پاکستان کوروناوائرس سوک ایکٹس کیمپین

بُلیٹن نمبر 1

اکاؤنٹیبیلیٹی لیب پاکستان میں کرونا وائرس کے مسلسل پھیلاؤ کے تناظرمیں سِو ایکٹس مہم کے تحت کورونا وائرس کے بارے میں جھوٹی خبروں، افواہوں اور غلط معلومات کی روک تھام کے لیے ضلعی حکومتوں اور کمیونٹی ورکرز (رضا کاروں کا نیٹ ورک) کے ساتھ کام جاری رکھے ہوئے ہے۔ اوپن سوسائٹی فاؤنڈیشن کی معاونت سے سِو ایکٹس مہم میں حقائق کی تصدیق اور کرونا وائرس کے اعدادوشمار کے متعلق آگاہی فراہم کی جاتی ہے ۔ ان ہفتہ وار بُلیٹنز اور سوشل میڈیا کے ذریعے مستند معلومات کی فراہمی اور عوامی رد عمل بھی مرتب کیا جاتاہے۔ شہریوں میں کرونا وائرس سے بچاؤ کی آگاہی پیدا کرنے کے لیے ان بُلیٹنز کا پانچ زبانوں میں ترجمعہ کیا جاتا ہے؛ انگریزی، اردو، پشتو (آڈیو) ، پنجابی (آڈیو) اور سندھی۔ یہ بلیٹنز آن لائن اور آف لائن ذرائع سے عوام ، سرکاری محکموں، ترقیاتی اداروں ، سماجی اداروں اور انسانی ہمدردی کے نیٹ ورکس کے ساتھ شیئر کیے جاتے ہیں۔

اس مہم میں کرونا وائرس سے متعلق حکومتی فیصلوں، ویکسینیشن مہمات، کمیونٹی کے ردعمل اور تحفظات کو بھی شامل کیا جاتا ہے۔ مہم کا مقصد خواتین، نوجوانوں، نسلی اور مذہبی اقلیتوں، خواجہ سراؤں اور معذور افراد سمیت معاشرے کے سب سے زیادہ کمزور طبقات میں آگاہی کا فروغ ہے۔ مہم کے موجودہ مرحلے میں، اکاؤنٹیبیلیٹی لیب نے مقامی خواتین کمیونٹی لیڈروں کو بھی شامل کیا ہے اور ان کی تربیت اور فعال کردار کے ذریعے ان کی صلاحیتوں میں اضافہ کیا جارہا ہے تاکہ کرونا وائرس کے متعلق پھیل رہی جھوٹی خبروں اور غلط معلومات کا مقابلہ کیا جا سکے اور کرونا وائرس اور صنفی مسائل سے متعلق حقائق کے بارے میں آگاہ کیا جاسکے۔

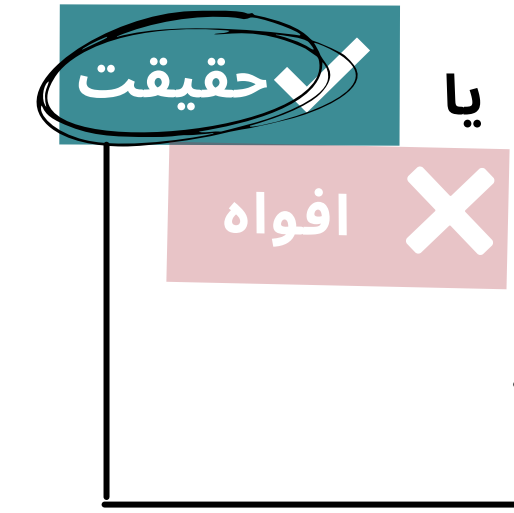
اس ہفتے کے بلیٹن میں جانئے

- کورونا وائرس کے متعلق حقائق
- کورونا وائرس اپڈیٹس
- کورونا وائرس سے متعلق کچھ اہم خبریں

