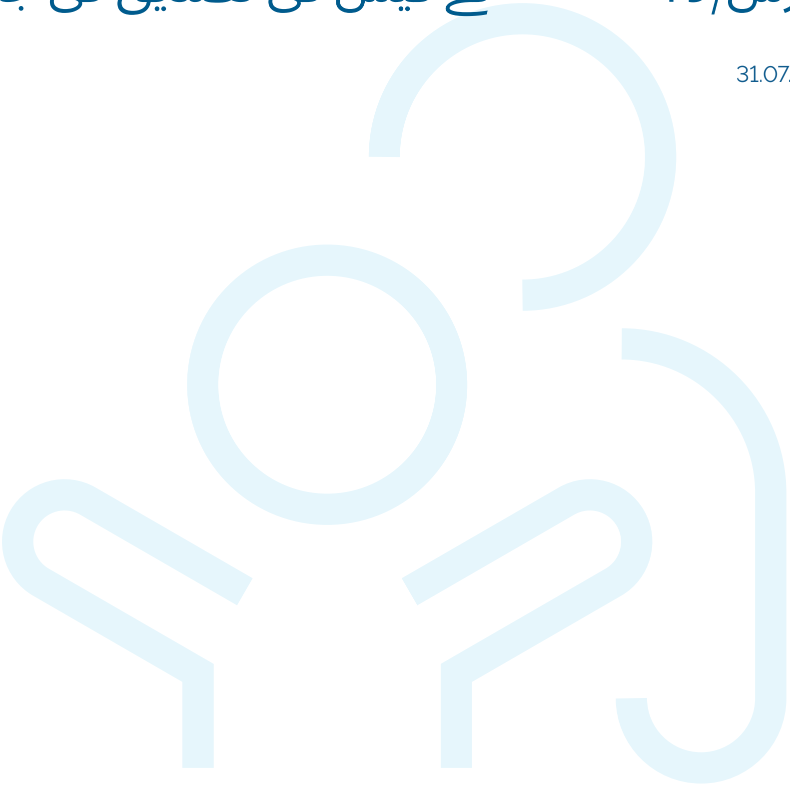
corona | covid-19

DANISH HEALTH AUTHORITY

والدین کے لیے ہدایات

اگر بچوں اور نوجوان افراد کے نگہداشت اطفال کے اداروں، اسکولوں، اور دیگر اداروں میں ناول کرونا وائرس/COVID-19 کے کیس کی تصدیق کی جاتی ہے

31.07.2020



اگر میرے بچے کے نگہداشت اطفال کے ادارے/اسکول وغیرہ میں ناول کرونا وائرس/COVID-19 کے کسی کیس کی تصدیق ہو جاتی ہے تو کیا ہوتا ہے؟

اگر کسی بچے کا ناول کرونا وائرس/COVID-19 کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے، تو ڈینش محکمۂ صحت (Danish Health Authority) تجویز دیتا ہے کہ بچے کے والدین بچے کے نگہداشت اطفال کے ادارے/اسکول وغیرہ کو مطلع کریں۔

اگر آپ کے نگہداشت اطفال کے ادارے/اسکول وغیرہ کو مطلع کر دیا گیا ہے کہ بچہ ناول کرونا وائرس سے متاثرہ ہے، تو یہ تجویز دی جاتی ہے کہ انتظامیہ متاثرہ بچے کی شناخت کے متعلق معلومات فراہم کیے بغیر – نوٹس پوسٹ کرنے، ای میل کرنے کے ذریعے، والدین کے پورٹل یا اسی طرح کے کسی انٹرانیٹ پر عملے کے تمام افراد اور تمام والدین کو مطلع کرے۔

یہ بھی تجویز دی جاتی ہے کہ انتظامیہ دیگر ایسے بچوں/نوجوان افراد/عملے کے اراکین کی تلاش میں مدد کرے جو کہ متاثرہ شخص سے قریبی رابطے میں رہنے کے طور پر جانے جاتے ہیں۔

