

پاڪستان ڪورونا وائرس سِوڪ ايڪٽ مهم

جون 2022 - ٻليٽن نمبر 12



ملڪ ۾ ڪرونا وائرس جي مسلسل پکڙجڻ کي منهن ڏيڻ لاءِ احتساب ليڊ پاڪستان سِوڪ ايڪٽس مهم تحت ڪرونا وائرس بابت غلط خبرن، افواهن ۽ غلط معلومات کي روڪڻ لاءِ ضلعي حڪومتن ۽ ڪميونٽي ورڪرن (رضاڪارن جو هڪ نيٽ ورڪ) سان گڏجي ڪم ڪري رهي آهي. اوڀر سوسائٽي فائونڊيشن اداري جي سهڪار سان، سِوڪ ايڪٽس مهم ڪورونا وائرس جي انگن اکرن تي حقيقتون ڳولڻ ۽ معلومات مهيا ڪري ٿي. اهي هفتيوار ٻليٽن ۽ سوشل ميڊيا جي ذريعي معلومات ۽ عوامي راءِ فراهم ڪن ٿا. شهرين ۾ ڪرونا وائرس کان بچاءُ بابت آگاهي پيدا ڪرڻ انهن خبرن کي مختلف پنجن ٻولين ۾ ترجمو ڪيو وڃي ٿو: انگريزي، اردو، پشتو (آڊيو)، پنجابي (آڊيو) ۽ سنڌي. اهي ٻليٽن آن لائن ۽ آف لائن عوام، سرڪاري کاتن، ترقياتي ادارن، سماجي ۽ انساني تنظيم ادارن جي ڪارڪن سان سان وڌيا ويندا آهن.

هن مهم ۾ ڪرونا وائرس جي متعلق حڪومتي فيصلن، ويڪسينيشن مهم، ڪميونٽي جا ردعمل ۽ تحفظات کي به شامل ڪيو ويو آهي. هن مهم جو مقصد سماج جي سڀ کان وڌيڪ ڪمزور طبقن ۾ شعور اجاگر ڪرڻ آهي، جن ۾ عورتون، نوجوان، نسلي ۽ مذهبي اقليتون، خواجه سرا ۽ معذور ماڻهو شامل آهن. مهم جي موجوده مرحلي ۾، احتساب ليڊ مقامي عورتن جي ڪميونٽي اڳواڻن کي پڻ شامل ڪيو آهي ۽ انهن جي تربيت ذريعي انهن جي صلاحيتن ۾ اضافو ڪري رهي آهي ۽ ڪرونا وائرس بابت غلط خبرن ۽ غلط معلومات جي ڦهلاءَ کي روڪڻ لاءِ فعال ڪردار ادا ڪري رهي آهي ۽ ڪورونا وائرس سان جڙيل اهڙن مسئلن بابت انهن حقيقتن کان آگاه ڪرڻ آهي.

**اِس بفتي ڪي
بليٽن ميں جائے**

**01 ڪورونا وائرس ڪي
متعلق حقائق**

**02 ڪورونا وائرس
اڀڏيس**

**03 ڪورونا وائرس
معلومات**

04 فيلڊ انٽرويو

ڪورونا وائرس کے متعلق حقائق



اومیکرون هڪ عام زڪام وانگر آهي.



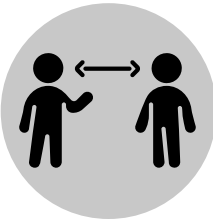
يا
حقيقت

افواه

اومیکرون عام زڪام وانگر نه آهي، پر گهڻي خدشات جي ڪري ڪورونا ۾ مبتلا ماڻهن کي اسپتال داخل ۾ ڪرڻو پوي. ڏٺو ويو آهي ته اومیکرون کان متاثر ڪجھ ماڻهن کي اسپتال ۾ داخل ڪيو پيو وڃي ۽ ڪجھ زندگيون وڃائي ويٺا آهن. اهو پڻ ڏٺو ويو آهي ته هن وائرس سان متاثر ٿيل ماڻهن ۾ ڪرونا وائرس جي گهڻي عرصي جون علامتون مليون آهن.