کورونا وائرس
کے متعلق حقائق

CIVIC ACTION TEAMS

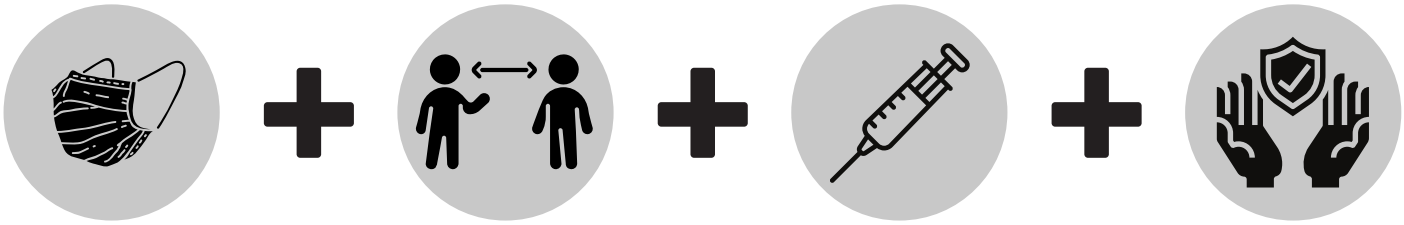
اومیکرون میں کورونا وائرس کی دیگر اقسام کے مقابلے میں منتقلی کی زیادہ صلاحیت ہے



کورونا وائرس کی اومیکرون قسم کے بارے میں یہ سمجھا جارہاہے کہ یہ اب تک سامنے آنے والی اقسام سے زیادہ منتقلی کی صلاحیت رکھنے والی یا متعدی قسم ہے۔ مختلف جائزوں کے مطابق ایک شخص سے دوسرے کو منتقلی کے بعد اس قسم سے سب سے زیادہ تیزی سے علامات سامنے آنا شروع ہو جاتی ہیں اور اس کا انکیوبیشن کا دورانیہ انتہائی کم ہوتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کے اندر انفیکشن تیزی سے پھیلتا ہے اور آپ کے پاس ویکسین لگوانے کا وقت بہت کم ہوتا ہے۔ اس قسم کا جنریشن ٹائم یعنی ایک فرد سے دوسرے فرد کو منتقلی کا وقت بھی دیگر اقسام کے مقابلے میں بہت کم ہے دوسری اقسام میں منتقلی کا وقت 5 دن جبکہ اومیکرون میں 3 دن دیکھنے میں آیا ہے۔ سائنس دانوں کے خیال میں اومیکرون کے تیزی سے بڑھنے کی وجہ کے دو بنیادی عوامل ہیں جن میں سے ایک یہ کہ یہ خلیے میں 70 گنا تیزی سے پھیلتا ہے اور دوسری وجہ یہ کہ یہ انسانی جسم میں زیادہ دیر تک موجود رہتا ہے۔ اومیکرون قوتِ مدافعت پر بھی دیگر اقسام کے مقابلے میں زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔ کورونا وائرس کی اس تیزی سے منتقل ہونے والی قسم سے بچنے کے لیے سائنسدان مشورہ دیتے ہیں کہ احتیاطی تدابیر پر سختی سے عملدرآمد کرنا چاہیے ۔

(ذریعہ۔ وال سٹریٹ جنرل، این پی آر)

کورونا وائرس (کووڈ۔19) سے محفوظ رہنے کے لیے درجِ ذیل حفاظتی اقدامات کرنے چاہییں



اپنے چہرے، آنکھوں اور ناک کو غیر ضروری طور پر نہ چھوئیں کیونکہ اس سے وائرس منتقلی کا خدشہ بڑھتا ہے

کووڈ۔19 کی ویکسین لگوانے کے لیے خود کو جلد از جلد رجسٹرڈ کروائیں اور ویکسین لگوانے سے پہلے اور بعد کی ہدایات پر عمل کریں

گھر سے باہر دوسروں سے 3 فٹ کا جسمانی فاصلہ رکھیں

دو یا دو سے زیادہ تہوں والا دھونے اور سانس لینے کے قابل کپڑے کا ماسک استعمال کریں ، یہ اطراف سے کھلا ہوا نہیں ہونا چاہیے

گھر سے باہر غیر ضروری سماجی روابط اور رش والی جگہوں پر جانے سے گریز کریں

اگرآپ بیمار ہو جائیں تو گھر پر رہیں اور اپنے طبی ماہر سے رابطہ کریں

خود کو اور اپنے ارد گرد کے ماحول کو صاف ستھرا رکھیں

(ذریعہ۔ عالمی ادارہ صحت، ہاورڈ ہیلتھ پبلشنگ، سی ڈی سی)

