

ڈبلیو ایچ او کرونا وائرس کے پھیلاؤ پر مسلسل جائزہ لینے اور جواب دینے کی مشق میں کوشاں ہیں۔ ڈبلیو ایچ او نے کرونا وائرس سے جڑے اکثریت میں پوچھے جانے والے سوالات کی فہرست جمع کی ہے جس میں مزید معلومات ملنے پر اضافہ کیا جائے گا۔ برائے مہربانی اپنی آگاہی کے لیے اس فہرست سے رجوع کریں تاکہ آپ اور آپ کے اطراف میں لوگوں کی حفاظت ہو سکے۔

کرونا وائرس کیا ہے؟

کرونا وائرسز کے وسیع خاندانوں میں ایک شاخ ہے جو انسانوں اور جانوروں میں بیماری پیدا کرتی ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ انسانوں میں متعدد کرونا وائرس سانس کی بیماری پیدا کرتے ہیں جس میں عام نزلے سے لے کر زیادہ سنگین MERS اور SARS بھی شامل ہے۔ گزشتہ دنوں میں دریافت کی جانے والی کرونا وائرس، کرونا وائرس ڈیسیز (COVID-19) بیماری کا سبب ہے۔

COVID-19 کیا ہے؟

COVID-19 گزشتہ مہینوں میں دریافت کی جانے والی کرونا وائرس کا نام ہے۔ اس نئے وائرس اور بیماری کے بارے میں وہاں، چین میں پیش آنے والے واقعے سے پہلے دنیا اس بیماری سے ناواقف تھی۔

COVID-19 کی کیا علامات ہیں؟

COVID-19 کی سب سے عام علامت بخار، تھکن اور بنا بلغم والی کھانسی ہے۔ کچھ مریضوں کو درد، ناک کا بند ہونا یا بہنا، گلے میں خراش اور ڈائریا بھی ہو سکتا ہے۔ یہ علامات عموماً ہلکی نوعیت کی ہوتی ہیں اور آہستہ شروع ہوتی ہیں۔ کچھ لوگ بیمار ہونے کے باوجود کوئی علامات نہیں دکھاتے اور نہ انہیں کوئی پریشانی پیش آتی ہے۔ اکثر لوگ (تقریباً 80 فیصد) بنا کسی خصوصی علاج کے صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ ہر چھ میں سے ایک بیمار ہونے والا شخص سنگین طور پر بیمار ہو کر سانس لینے میں مشکل کا سامنا کرتا ہے۔ ادھیڑ عمر کے لوگ اور وہ جن کو پہلے سے کوئی طبی پریشانی ہے جیسا کہ ہائی بلڈ پریشر، دل کا مسئلہ یا ذیابیطس، اس بیماری سے زیادہ آسانی اور سنگین طریقے سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ اگر کسی کو بخار، کھانسی یا سانس لینے میں تکلیف ہو رہی ہے تو ان کو فوراً طبی امداد کی طرف رجوع کرنا چاہئے۔

COVID-19 کیسے پھیلتا ہے؟

لوگوں کو COVID-19 صرف کسی اور مریض سے لگ سکتا ہے۔ یہ بیماری انسان سے انسان، ناک اور منہ سے نکلنے والے قطروں کے ذریعے پھیل سکتی ہے۔ جو کسی COVID-19 سے متاثر شخص کے کھانسنے یا چھینکنے پر ماحول میں داخل ہوتے ہیں۔ یہ قطرے انسان کے اطراف میں چیزوں پر بیٹھتے ہیں۔ ان چیزوں کو ہاتھ لگانے کے بعد اپنی آنکھوں، ناک یا منہ کو ہاتھ لگانے پر دوسروں کو یہ بیماری لگ سکتی ہے۔ لوگوں کو یہ بیماری ایسے بھی لگ سکتی ہے اگر وہ COVID-19 سے متاثر شخص کے چھینکنے اور کھانسنے کے اطراف میں سانس لیں اور بیماری کے قطرات ان کی سانس کی نالی میں آجائیں۔ اس لیے یہ ضروری ہے کہ بیمار لوگوں سے 1 میٹر یا 3 فٹ سے زیادہ کا فاصلہ رکھا جائے۔