[ڊيلويچ لو / يورپ هيلٿ](#)

ڪورونا وائرس (ڪووڊ-19) سے محفوظ رہنے کے لیے درج ذیل حفاظتی اقدامات کرنے چاہییں



دو يا دو سے زياده تپون والا
دهونے اور سانس لينے کے
قابل ڪپڙے کا ماسڪ
استعمال ڪريں، ٻه اطراف
سے ڪهلا هوا ٺهين بونا چاهيے

گهر سے ٻاهر دوسروں سے 3 فٽ کا
جسماني فاصلہ رکھيں

ڪووڊ-19 کي ویکسين لڳوانے
کے لیے خود کو جلد از جلد
رجسٽرڊ ڪروائين اور
ویکسين لڳوانے سے پہلے اور
بعد کی ہدایات پر عمل ڪريں

اپنے چہرے، آنکھوں اور ناک
کو غير ضروري طور پر نہ
چھوئيں ڪيونڪہ اس سے
وائرس منتقلی کا خدشہ
ٻڙھتا ہے



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

اگر آپ بیمار ہو جائیں تو گھر پر
رہیں اور اپنے طبي ماہر سے
رابطہ ڪريں

گهر سے ٻاهر غير ضروري سماجي
روابط اور رش والی جڳھوں پر جانے
سے گريز ڪريں

اڀڏيٽس

ڪرونا کان وڌيڪ مطمئن نه ٿيو ڇو ته هڪ نئين لهر اچي رهي آهي.

سگريٽ نوشي ڪرڻ سان ڪورونا وائرس جون سخت علامتون پيدا ٿيڻ جا امڪان وڌي ويندا آهن. اهو پڻ معلوم ڪيو ويو آهي ته سگريٽ نوشي ڪندڙن کي غير سگريٽ نوشي ڪندڙن جي پيٽ ۾ "منفي صحت جي نتيجن" جي نسبتاً وڌيڪ خطرو آهي، جهڙوڪ سخت حالت ۾ داخل ٿيڻ، آڪسيجن ۽ ٻين صحت جي مسئلن کي منهن ڏيڻ شامل آهي. طبي ماهرن موجب سگريٽ نوشي سان ساهه جون ڪيتريون ئي بيماريون ٿي سگهن ٿيون، جن ۾ زڪام، فلو، نمونيا ۽ ٽي. بي شامل آهن. اهڙي طرح، سگريٽ نوشي ڪرڻ وارن ماڻهن ۾ وائرس جون سخت علامتون ٿي سگهن ٿيون. سگريٽ نوشي پڻ ساهه کڻڻ جي تڪليف ۾ واڌ جو سبب بڻجندي آهي، جيڪا ڪرونا وائرس جي سخت علامت سمجهي ويندي آهي. ايستائين جو چين ۾، جتي ڪرونا وائرس جي شروعات ٿي سگريٽ نوشي جي ڪري دل ۽ ساهه کڻڻ جي بيمارين سان ماڻهن کي ڪرونا وائرس جي شديد علامت پيدا ٿيڻ جو امڪان رهيو آهي.

ذريعن: ڊيليويچ.او



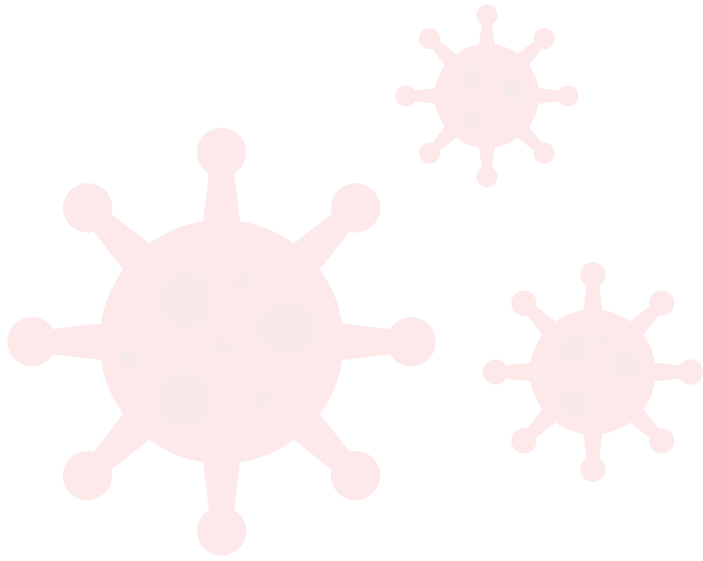
ڪرونا کان وڌيڪ مطمئن نه ٿيو ڇو ته هڪ نئين لهر اچي رهي آهي.