کورونا وائرس

اپڈیٹس

خبر: پاکستان 30 سال اور اس سے زائد عمر کے افراد کے لیے کووڈ۔19 ویکسین کی بوسٹر شاٹس لگانے کا آغاز کرے گا

دنیا بھر میں کووڈ ۔19 کی نئی قسم کے خطرناک پھیلاؤ کے رُجحان کے بعد پاکستان نے 30 سال یا زائد عمر کے مکمل طور پر ویکسین شدہ افراد کو بوسٹر شاٹ لگانے کے فیصلے کو حتمی شکل دے دی ہے ۔ پاکستان میں یہ منصوبہ اس وقت تیار کیا گیا جب ملک میں پہلا اومیکرون کا کیس سامنے آیا اور گزشتہ دو ماہ کے عرصے یعنی اکتوبر 2021 کے بعد پہلی مرتبہ ایک ہی دن میں 708 کیسز سامنے آئے۔
اس منصوبے کی حتمی شکل کے بعد اب 30 سال یا زائد عمر کے افراد یکم جنوری 2022 سے اپنی مرضی کی بوسٹر ڈوز لگوانے کے لیے اہل ہیں ۔ بُوسٹر شاٹس شہریوں کو مفت لگائی جائیں گی اور جس فرد کو اس کی ویکسین کی دوسری ڈوز لگے 6 ماہ کا عرصہ گزر چکا ہو وہ بوسٹر شاٹ لگوانے کے لیے اہل ہوگا۔ اس وقت اہل شہریوں کو صرف سائنو فارم، سائنو ویک اور فائزر کی بوسٹر ویکسین خوراکیں دستیاب ہیں ۔ بوسٹر شاٹس لگانے کے لیے حکومت پاکستان نے ملک بھر کے 18 بڑے شہروں بشمول لاہور، راولپنڈی، سیالکوٹ، پشاور اور کراچی میں 21 مخصوص مراکز قائم کیے ہیں ۔ پاکستان میں بوسٹر شاٹس لگوانے کے لیے مراکز کی تفصل درج ذیل ویب سائٹ پر دیکھی جا سکتی ہے۔
https://blog.wego.com/pakistan-booster-shot

(ذریعہ۔ گلف نیوز، گندھارا، ویگو)

اسد عمر نے کووڈ۔19 کے پھیلاؤ کے پیش نظر لاک ڈاؤن کا امکان مسترد کر دیا

کورونا وائرس کی نئی اقسام جیسا کہ ڈیلٹا اور اومیکرون کے سامنے آنے کے بعد ، سائنسدان اب دنیا بھر کے کئی ممالک ، جن میں پاکستان بھی شامل ہے ، میں کووڈ۔19 کی پانچویں لہر کے اشارے دے رہے ہیں ۔ اس پانچویں لہر میں کراچی جیسے شہر سب سے زیادہ متاثر پوئے ہیں جہاں ویکسین لگوانے کی انتہائی کم شرح یعنی 40 فیصد ریکارڈ کی گئی ہے۔ مزید برآں پاکستان میں 14 اکتوبر 2021 کے بعد سے حال ہی میں ایک ہی دن میں 1 ہزار سے زائد کووڈ۔19 کے کیسز سامنے آئے ہیں ۔
اس بحرانی کیفیت کے بعد عوام کو توقع ہے کہ حکومت اس آفت کے خلاف اقدامات کرے گی تاہم نیشنل کمانڈ اینڈ آپریشن سینٹر (این سی او سی) کے سربراہ اسد عمر نے بیان دیا ہے کہ حکومت ابھی فوری طور پر لاک ڈاؤن کے بارے میں نہیں سوچ رہی ، حکومت پاکستان اور دنیا بھر میں اس پانچویں لہر کے پھیلاؤ کے اعدادوشمار پر نظر رکھ رہی ہے اور حفاظتی اقدامات کے طور پر ویکسین لگانے کی رفتار کو تیز کیا جا رہا ہے

(ذریعہ۔ دی نیوز، پاکستان آبزرور)

میں اپنا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتا/سکتی ہوں؟

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

مزید شہروں کے لئے دیکھیں
COVID-19 Health Advisory Platform

accountabilitylab PAKISTAN

CIVIC ACTION TEAMS