ڈبلیو ایچ او COVID-19 کے پھیلنے کے طریقوں پر مزید تحقیق کر رہا ہے اور نئی معلومات سے لوگوں کو آگاہ کرتا جائے گا۔

کیا COVID-19 پیدا کرنے والا وائرس ہوا کے ذریعے پھیل سکتا ہے؟

اب تک کی تحقیق کے مطابق یہ معلوم ہوتا ہے کہ COVID-19 پیدا کرنے والا وائرس زیادہ تر سانس سے نکلنے والے قطروں سے پھیلتا ہے بنسبت ہوا کے۔ پچھلے جواب کا بھی مطالعہ کریں۔

کیا COVID-19 کسی ایسے انسان سے لگ سکتا ہے جو بیماری کی کوئی علامات نہ دکھا رہا ہو؟
یہ بیماری اولین طور پر سانس سے نکالے جانے والے قطروں سے پھیلتا ہے جو کسی کے کھانسنے پر ماحول میں داخل ہوتے ہیں۔ اگر کوئی شخص COVID-19 کی علامات نہیں دکھا رہا تو اس سے بیماری لگنے کا خطرہ قدرے کم ہے۔ البتہ، COVID-19 سے متاثر اکثر لوگ صرف ہلکی علامات دکھاتے ہیں یہ خصوصاً بیماری کے پہلے مرحلے میں سچ ہے اس لیے ممکن ہے کہ COVID-19 کسی ایسے شخص سے لگے جس کو صرف ہلکی کھانسی ہو اور بیمار نہ محسوس کر رہا ہو۔ ڈبلیو ایچ او COVID-19 کے پھیلاؤ کے دورانے پر جاری تحقیق کا مسلسل جائزہ لے رہا ہے اور نئی معلومات سے آگاہ کرتا رہے گا۔

کیا COVID-19 کسی بیمار آدمی کے اخراج سے لگ سکتا ہے؟
کسی بیمار آدمی کے جسمانی اخراج سے COVID-19 لگنے کا خطرہ قدرے کم ہے۔ ابتدائی تحقیق سے معلوم ہوتا ہے کہ کچھ کیسز میں وائرس جسمانی اخراج میں پایا جاسکتا ہے۔ لیکن اس ذریعے سے پھیلنا اس کا مرکزی پہلو نہیں ہے۔ خدشہ ہونے کے باعث یہ ایک اور وجہ ہے ہاتھ باقاعدگی سے دھوئے جائیں، خصوصاً ہاتھ روم کے استعمال کے بعد اور کھانے سے پہلے۔

اپنی حفاظت اور بیماری کے پھیلاؤ سے بچنے کے لیے کیا کیا جاسکتا ہے؟

حفاظتی اقدامات برائے عوام

COVID-19 سے متعلق جدید معلومات سے آگاہ رہیں جو کہ ڈبلیو ایچ او کی ویب سائٹ اور آپ کی قومی اور مقامی صحت اتھارٹی پر موجود ہے۔ دنیا کے اکثر ممالک میں COVID-19 کے واقعے پیش آنے ہیں اور کچھ میں آؤٹ بریک بھی پیش آیا ہے۔ چین اور چند ممالک میں انتظامیہ آؤٹ بریک کو روکنے یا بند کرنے میں کامیاب ہو سکتی ہے۔ مگر صورتحال بہت غیر متوقع ہے تو تازہ ترین خبریں مستقل چیک کرتے رہیں۔

چند آسان اقدامات آپ COVID-19 سے بیمار ہونے اور پھیلانے سے بچ سکتے ہیں۔

1. باقاعدگی سے اور اچھے سے اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے دھوئیں یا کسی الکوحل بیسڈ رب سے کیوں؟ اس سے آپ کے ہاتھ پر موجود ممکنہ وائرس کے قطرے مار دیئے جاتے ہیں۔