ٻه سال اڳ، ڪرونا جي شروعات کان وٺي اڄ تائين، هرڪو اهو ڄاڻڻ چاهي ٿو ته ڪاش مون آخري ڀيرو ڪورونا جو لفظ ”نئين لهر“ ٻڌو هجي ها. بهرحال، اوميڪرون جو هي نئون روپ، جيتوڻيڪ گهٽ سخت آهي پر ان ۾ ٻيهر متاثر ٿيڻ جي صلاحيت موجود آهي، جيتوڻيڪ اهي ماڻهو به ٻيهر متاثر ٿي سگهن ٿا جيڪي اڳ ۾ وائرس سان متاثر ٿيا آهن. تنهن ڪري، وڌيڪ ثبوت آهن ته ماڻهو شايد ويڪسين ذريعي وائرس جي مدافعت پيدا ڪرڻ جي قابل نه هوندا.

گذريل ٻن سالن کان سڄي دنيا ۾ ڪورونا وائرس جو جائزو وٺڻ ۽ ان جي مختلف لهرن جو هر ٽن مهينن بعد ان جي نوعيت جو پتو پوي ٿو. تنهن ڪري اها حيرت جي ڳالهه ناهي ته ان جون مختلف لهرن بار بار اچن ٿيون. ايندڙ سياري ۾ ڪرونا وائرس جي نئين لهر جي توقع ڪري سگهجي ٿي. جيتوڻيڪ اوميڪرون جي پکيڙ پريشان ڪندڙ ٿي سگهي ٿي پر اسان وٽ بيماري کي وڌيڪ جانچڻ لاءِ سائنسي علم جو ذخيرو موجود آهي. هاڻي توجهه ان ڳالهه تي هجڻ کپي ته ڊگهي مدي واري ڪرونا وائرس ۽ اسپتالن ۾ موجود سخت سنڀال لازمي طور تي مريضن جي صحت کي بهتر بڻائڻ تي هئڻ گهرجي. هڪ نئين مطالعي مان معلوم ٿيو آهي ته مريضن جون اسپتالن ۾ داخل ٿيڻ ۽ مريضن جي موت جي لحاظ کان اوميڪرون ڊيلٽا وائرس کان گهٽ خطرناڪ آهي.

هن عالمي موذي مرض جي ڪري صحت جي صورتحال پيچيده آهي ۽ ان جو ڪو آسان حل ناهي، پر هاڻي اسان ان مرض کي منهن ڏيڻ لاءِ بهتر کان بهتر ٿي رهيا آهيون.

ذريعن: جيو



فيلڊ انٽرويو

هن مهيني جي ايڊيشن لاءِ اسان نيشنل پريس ڪلب جي صدر انور رضا جو انٽرويو ڪيو. جناب انور رضا پوليٽيڪل سائنس ۾ ماسٽرس جي ڊگري حاصل ڪري چڪو آهي ۽ صحافت جي شعبي ۾ 24 سالن جو وسيع تجربو رکي ٿو. انور رضا اسلام آباد ۾ هڪ خانگي چينل پبلڪ ٿي وي ۾ ڊپٽي بيورو چيف طور ڪم ڪري رهيا آهن. هو مختلف دورن ۾ پاڪستان جي وڏن ٽي وي چينلز ۽ اخبارن سان وابسته رهيو آهي، جن ۾ سماءُ نيوز ۽ اخبار شامل آهن.

