کے پی |
| ھری پور | **ایکسل لیبز ،**<br>ٹی ایم اے پلازہ شاپ نمبر 6 ، گرلز ڈگری کالج سرکلر روڈ ہری پور کے قریب ، کے پی |
| لاھور | **شوکت خانم میموریل ہسپتال ،**<br>7 اے بلاک آر۔ 3 ایم اے جوہر ٹاؤن ، لاہور ، پنجاب |
| ملتان | **نشتر ہسپتال ،**<br>نشتر روڈ ، جسٹس حامد کالونی ، ملتان ، پنجاب |
| راولپنڈی | **آرمڈ فورسز انسٹی ٹیوٹ آف پیتھالوجی ،**<br>رینج روڈ ، سی ایم ایچ کمپلیکس ، راولپنڈی ، پنجاب |
| کوئٹہ | **فاطمه جناح اسپتال**<br>بهادر آباد ، وحدت كالوني ، كوئٹه |
| مظفر آباد | **عباس انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل سائنسز (اے آئی ایم ایس) ،**<br>امبور ، مظفرآباد ، آزاد کشمیر |
| گِلگِت | **ڈسٹرکٹ ہیڈ کوارٹر ہسپتال ،**<br>اسپتال روڈ ، گلگت ، جی بی |

مزید شہروں کے لئے دیکھیں
**COVID-19 Health Advisory Platform**

آپ ہم سے **0092-333-5873268** پر **وٹس ایپ** پر رابطہ کرکےاپنے اردر گر د کرونا وائرس سے متعلق پھیلی کسی افواہ، غلط معلومات یا دیگرکوئی معلومات ہمیں بتا سکتے ہیں ۔ ہم اپنی کرونا وائرس سِوایکٹس مہم کے ہفتہ وار بلیٹنز کے ذریعے ان **افواہوں کا خاتمہ** کرکے **مستند معلومات** کی آگاہی فراہم کر یں گے-

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

محکمہ صحت، خیبر پختونخوا

The Asia Foundation

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۔