اگر نگہداشت اطفال کے ادارے/اسکول کی انتظامیہ کو پتا چلتا ہے کہ آپ کے بچے کا متاثرہ شخص کے ساتھ قریبی تعلق رہا ہے، تو وہ براہ راست آپ سے رابطہ کرے گی۔ آپ Coronaopsporing (کرونا ٹریکنگ)، ڈینش تحفظ مریضاں کے حکام (Danish Patient Safety Authority) کی جانب سے بھی کال موصول کر سکتے ہیں جو رابطوں کو تلاش کرنے میں مدد کرتی ہے۔

محض ان بچوں کے والدین سے براہ راست رابطہ کیا جاتا ہے جو کہ کسی متاثرہ شخص سے قریبی رابطے میں سمجھے جاتے ہیں۔

قریبی رابطوں سے مراد ایسا شخص جس کے ساتھ ایک مخصوص مدت کے لیے آپ قریبی رابطے میں رہے ہیں۔ بچوں کے قریبی رابطوں میں اداروں، اسکولوں اور تفریحی کلبس کے دیگر بچے یا بالغ افراد شامل ہوتے ہیں جن کا بچے کے ساتھ براہ راست طبعی تعلق رہا ہوتا ہے، یا وہ 15 منٹوں سے زائد ایک دوسرے کے ساتھ ایک میٹر سے کم فاصلے میں کھیل رہے ہوتے ہیں۔

اگر آپ کا بچہ کسی متاثرہ شخص سے قریبی رابطے میں ہو تو آپ کو کیا کرنا چاہیئے؟

اصولی طور پر، بچوں کو بھی بالغان کی طرح یکساں ہدایات پر عمل کروانا چاہیئے یعنی کہ بچے کو گھر پر رکھنا چاہیئے اور ٹیسٹ کروانا چاہیئے۔ البتہ، 12 سال سے کم عمر بچے کے لیے آپ ٹیسٹ نہ کروانے کا انتخاب کر سکتے ہیں کیونکہ انہیں اس طریقہ کار سے بے چینی محسوس ہو سکتی ہے۔

اگر آپ کسی ایسے شخص کے ساتھ قریبی رابطے میں ہیں جس کا ناول کرونا وائرس کا ٹیسٹ مثبت آیا ہے تو کیا کرنا چاہیئے،
اس ضمن میں ہماری ہدایات کا مطالعہ کریں۔

اگر میرے بچے میں COVID-19 کی علامات ظاہر ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیئے؟

بچوں کو عموماً بالغان کی طرح یکساں ہدایات پر عمل کروانا چاہیئے۔ اپنے بچے کو گھر پر رکھیں اور جائزے کے لیے اور ممکنہ طور پر ٹیسٹ کروانے کی خاطر رجوع کرنے کے لیے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

COVID-19 کی علامات کا شکار ہونے کی صورت میں کیا کیا جائے کے متعلق ہماری ہدایات کا مطالعہ کریں۔

اگر میرے بچے کا ٹیسٹ مثبت آ جاتا ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیئے؟

بچوں کو عموماً بالغان کی طرح یکساں ہدایات پر عمل کروانا چاہیئے۔ اگر ناول کرونا وائرس کے لیے آپ کے بچے کا ٹیسٹ مثبت آ جاتا ہے، تو Coronaopsporing (کرونا ٹریکنگ)، ڈینش تحفظ مریضاں کے حکامس (Danish Patient Safety Authority) کی جانب سے آپ سے رابطہ کیا جائے گا۔ وہ آپ کے بچے کے قریبی رابطے میں رہنے والے افراد کو تلاش کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ آپ خود بھی Coronaopsporing (ٹریکنگ) سے 11 05 32 32 پر ٹیلیفون پر رابطہ کر سکتے ہیں۔

ہم تجویز دیتے ہیں کہ آپ اپنے بچے کے نگہداشت اطفال کے ادارے/اسکول کو مطلع کریں تاکہ دوسرے ایسے بچوں کے والدین جنہوں نے ممکنہ طور پر انفیکشن کا سامنا کیا ہے انہیں مطلع کیا جا سکے، اور تاکہ دوسرے بچوں کا ٹیسٹ کیا جا سکے۔