ڪورونا وائرس دوران صحافين کي ڪهڙن مسئلن کي منهن ڏيڻو پيو ۽ انهن جي حل لاءِ ڪهڙا قدم کنيا ويا؟

جڏهن ڪرونا جي وبا پکڙجي ته سڀ خوفزدہ ٿي ويا ۽ آفيسن مان ماڻهو پنهنجن گهرن ڏانهن هليا ويا. جيتوڻيڪ حالتن ماڻهن کي پنهنجن گهرن تائين محدود ڪري ڇڏيو، پر صحافي پنهنجي ڪم جي نوعيت سبب پنهنجا فرض نپاڻ لاءِ ميدان ۾ هئا. جنهن جي نتيجي ۾ ڪيترائي صحافي وائرس ۾ مبتلا ٿي ويا ۽ 9 صحافي پنهنجي وطن لاءِ فرض نپائيندي زندگيون وڃائي وينا. ٻئي طرف صحافتي برادري معاشي بدحالي جي مسئلن کي منهن ڏئي رهي آهي. سڄي ملڪ ۾ پرنٽ ۽ اليڪٽرانڪ ميڊيا هائوسز جي مالڪن صحافين کي نوڪرين تان برطرف ڪيو ويو، ائين ئي 8 هزار صحافين کي برطرف ڪيو ويو.



صحافين جي نمائندي تنظيم جي حيثيت سان نيشنل پريس ڪلب صحافين جي صلاحيت وڌائڻ لاءِ مختلف پروگرام متعارف ڪرايا. نيشنل پريس ڪلب پاران بيروزگار ميڊيا ورڪرز کي جديد ميڊيا ٽيڪنالاجي متعارف ڪرائڻ لاءِ مختلف سيمينار ۽ ڪانفرنسون منعقد ڪيون ويون. ملڪ ۾ ڪرونا وائرس جي ڪيسن ۾ گهٽتائي سبب صورتحال بهتر ٿي رهي آهي ۽ معيشت آهستي آهستي بحال ٿي رهي آهي. اسان هاڻي ميڊيا مالڪن کان مطالبو ڪيو آهي ته ملازمن جي پگهارن ۾ ڪٽوتي واپس وٺي برطرف ڪيل ماڻهن کي نوڪرين تي بحال ڪيو وڃي.



مختلف ميڊيا هائوسز ۽ صحافي تنظيمن پاران ميڊيا ڪارڪنن جي حفاظت کي يقيني بڻائڻ لاءِ ڪهڙا قدم کنيا ويا؟

جڏهن ڪرونا جي وبا شروع ٿي ته اسان پنهنجن صحافين کي ماسڪ، سينٽائيزر ۽ هٿن وارا دستانا فراهم ڪيا ۽ انهن جي ويڪسينيشن کي ترجيحي بنيادن تي يقيني بڻايو. اسان پنهنجي صحافين جي حفاظت کي يقيني بڻائڻ لاءِ اسلام آباد نيشنل پريس ڪلب ۽ راولپنڊي ۾ ويڪسينيشن ڪيمپون لڳايون ۽ فيلڊ ۾ ڪم ڪندڙ صحافين کي اوليت ڏني. ان کان علاوه، اسان انتظاميه جي تعاون سان ڪورونا وائرس کان متاثر ٿيل صحافين جي علاج جي سهولت لاءِ گڏ ڪم ڪيو.

ڪورونا وائرس جي وبا دوران موجود ويڪسين، ايس او پيز ۽ ٻين سهولتن بابت ڪميونٽي ۾ شعور اجاگر ڪرڻ ۾ ميڊيا جي ڪردار کي توهان ڪيئن ٿا ڏسو؟

ڪنهن به قومي مسئلي ۾ ميڊيا جو ڪردار هميشه مثبت رهيو آهي. وبا جي ڏينهن دوران اسان مختلف سيمينارن ۽ ورڪشاپ ذريعي شهرين کي وائرس کان بچاءُ، سماجي فاصلن ۽ ويڪسينيشن بابت آگاهي ڏني. اسان مختلف شايع ٿيل خبرن ۽ ٻين دستياب ذريعن ذريعي وائرس جي خلاف حڪومت جي ڪوششن جي حمايت ڪئي آهي. ان سان گڏوگڏ صحافين کي به زور ڏنو ته هو وائرس جي خلاف پنهنجو ڪردار ادا ڪن. ميڊيا ڪوريج دوران صحافين جي حفاظتي اپائڻ کي به يقيني بڻايو ويو. مان هميشه پنهنجن صحافي دوستن کي صلاح ڏيان ٿو ته هو پنهنجي صحت جي حفاظت کي هميشه اوليت طور ڪم ڪن.