2. خود میں اور کسی کھانسنے یا چھنکنے والے انسان کے درمیان 1 میٹر (3 فٹ) سے زیادہ کا فاصلہ رکھیں۔
کیوں؟ کسی کے کھانسنے یا چھنکنے پر بیماری سے بھرے چھوٹے قطرے ماحول میں داخل ہو جاتے ہیں۔ اگر آپ بہت زیادہ قریب ہوں تو یہ قطرے آپ کے سانس کی نالی میں داخل ہو کر بیماری کا سبب بن سکتے ہیں۔

3. آنکھیں، ہاتھ اور منہ کو ہاتھ لگانے سے گریز کریں۔

کیوں؟ آپ کے ہاتھ مختلف چیزوں کو چھوتے ہوئے گزرتے ہیں اور ان پر بیماری پیدا کرنے والے وائرس لگ سکتے ہیں۔ انہیں ہاتھوں کو منہ یا آنکھ پر لگانے سے بیماری آپ کے جسم میں منتقل ہو کر آپ کو بیمار کر سکتے ہیں۔

4. اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ اور اطراف کے لوگ صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ مطلب کھانستے اور چھنکتے وقت اپنی کہنی یا ٹشو پیپر سے ناک اور منہ کو ڈھانپیں۔ اور استعمال کیا ہوا ٹشو پیپر پھینک دیں۔
کیوں؟ قطرے وائرس پھیلاتے ہیں۔ صفائی کے ان طریقوں کو اپنا کر آپ اپنے اطراف کے افراد کو وائرسز جیسے نزلہ، فلو اور COVID-19 سے بچا سکتے ہیں۔

5. اگر آپ خود کو بیمار محسوس کر رہے ہیں تو گھر پر رہیں۔ اگر آپ بخار، کھانسی یا سانس لینے میں دشواری محسوس کر رہے ہیں تو فوراً طبی امداد کے لیے رجوع کریں۔ اپنے مقامی صحت اتھارٹی کی ہدایات پر عمل کریں۔

کیوں؟ قومی اور مقامی اتھارٹیز آپ کے علاقے کی صورتحال کے بارے میں سب سے تازہ ترین معلومات رکھتے ہیں۔ ان کو پہلے سے کال کرنے پر یہ فائدہ ہوگا کہ آپ کا ہیلتھ کیئر پروانڈر آپ کو صحیح ہیلتھ فیسیلیٹی پر پہنچا دے گا۔ اس سے آپ بھی محفوظ رہیں گے وائرسز اور دیگر انفیکشنز کے پھیلاؤ کو روکنے میں بھی مدد ملے گی۔

COVID-19 کے ہاٹ اسپاٹس (شہر یا مقامی علاقے جہاں COVID-19 تیزی سے پھیل رہا ہے) سے باخبر رہیں۔ اگر ممکن ہو تو سفر کرنے سے گریز کریں خاص طور پر اگر آپ بوڑھے ہیں یا ذیابیطس، دل یا پھیپھڑوں کی بیماری میں مبتلا ہیں۔ کیوں؟ آپ ان علاقوں میں جاکر COVID-19 سے متاثر ہونے کا زیادہ خطرہ رکھتے ہیں۔

ان افراد کے لیے حفاظتی اقدامات جو COVID-19 والے علاقوں میں پچھلے 14 دن میں گئے ہیں۔

☆ مذکورہ بالا اصول اپنائیں (حفاظتی اقدامات برائے عوام)

☆ گھر میں رہ کر خود کو سیلف آئسولیٹ کر لیں اگر آپ کی طبیعت ٹھیک نہیں ہے۔ چاہے تھوڑی بہت علامات ہوں جیسے سر درد، ہلکا بخار (C 37.3 یا اس سے زائد) اور ناک کا بہنا جب تک کہ آپ صحت مند نہ ہو جائیں۔ اگر آپ کا باہر جانا ضروری ہے جیسے فوڈ خریدنے کے لیے تو ماسک ضرور پہنیں تاکہ دوسرے لوگ متاثر نہ ہوسکیں۔

کیوں؟ دوسروں سے دور رہنے اور میڈیکل فیسیلیٹیز حاصل کرنے سے آپ COVID-19 اور دیگر وائرسز سے بچ سکیں گے۔

