

خطرہ

موجودہ وقت میں کورونا وائرس یا آلودہ سطحوں والے کسی شخص کے ساتھ قریبی رابطے کا خطرہ بہت کم ہے ، کیونکہ عوام کے ممبران جو چین کے صوبہ ووہان یا بوبی کے دورے پر آئے ہیں ، اس وقت تنہائی کا شکار ہیں۔

صحت کے پیشہ ور افراد کسی بھی ایسے شخص سے رابطہ کرنے کے لئے کام کر رہے ہیں جو کورون وائرس میں مبتلا لوگوں سے قریبی رابطے میں ہے ۔

لوگوں کے درمیان کورونا وائرس کس طرح پھیلتا ہے؟

چونکہ یہ ایک نئی بیماری ہے ، ہم قطعی طور پر نہیں جانتے کہ کورونا وائرس کس طرح ایک شخص سے دوسرے شخص میں پھیلتا ہے ، لیکن اسی طرح کے وائرس کھانسی کے بوندوں سے پھیلتے ہیں۔

کورونا وائرس کے

علامات میں عام طور پر شامل ہیں:

- کھانسی
- ایک اعلیٰ درجہ حرارت A
- سانس لینے میں دشواری

برطانیہ واپس آنے والے لوگوں اور برطانیہ آنے والے مسافروں کے لئے نصیحت

کریں اگر براہ کرم جی پی ملاقات نہیں کروائیں یا ایل ایل میڈیکل کیئر لمیٹڈ میں شرکت نہ کریں۔

- آپ نے سرزمین کمبوڈیا ، چین ، ہانگ کانگ ، اٹلی کا دورہ کیا یا سفر کیا ہے ۔ صرف شمالی اٹلی (کہیں بھی پیسا ، فلورنس اور رمینی کے شمال میں) ، جاپان ، لاؤس ، مکاؤ ، ملائیشیا ، برما ، سنگاپور کوستا اڈیج پیلس ہوٹل ، تائیوان ، تھائی لینڈ ، ویتنام H10 ، جنوبی کوریا ، ٹینیسیف ۔ صرف آپ کو کھانسی ، بخار یا واپس آنے کے 14 دن کے اندر سانس لینے میں دشواری کی علامات ہیں
- آپ کو کورونا وائرس کے تصدیق شدہ کیس والے کسی سے رابطہ کرنے کے بعد کھانسی ، بخار یا سانس لینے میں دشواری کی علامات ہیں

مریضوں کو جو یہ محسوس کرتے ہیں کہ انہیں کرونا وائرس ہوسکتا ہے یا جو جس کے کسی سے رابطہ ہوسکتا ہے ، این ایچ ایس 111 نے کورون وائرس کے صفحات بنائے ہیں تاکہ مریض کو مطلع کیا جائے کہ مذکورہ بالا کی بنیاد پر کیا کرنا ہے۔

پر کی جا سکتی ہے ۔ <https://111.nhs.uk/service/covid-19> ان تک رسائی

بر ایک کو پبلک ہیلتھ انگلینڈ کے مشوروں پر عمل کرنے کی یاد دلائی جارہی ہے۔

- اپنے ہاتھ اکثر صابن اور پانی سے دھوئے - کم از کم 20 سیکنڈ تک یہ کریں
- جب آپ گھر یا کام پر جاتے ہو تو ویسے اپنے ہاتھ دھوئے
- اگر صابن اور پانی دستیاب نہ ہو تو ہینڈ سینیٹائزر جیل کا استعمال کریں
- کھانسی یا چھینک آنے پر اپنے منہ اور ناک کو ٹشو یا آستین (اپنے ہاتھوں سے) ڈھانپیں
- استعمال شدہ ٹشوز کو سیدھے سیدھے ڈبے میں رکھیں اور اس کے بعد اپنے ہاتھ دھو لیں
- بیمار لوگوں سے قریبی رابطے سے بچنے کی کوشش کریں

اگر آپ کے ہاتھ صاف نہیں ہیں تو اپنی آنکھیں ، ناک یا منہ کو ہاتھ نہ لگائیں

- اینٹی بائیوٹکس مدد نہیں کرتے ، کیونکہ وہ وائرس کے خلاف کام نہیں کرتے ہیں۔
- علاج کا مقصد علامات کو دور کرنا ہے جبکہ آپ کا جسم بیماری سے مقابلہ کرتا ہے۔
- جب تک آپ صحت یاب نہ ہوں تب تک آپ کو دوسرے لوگوں سے الگ تھلگ رہنے کی ضرورت ہوگی۔

اگر خود سے الگ تھلگ بوجائیں اگر آپ سے پوچھا گیا کہ اگر آپ کو کورونا وائرس مل سکتا ہے تو آپ کو دوسرے لوگوں (خود سے الگ تھلگ) سے دور رہنے کا کہا جاسکتا ہے۔
اس کا مطلب ہے آپ کو؛

- گھر میں رہنا
- کام ، اسکول یا عوامی مقامات پر نہ جائیں
- پبلک ٹرانسپورٹ یا ٹیکسیوں کا استعمال نہ کریں
- دوستوں ، کنبہ کے ممبروں یا ترسیل کی خدمات کو اپنے لئے کام کرنے کو کہیں
- اپنے گھر آنے والے زائرین سے بچنے کی کوشش کریں - دوستوں ، کنبہ یا ڈلیوری ڈرائیوروں کے لئے
کھانا چھوڑنا ٹھیک ہے

آپ کو انفیکشن کے ممکنہ پھیلاؤ کو کم کرنے میں مدد کے ل 14 دن تک یہ کام کرنے کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