توهان ڪووڊ-19 دوران جعلي خبرن ۽ سوشل ميڊيا جي استعمال کي ڪيئن ٿا ڏسو؟



ميڊيا هائوسز ۾ عام طور تي روايتي طريقي موجب ايڊيٽرن ۽ پروڊيوسرن جي تصديق کان پوءِ خبر نشر ڪئي ويندي آهي اهو ممڪن ناهي ته خبرن جي آرٽيڪل کي صحيح تصديق ۽ منظوري کان سواءِ نشر يا شايع ڪيو وڃي. بدقسمتي سان سوشل ميڊيا لاءِ هن قسم جي فريم ورڪ جي استعمال جي گهٽتائي سبب غير تصديق ٿيل يا جعلي خبرون هلنديون رهنديون آهن. ان ڪري سوشل ميڊيا جي استعمال لاءِ فلٽرنگ سسٽم جو هجڻ ضروري آهي. ان جي لاءِ حڪومت مختلف ميڊيا آرگنائيزيشن سان گڏجي ڪري سوشل ميڊيا جي استعمال لاءِ قانوني ضابطا ٺاهي رهي آهي.

مان پنهنجي ٽيسٽ ڪاٿان ڪرائي سگهان ٿي / سگهان ٿو؟

اسلام آباد	صحت جا قومي ادارا پارڪ روڊ ، چڪر شھزاد ، اسلام آباد
ڪراچي	آغا خان يونيورسٽي اسپتال ، اسٽيڊيم روڊ ، ڪراچي ، سنڌ
حيدرآباد	لياقت يونيورسٽي آف ميڊيڪل ۽ هيلٿ سائنسز (لمس) ، لبرٽي مارڪيٽ سرڪل ، ويجهو لياقت يونيورسٽي اسپتال ، حيدرآباد ، سنڌ
خيرپور	گمبٽ انسٽيٽيوٽ آف ميڊيڪل سائنسز ، گمبٽ ، خيرپور ، سنڌ
پشاور	حيات آباد ميڊيڪل ڪمپليڪس ، 4 فيز 4 حيات آباد ، پشاور ، ڪي پي ڪي
مردان	چغتائي ليڊ ويجهو الغيرز بينڪ ، مردان پوائنٽ ، شمسي روڊ ، مردان ، ڪي پي
هري پور	ايسلز ليڊز ، ٽي ايم اي پلازا دڪان نمبر 6 ، نزد گرلز ڊگري ڪاليج سرڪل روڊ هريپور ، ڪي پي ڪي
لاهور	شوڪت خانم ميموريل اسپتال ، 7 اي بلاڪ آر. 3 ايم اي جوهر ٽائون ، لاهور ، پنجاب
ملتان	نشتر اسپتال ، نشتر روڊ ، جسٽس حامد ڪالوني ، ملتان ، پنجاب
راولپنڊي	آرمي فورسز انسٽيٽيوٽ آف پيٿالاجي رينج روڊ ، سي ايم ايڇ ڪمپليڪس ، راولپنڊي ، پنجاب
کوئٽه	فاطمه جناح اسپتال بھادر آباد ، وحدت ڪالوني ، کوئٽه
مظفر آباد	عباس انسٽيٽيوٽ آف ميڊيڪل سائنسز (اي ايم ايس) امبور ، مظفر آباد ، آزاد ڪشمير
گلگت	ضلعي هيڊ ڪوارٽر اسپتال اسپتال روڊ ، گلگت ، جي بي

وڌيڪ شهرن جي ڳولا ڪريو COVID-19 صحت جو صلاحڪار پليٽ فارم

[COVID-19 Health Advisory Platform](#)