☆ اگر آپ کو کھانسی، نزلہ یا بخار ہے تو فوراً میڈیکل ایڈوائس لیں۔ ہیلتھ کیئر پروانڈر کو کال کریں

کیوں؟ ان کو پہلے سے کال کرنے پر یہ فائدہ ہوگا کہ آپ کا ہیلتھ کیئر پروانڈر آپ کو صحیح ہیلتھ فیسیلیٹی پر پہنچا دے گا۔ اس سے آپ بھی محفوظ رہیں گے وائرسز اور دیگر انفیکشنز کے پھیلاؤ کو روکنے میں بھی مدد ملے گی۔

COVID-19 کیسے لگ سکتا ہے؟

یہ اس وقت ممکن ہے کہ آپ کہاں ہیں اور وہاں COVID-19 پھیل چکا ہے۔

زیادہ تر لوگوں کے لیے COVID-19 سے متاثر ہونے کا خطرہ کم ہے۔ تاہم دنیا کے کئی ممالک ہیں جہاں COVID-19 تیزی سے پھیل رہا ہے۔ وہ لوگ جو ان مقامات پر جا رہے ہیں وہ COVID-19 سے متاثر ہوسکتے ہیں۔ حکومت اور ہیلتھ اتھارٹیز ہر وقت اقدام اٹھا رہے ہیں جیسے ہی کوئی نیا کیس شناخت ہوتا ہے۔ کسی بھی مقامی حکم کی پابندی کریں جیسے سفر، بڑے چھوٹے اجتماع۔ بیماری کو کنٹرول کرنے میں تعاون کرنے سے COVID-19 پھیلنے کے خطرے کو کم کیا جاسکتا ہے۔

COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکا جاسکتا ہے جیسا کہ چین اور دیگر ممالک میں کیا گیا ہے۔ ضروری یہ ہے کہ آپ جہاں جا رہے ہوں وہاں کی صورتحال سے آگاہ ہوں۔ ڈبلیو ایچ او نے COVID-19 کی صورتحال پر دنیا بھر میں اپ ڈیٹس شائع کر دی ہے۔

آپ یہ تفصیلات اس ویب لنک پر دیکھ سکتے ہیں:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

کیا مجھے COVID-19 سے پریشان ہونا چاہئے؟

COVID-19 کے تحت ہونے والا انفیکشن ہلکا ہوتا ہے۔ خاص طور پر بچوں اور نوجوانوں میں۔ تاہم یہ سنگین بھی ہوسکتا ہے اور 5 میں سے 1 فرد متاثر ہوتا ہے اور اسے اسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

ہم اپنے اور اپنے پیاروں کو اس وائرس سے بچانے کے لیے احتیاطی اقدامات اٹھا سکتے ہیں جن میں باقاعدگی سے ہاتھ دھونا اور صفائی کا خیال رکھنا ہے۔ دوسری بات یہ کہ باخبر رہیں اور مقامی صحت اتھارٹی کی ہدایات پر عمل کریں اور سفر، موومنٹ اور اجتماع کرنے سے گریز کریں۔

خود کو محفوظ رکھنے کے لیے مزید معلومات حاصل کریں :

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

سنگین بیمار ہونے کے خطرات کب ہو سکتے ہیں؟

جبکہ ہم ابھی بھی COVID-19 سے بچنے کے طریقے سیکھ رہے ہیں بوڑھے افراد اور پہلے سے بیمار لوگ جن کو ہائی بلڈ پریشر، دل، پھیپھڑوں کی بیماری یا کینسر یا ذیابیطس ہو انہیں سنگین بیماری ہونے کا خطرہ لاحق ہے۔

کیا اینٹی بائیوٹکس COVID-19 سے بچا سکتی ہیں؟

نہیں، اینٹی بائیوٹکس وائرس کا علاج نہیں کرتی ہیں، وہ صرف بیکٹریل انفیکشنز کو صحیح کرتی ہیں۔ COVID-19 وائرس سے پیدا ہوتی ہے اس لیے اینٹی بائیوٹکس سے اس کا علاج ممکن نہیں۔ یہ صرف بیکٹریل انفیکشن کے علاج کے لیے ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق استعمال کی جاسکتی ہے۔