کورونا وائرس رسک کلاسز

خطرے کی کلاسوں کی مکمل فہرست پیر 16 مارچ 2020 کو مندرجہ ذیل ہے ،

- (سال یا اس سے زیادہ عمر کے افراد (ذہنی حالت سے قطع نظر 70
- بنیادی صحت کی حالت کے حامل 70 سال سے کم عمر کے افراد (کسی کو بھی طبی طور پر بر
- سال بالغ طور پر فلو کی بیماری حاصل کرنے کی ہدایت کی جاتی ہے) سانس کی بیماریوں ، دمہ ،
- دائمی رکاوٹ پلمونری بیماری (سی او پی ڈی) ، ایمفیسیمیا یا برونچس
- دل کی لمبی بیماری ، جگر کی بیماری ، پارکنسنز کی بیماری ، موٹر نیورون بیماری ، ایک سے زیادہ
- سکلیروسیس ، سیکھنے کی معذوری ، دماغی فالج ، ذیابیطس کے 70 سال سے کم عمر افراد
- سکل سیل بیماری سے متاثرہ افراد یا وہ افراد جن کا تल्ली دور ہوچکا ہے
- کمزور مدافعتی نظام والے افراد جن کے نتیجے میں ایچ آئی وی ، ایڈز ، سٹیپرائڈ گولیاں یا کیموتھراپی
- ہوتی ہے
- یا اس سے اوپر کے بی ایم ایس والے افراد 40
- حاملہ خواتین
- وہ افراد جن کو اعضا کی پیوند کاری ہوچکی ہے اور وہ جاری امیونوسوپریشن دوائیوں پر رہتے ہیں
- وہ افراد جو کینسر کے مریض ہیں فعال کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی سے گزر رہے ہیں
- خون یا بون میرو کے کینسر والے افراد ، جیسے لیوکیمیا جو علاج کے کسی بھی مرحلے میں ہیں
- آبی طرح سسٹک فائبروسس یا شدید دمہ کے طور پر سینے حالات (ہسپتال میں کے حامل افراد
- (داخلے یا سٹیپرائڈ گولیاں کے کورس کی ضرورت ہوتی ہے
- (جسمانی نظام کی شدید بیماریوں والے افراد ، جیسے گردوں کی بیماری (ڈائلاسس)

اگر آپ سے مانگ لیا جائے تو خود کو الگ الگ کیسے کریں

اگر آپ کو کورونا وائرس ملنے کا موقع موجود ہے تو ، آپ کو دوسرے لوگوں (خود سے الگ تھلگ) سے دور رہنے کا کہا جاسکتا ہے۔

اس کا مطلب ہے آپ کو؛

- گھر میں رہنا
- کام ، اسکول یا عوامی مقامات پر نہ جائیں
- پبلک ٹرانسپورٹ یا ٹیکسیوں کا استعمال نہ کریں
- دوستوں ، کنبہ کے ممبروں یا ترسیل کی خدمات کو اپنے لئے کام کرنے کو کہیں
- اپنے گھر آنے والے زائرین سے بچنے کی کوشش کریں - دوستوں ، کنبہ یا ڈلیوری ڈرائیوروں کے لئے
کھانا چھوڑنا ٹھیک ہے

آپ کو انفیکشن کے ممکنہ پھیلاؤ کو کم کرنے میں مدد کے ل 14 دن تک یہ کام کرنے کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

اگر کسی گھر میں رہنے والے کسی کو خود سے الگ تھلگ رہنے کے لئے کہا گیا ہے تو ، پورے گھر کو 14 دن کے لئے خود سے الگ تھلگ رہنا ہوگا۔

کورونا وائرس کے لئے جانچ

این ایچ ایس 111 میں آن لائن کورونا وائرس کی خدمت ہے جو آپ کو بتا سکتی ہے کہ کیا آپ کو طبی مدد کی ضرورت ہے اور آپ کو کیا کرنا ہے اس کے بارے میں مشورہ دے سکتے ہیں۔

اس سروس کو استعمال کریں اگر؛

- آپ کو لگتا ہے کہ آپ کے پاس کورونا وائرس ہے
- آپ حال ہی میں کسی ایسے ملک یا علاقے میں تشریف لائے ہیں جس میں کورونا وائرس کا خطرہ
- کورونا وائرس کے مشورے کے بارے میں دیکھیں۔ Visit زیادہ ہے ، مزید معلومات کے ل
- آپ کورونا وائرس والے کسی سے قریبی رابطے میں رہے ہیں

مریضوں کو جو یہ محسوس کرتے ہیں کہ انہیں کورونا وائرس ہوسکتا ہے یا جو جس کے کسی سے رابطہ ہوسکتا ہے ، این ایچ ایس 111 نے کورونا وائرس کے صفحات بنائے ہیں تاکہ مریض کو مطلع کیا جائے کہ مذکورہ بالا کی بنیاد پر کیا کرنا ہے۔

پر کی جا سکتی ہے۔ <https://111.nhs.uk/service/covid-19> ان تک رسائی

حوالہ جات

- خود کو الگ تھلگ - کورونا وائرس - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-advice/>
- کورونا وائرس سروس 111 NHS N مدد اور مشورے کے ل - <https://111.nhs.uk/covid-19>
- کورونا وائرس اور یو کے میں صورتحال - <https://111.nhs.uk/covid-19>
- این ایچ ایس کورونا وائرس جائزہ - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>
- عمومی سوالات اور جوابات - <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/common-questions/>