Pakistan Coronavirus
CivActs Campaign

بلیٹن نمبر ۲۱
۲۶. فروری ۲۰۲۱

کورونا وائرس جیسی عالمی وباء جعلی خبروں، غلط معلومات اور افواہوں کے باعث معاشرے میں تنازعات کا باعث بن سکتی ہے۔ پاکستان میں حالیہ سالوں میں سیلابوں، زلزلوں اور ڈینگی کے پھیلاؤ کے دوران بھی ان عوامل کا مشاہدہ کیا گیا۔ کووِڈ۔19 کے دوران بھی صورتِ حال کچھ مختلف نہیں رہی جب جعلی خبروں، افواہوں اور حقائق کو توڑ مروڑ کر پیش کرنے سے نہ صرف اس آفت سے نمٹنے والے رضا کار اور عملہ متاثر ہوا بلکہ ایسی خبروں اور افواہوں کی موجودگی میں عوام بھی اپنا حقیقی کردار ادا کرنے سے قاصر رہی۔

درجِ بالا عوامل کو مدِ نظر رکھتے ہوئے اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان نے یورپین یونین کے مالی تعاون اور ایشیا فاؤنڈیشن پاکستان کی تکنیکی معاونت سے کورونا وائرس سِوک ایکٹس کیمپین(Coronavirus CivicActs Campaign) کے نام سے ایک مہم شروع کی۔ اس مہم کے ذریعے حقائق کی جانچ پڑتال کرکے درست اعدادو شمارمرتب کرکے اور ورچوئل فورمزکے انعقاد سے ہر ہفتے معلوماتی بُلیٹنز تیار کیے جاتے ہیں۔اہم حکومتی فیصلوں، تصویری مواد، عوامی ردِ عمل، افواہوں کو مسترد کرکے مستند معلومات، بعض حلقوں کی منطقی تشویش اور صحت اور دیگر متعلقہ شعبوں سے اٹھنے والے سوالات کو ان بُلیٹنز کا حصہ بنایا جاتا ہے۔ ان بُلیٹنز کا مقصد ملک کے کمزور ترین طبقات خصوصاً خیبر پختونخواہ اور سندھ کے پسماندہ طبقات تک درست معلومات پہنچانا ہے (ان میں نسلی و مذہبی اقلیتیں، بیرونِ ملک سے واپس آنے والے تارکینِ وطن، متاثرینِ سمگلنگ، قیدی، خواتین، داخلی طور پر بے گھر افراد، ٹرانس جینڈرز، معذور افراد، متاثرینِ جبراور دیگر پسماندہ طبقات شامل ہیں)۔ ان بُلیٹنز کو اردو اور سندھی میں ترجمہ کرکے پیش کیا جاتا ہے جبکہ پشتو زبان میں آڈیو بُلیٹنز پیش کیے جاتے ہیں۔ یہ بُلیٹنز متعلقین، مقامی حکومتی نمائندوں، ذرائع ابلاغ، قانونی امدادکے اداروں، مقامی ریڈیو اسٹیشنوں، تعلیمی اداروں، خدماتِ عامہ کے اداروں اور دیگر انسان دوست اداروں کو آن لائن اور آف لائن دونوں ذرائع سے بھیجے جاتے ہیں۔

پاکستان میں کورونا وائرس کی موجودہ صورتحال

تصدیق شدہ کیس	ایکٹیو کیس	کل اموت	کل ریکوریز
577,482	22,285	12,804	542,393

صوبے	ایکٹِو کیسز	تصدیق شدہ کیسز	اموات	ریکوریز
سندھ	12,103	257,408	4,322	240,983
پنجاب	5,604	170,222	5,323	159,295
کے پی کے	2,031	71,728	2,065	67,632
اسلام آباد	1,771	44,032	496	41,765
کشمیر	661	10,101	296	9,144
بلوچستان	101	19,035	200	18,734
گلگت بلتستان	14	4,956	102	4,840

ذرائع: http://covid.gov.pk/stats/pakistan

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

اس اشاعتی مواد کو یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

حقیقت	افواہ

کورونا وائرس کے دوران مقامی، قومی اور بین الاقوامی سطح پر اس عالمی آفت کے بارے میں غلط معلومات اور مفروضے گردش کرتے رہے ہیں۔