کیا COVID-19 سے بچاؤ کے لیے کوئی ادویات یا تھراپیز موجود ہیں؟

جبکہ کچھ مغربی، روایتی یا گھریلو ٹوٹکے COVID-19 سے کسی حد تک آرام پہنچا سکتے ہیں لیکن حالیہ ادویات سے علاج نہیں ہو سکتا۔ ڈبلیو ایچ او، COVID-19 کے علاج اور اس سے بچاؤ کے لیے کسی بھی طرح سیلف میڈ یکیشن کی اجازت نہیں دیتا ہے۔ کئی کلینکس مغربی اور مشرقی ادویات پر تجربہ کر رہے ہیں۔ ڈبلیو ایچ او، ان تجربات کے مثبت نتائج سے دنیا کو اپ ڈیٹ کرے گا۔

COVID-19 کے علاج کے لیے کیا کوئی ویکسین یا دوا موجود ہے؟

ابھی تک نہیں۔ اس وقت تک کوئی ویکسین یا اینٹی وائرل دوا نہیں بنی ہے جو COVID-19 سے بچا سکے۔ تاہم، متاثرہ افراد کو احتیاط سے کام لینا ہوگا تاکہ علامات کو ختم کیا جاسکے۔ سنگین بیماری والے افراد کو اسپتال میں داخل ہونا ہوگا۔ زیادہ تر افراد صحت یا ب ہوتے ہیں جس کے لیے تعاون کا شکریہ ادا کرتے ہیں۔

ممکنہ ویکسینز اور کچھ خاص ادویاتی علاج کے لیے تحقیق کی جارہی ہے۔ انہیں کلینک میں آزمایا جا رہا ہے۔ ڈبلیو ایچ او COVID-19 سے بچاؤ اور اس کے علاج کے لیے ویکسین اور ادویات تیار کرنے کی کوشش میں حصہ لے رہا ہے۔

COVID-19 سے خود کو اور دیگر افراد کو بچانے کے لیے سب سے مؤثر طریقہ یہ ہے کہ کھانستے وقت اپنی کہنی یا ٹشو پیپر سے ڈھانپیں اور کھانسنے اور چھینکنے والے افراد سے 1 میٹر یعنی 3 فٹ کا فاصلہ رکھیں۔ (کرونا وائرس سے بچاؤ کے لیے بنیادی حفاظتی اقدامات ملاحظہ کریں)۔

کیا COVID-19 بالکل SARS کی طرح ہے؟

نہیں۔ وائرس جو COVID-19 کا سبب ہے اور وہ جس سے Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) پیدا ہوا، یہ دونوں وائرس جینیٹیکل ایک دوسرے سے مطابقت رکھتے ہیں لیکن ان سے پیدا ہونے والی بیماریاں ایک دوسرے سے بہت زیادہ مختلف ہیں۔ SARS جان لیوا بیماری ہے لیکن COVID-19 کے مقابلے میں کم انفیکشن رکھتی ہے۔ 2003 سے اب تک دنیا میں کہیں بھی SARS نہیں ہوا۔

کیا مجھے اپنے آپ کو محفوظ رکھنے کے لیے ماسک پہننا ہوگا؟

ماسک صرف آس صورت میں پہنیں جب آپ میں COVID-19 کی علامات ہوں (خاص طور پر کھانسی) یا کسی ایسے فرد کی دیکھ بھال کر رہے ہوں جو COVID-19 میں مبتلا ہے۔ ڈسپوز ایبل فیس ماسک صرف ایک دفعہ کے استعمال کے لیے ہے۔ اگر آپ بیمار نہیں

ہیں اور کسی متاثرہ فرد کی دیکھ بھال بھی نہیں کر رہے تو ماسک پہن کر اسے ضائع کر رہے ہیں۔ دنیا میں فیس ماسک کی قلت ہو گئی ہے اس لیے ڈبلیو ایچ او لوگوں سے اپیل کرتا ہے کہ ماسک کا استعمال عقلمندی سے کریں۔