اگر آپ کا ناول کرونا وائرس کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے تو کیا کرنا چاہیے کے متعلق ہماری ہدایات کا مطالعہ کریں۔

اگر اپنے بچے کی بیماری کے حوالے سے آپ کے کوئی سوالات ہیں، تو براہ کرم **اپنے ڈاکٹر کو کال کریں۔**

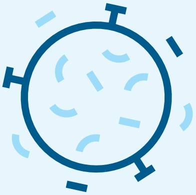
اگر تلاش کرنے والوں سے رابطہ کرنے یا ٹیسٹ کروانے کے حوالے سے آپ کے کوئی سوالات ہیں، تو براہ کرم **Coronaopsporing** (کرونا ٹریکنگ) کو **3232 0511** ٹیلیفون نمبر پر کال کریں۔

اگر آپ کے کوئی دیگر سوالات ہیں، تو آپ **7020 0233.** ٹیلیفون نمبر پر **حکومتِ ڈنمارک کی ہاٹ لائن** **(Danish government's hotline)** کو کال کر سکتے ہیں۔

ناول کرونا وائرس/COVID-19 کے متعلق اہم معلومات

COVID-19 ایک ایسی بیماری کا نام ہے جو ناول کرونا وائرس کے باعث پھیلتی ہے۔

انفیکشن

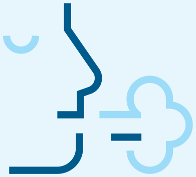


انفیکشن کے پھیلاؤ کی روک تھام کے لیے، یہ جاننا ضروری ہے کہ ناول کرونا وائرس کس طرح سے منتقل ہوتا ہے۔

بذریعہ رابطہ منتقلی: انفیکشن کے شکار کسی فرد کی جانب سے استعمال کی گئی سطحوں یا اشیاء کو چھونے، اور پھر اپنی ناک، آنکھوں یا منہ کو چھونے کے ذریعے منتقلی۔ رابطے کے ذریعے منتقلی کے خطرے کو ہاتھوں کے لیے بہتر حفظان صحت اختیار کر کے اور اچھی طرح سے صفائی کو یقینی بنا کر کم کیا جا سکتا ہے۔

قطروں کے ذریعے منتقلی: انفیکشن کے شکار کسی شخص کے کھانسنے، چھینکنے وغیرہ کے ساتھ سانس کی نالی سے خارج ہونے والے چھوٹے چھوٹے قطروں کے ذریعے ایک شخص سے دوسرے شخص تک منتقلی۔ یہ قطرے زمین پر ایک سے دو میٹر تک کے فاصلے پر گر جاتے ہیں، لہٰذا قطرے کے ذریعے منتقلی کا خطرہ سماجی فاصلے کے ذریعے کم ہو جاتا ہے۔

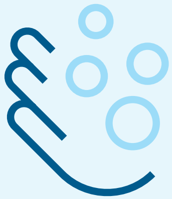
علامات



COVID-19 کی عام علامات:

خشک کھانسی
تیز درجہ حرارت
سانس کی تکالیف
گلے میں خراش
سر درد
پٹھوں میں درد

انفیکشن کے پھیلاؤ کو کس طرح سے روکا جائے



ترجیح کے لحاظ سے وہ اہم ترین کام جو انجام دیے جانے چاہئیں:

1. ایسے افراد کو علیحدہ کر دینا جن میں علامات ظاہر ہو رہی ہوں اور ان کے قریبی روابط کا پتہ لگانا
2. کھانسنے کے آداب (تنفسی حفظان صحت)، ہاتھ اور رابطے کے مقامات سے متعلقہ حفظان صحت پر خاص توجہ دیتے ہوئے بہتر حفظان صحت اختیار کرنا
3. فاصلے، تسلسل، دورانیے اور رکاوٹوں پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے سماجی فاصلہ اختیار کرنا

اگر آپ ان تجاویز میں سے کسی ایک پر بھی عمل کرنے سے قاصر ہیں، تو اس امر کو یقینی بنائیں کہ آپ دیگر تجاویز پر عمل کریں۔