ڈبلیو ایچ او مشورہ دیتا ہے کہ ماسک کا بلا وجہ استعمال نہ کریں تاکہ ان کو ضرورت کے وقت استعمال کے لیے بچایا جاسکے۔

COVID-19 سے خود کو اور دیگر افراد کو بچانے کے لیے سب سے مؤثر طریقہ یہ ہے کہ کھانسنے وقت اپنی کہنی یا ٹشو پیپر سے ڈھانپیں اور کھانسنے اور چھینکنے والے افراد سے 1 میٹر یعنی 3 فٹ کا فاصلہ رکھیں۔ (کرونا وائرس سے بچاؤ کے لیے بنیادی حفاظتی اقدامات ملاحظہ کریں)۔

ماسک کیسے لگائیں، استعمال کریں، اتاریں اور پھینکیں؟

- 1 یاد رکھیں کہ ماسک کو صرف وہ افراد لگائیں جو ہیلتھ ورکرز ہیں، بیمار کی دیکھ بھال کر رہے ہیں اور جن کو علامات جیسے کھانسی اور بخار وغیرہ ہے۔
- 2 ماسک کو چھونے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو الکحل بیسڈ ہینڈ رب یا صابن اور پانی سے اچھی طرح دھوئیں۔
- 3 ماسک لیں اور اسے چیک کر لیں کہ یہ پھٹا ہوا یا سوراخ زدہ تو نہیں۔
- 4 دیکھ لیں کہ ماسک کا کونسا حصہ اوپر کی طرف جانے گا (جس طرف دھاتی پٹی ہے)
- 5 یقین کر لیں کہ ماسک کی صحیح سائیڈ اوپر کی طرف ہو (رنگین سائیڈ)
- 6 اپنے چہرے پر ماسک لگائیں۔ اس کی دھاتی پٹی کو دبائیں اور اپنی ناک کے حساب سے سیٹ کر لیں۔
- 7 ماسک کی نچلی سائیڈ کو نیچے کی طرف کھینچیں تاکہ آپ کا منہ اور ٹھوڈی ڈھک جائے۔
- 8 استعمال کے بعد ماسک اتار دیں، اسے اپنے چہرے اور کپڑوں سے دور رکھتے ہوئے کانوں کے پیچھے سے الاسٹک لوپس کو نکال لیں تاکہ ماسک کی آلودہ سطحیں علیحدہ رہیں۔
- 9 استعمال کے بعد ماسک کو بند بن میں پھینک دیں۔
- 10 ماسک کو چھونے اور پھینکنے کے بعد ہاتھوں کو الکحل بیسڈ ہینڈ رب سے صاف کریں یا اگر دیکھنے میں ہاتھ گندے لگ رہے ہیں تو انہیں صابن اور پانی سے دھوئیں۔

COVID-19 کے وائرس کے حملے کے بعد بیماری کی علامات ظاہر ہونے میں کتنا وقت لگے گا؟

COVID-19 کے وائرس کے حملے کے بعد بیماری کی علامات ظاہر ہونے میں 14-1 دن لگتے ہیں۔ عام طور پر 5 دن۔ یہ اندازے اپ ڈیٹ ہونگے جیسے جیسے زیادہ معلومات حاصل ہوتی جائیں گی۔

کیا انسان کسی جانور کی وجہ سے COVID-19 میں مبتلا ہو سکتے ہیں؟

کرونا وائرسز بہت وسیع وائرسز کی ایک فیملی ہے جو جانوروں میں عام طور پر پائے جاتے ہیں۔ کبھی کبھار انسان ان وائرسز سے متاثر ہوتا ہے اور یہ وائرسز دوسرے انسانوں تک پھیل سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، SARS-CoV جو civet cats کی وجہ سے ہوتا ہے اور MERS-CoV ڈرمیڈری اونٹ سے منتقل ہوتا ہے۔ COVID-19 کے ممکنہ ذرائع کا ابھی تک پتہ نہیں چلا ہے۔

خود کو محفوظ رکھنے کے لیے جب کبھی آپ زندہ جانوروں کی مارکیٹ جائیں تو جانوروں کو چھونے سے گریز کریں۔ ہمیشہ اچھی خوراک لیں۔ کچے گوشت، دودھ یا جانوروں کے اعضاء کو چھونے میں احتیاط برتیں اور کچا یا کچا کھانا بھی نہ کھائیں۔

کیا میں اپنے پالتو جانور سے COVID-19 لگ سکتا ہوں؟

ہانگ کانگ میں ایک ایسا واقعہ پیش آیا ہے کہ جس میں کتے کو COVID-19 لگا مگر اس بات کا کوئی ثبوت نہیں ہے کہ پالتو بلی، کتے یا کسی اور جانور سے یہ بیماری پھیل سکتی ہے۔ COVID-19 کا مرکزی طریقہ ہوا میں چھینکنے، کھانسنے یا بولنے پر پھیلائے جانے والے قطروں کے ذریعے ہے۔ خود کو محفوظ رکھنے کے لیے ہاتھوں کو باقاعدگی اور اچھے طریقے سے دھوئیں۔

ڈبلیو ایچ او جدید تحقیق کا مسلسل جائزہ لے رہی ہے اور COVID-19 سے متعلقہ مزید معلومات سے آگاہ کرتا رہے گا۔

وائرس کسی سطح پر کتنی دیر زندہ رہتا ہے ؟

یہ بات اب تک طے شدہ نہیں ہے کہ COVID-19 پھیلانے والا وائرس کتنی دیر تک کسی سطح پر زندہ رہتا ہے۔ مگر معلوم ہوتا ہے کہ یہ باقی کرونا وائرسز کی پیروی کرتا ہے۔ تحقیق کے مطابق (بشمول COVID-19 پر ابتدائی معلومات) وائرس کچھ گھنٹوں سے لے کر کئی دنوں تک زندہ رہ سکتا ہے۔ مختلف حالات میں یہ بدل سکتا ہے۔ (مثلاً سطح کی نوعیت، درجہ حرارت اور ہوا میں نمی)

اگر آپ کو لگتا ہے کہ کسی سطح پر وائرس موجود ہے تو اس سطح کو سادہ جراثیم کش سے صاف کریں تاکہ وائرسز مرجائیں اور آپ اور دیگر افراد محفوظ ہو سکیں۔ اپنے ہاتھوں کو الکوحل بیسڈ ہینڈ رب سے صاف کریں یا صابن اور پانی سے دھوئیں۔ اپنی آنکھوں، ناک اور منہ کو چھونے سے پرہیز کریں۔

کیا کسی ایسی جگہ سے پیکج وصول کرنا مناسب ہے جہاں COVID-19 کی اطلاع ملی ہو ؟

ہاں۔ بیمار شخص کا کسی کمرشل سامان پر بیماری لگانے کا امکان کم ہے اور کسی ایسے پیکج سے بیماری لگنے کے امکانات بھی کم ہیں جو مختلف درجہ حرارت اور حالات سے گذرتی ہوئی آپ تک پہنچی ہو۔

کیا کوئی ایسا کام ہے جو مجھے نہیں کرنا چاہئے ؟

مندرجہ ذیل اقدامات COVID-19 کے خلاف مؤثر نہیں ہیں اور خطرے کا سبب بن سکتے ہیں۔

1 تمباکو نوشی

2 ایک سے زیادہ ماسک پہننا

3 اینٹی بائیوٹکس کا استعمال (سوال نمبر 10 دیکھئے، کیا کوئی دوائی یا تھراپی ہے جو COVID-19 کو روک یا کم کر سکتی ہے)

اگر آپ کو بخار، کھانسی یا سانس لینے میں تکلیف پیش آئے تو فوری طبی امداد پانے سے بیماری کو سنگین ہونے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ اپنے ڈاکٹر کو اپنے حالیہ سفر کی معلومات سے ضرور آگاہ کریں۔

معلومات کا ذریعہ: بین الاقوامی ادارہ صحت

مزید معلومات اور اپ ڈیٹس کے لیے برائے مہربانی وزٹ کریں:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>