افواہ

کووِڈ -19 کی ویکسین کے ایسےمنفی اثرات ہیں جن کا علاج نہیں ۔

ہر بیماری کے لیے بننے والی ویکسین کے کچھ منفی اثرات ہوتے ہیں اور یہی صورتحال کورونا وائرس کی ویکیسن کے لیے بھی درست ہے۔ فائزر کمپنی کی 40 ہزار افراد کو لگنے والی ویکسین کی تحقیق کے دوران پتہ چلا کہ تین میں سے ایک فرد کو معمولی منفی اثرات کا سامنا کرنا پڑا۔ کسی کو بھی سنجیدہ نوعیت کے مسائل درپیش نہیں ہوئے اور جو معمولی مسائل ہوئے بھی وہ بہت کم دورانیے تک محسوس کیے گئے۔ جو منفی علامتیں سب سے زیادہ محسوس کی گئیں ان میں انجکشن کی جگہ پر سوجن، معمولی بخار، کپکپاہٹ، سر درد، تھکاوٹ کا احساس اور کندھوں میں درد شامل ہیں۔

حقیقت

ایک نئی تحقیق کےمطابق بچوں کا فطری مدافعتی نظام انہیں کووِڈ-19 کے شدید خطرےسے بچانے میں مدد دیتا ہے۔

میلبورن کے مردوچ چلڈرن ریسرچ انسٹیٹیوٹ کی ایک تازہ تحقیق کے مطابق چھوٹے بچوں کو رونا وائرس کا اثر ہونے کے امکانات کم ہوتے ہیں اور اُن میں سے بھی ایک تہائی بغیر کسی علامت کے ہوتے ہیں ۔ یہ تحقیق پہلے کی ریسرچز کے مقابلے کافی مختلف ہے کیوں کہ پہلے کی ریسرچز کے مطابق سانس سے جڑے امراض میں بچوں کے جلد مبتلاء ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔ نئی ریسرچ کے مطابق بچے کا فطری مدافعتی نظام ، کسی بھی بیماری کے خلاف ہماری صفِ اول کا دفاع، بالغوں کے مقابلے میں زیادہ بہتر کام کرتا ہے اور کووِڈ -19 کے حملے کو ناکام بناتا ہے۔ ریسرچرزکو اپنی تحقیق کے دوران جس میں یہ پتہ چلانے کی کوشش کی گئی کہ بچوں میں بالغوں کے مقابلے میں کووِڈ-19 کے کیسز کیوں کم ہیں ، معلوم ہوا کہ بچوں کا فطری دفاعی نظام زیادہ طاقتور ہے۔

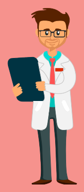
ریعہ ۔ وفاقی وزارتِ ہیلتھ سروسز، واشنگٹن پوسٹ، دی سڈنی مارننگ ہیرالڈ، الجزیرہ

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔



سندھ میں 30 ہزار طبی اہلکاروں کو کووِڈ-19 کی ویکسین لگا دی گئی۔

حکومتِ سندھ نے **3 فروری** سے اب تک صوبے بھر میں **30 ہزار سے زائد** طبی اہلکاروں کو ویکسین لگا دی ہے۔ حکام نے صوبے میں پہلے سے طےشدہ تعداد **ایک لاکھ 75 ہزار افراد** کے بجائے اب طبی شعبے سے منسلک **3 لاکھ افراد کو ویکسین لگانے** کا فیصلہ کیا ہے ۔ محکمہ صحت سندھ کے ایک اہلکار کے مطابق "صوبے میں قائم 12مراکز میں ویکسین لگائی جا رہی ہے" قبل ازیں صوبے میں طبی عملے کی تعداد **ایک لاکھ 75** ہزار بتائی گئی تھی جن میں 54 ہزار صفِ اول کےطبی اہلکار شامل تھے۔ اب صوبے میں طبی شعبے سے منسلک افراد کی تعداد کا اندازہ 3 لاکھ سے زائد افراد پر مشتمل لگایا گیا ہےجنہیں پہلے مرحلے میں ویکسین لگائی جائے گی۔ وفاقی حکومت نے چینی حکومت سے تحفتا ملنے والی **سائنو فارم کی 10 لاکھ ویکیسینز** میں سے 84 ہزار ویکسینز سندھ حکومت کو دی تھیں ۔ ہر فرد کو اکیس دن کے وقفے سے 2 دفعہ ویکسین لگائی جائے گی ۔ (ذریعہ ۔ روزنامہ ڈان)

اگر آپ یا آپ کا کوئی جاننے والا کورونا وائرس انفیکشن کا شکار ہے تو ایسی صورتحال میں آپ درج ذیل صوبائی سرکاری ہیلپ لائنز پر کال کرسکتے ہیں:

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

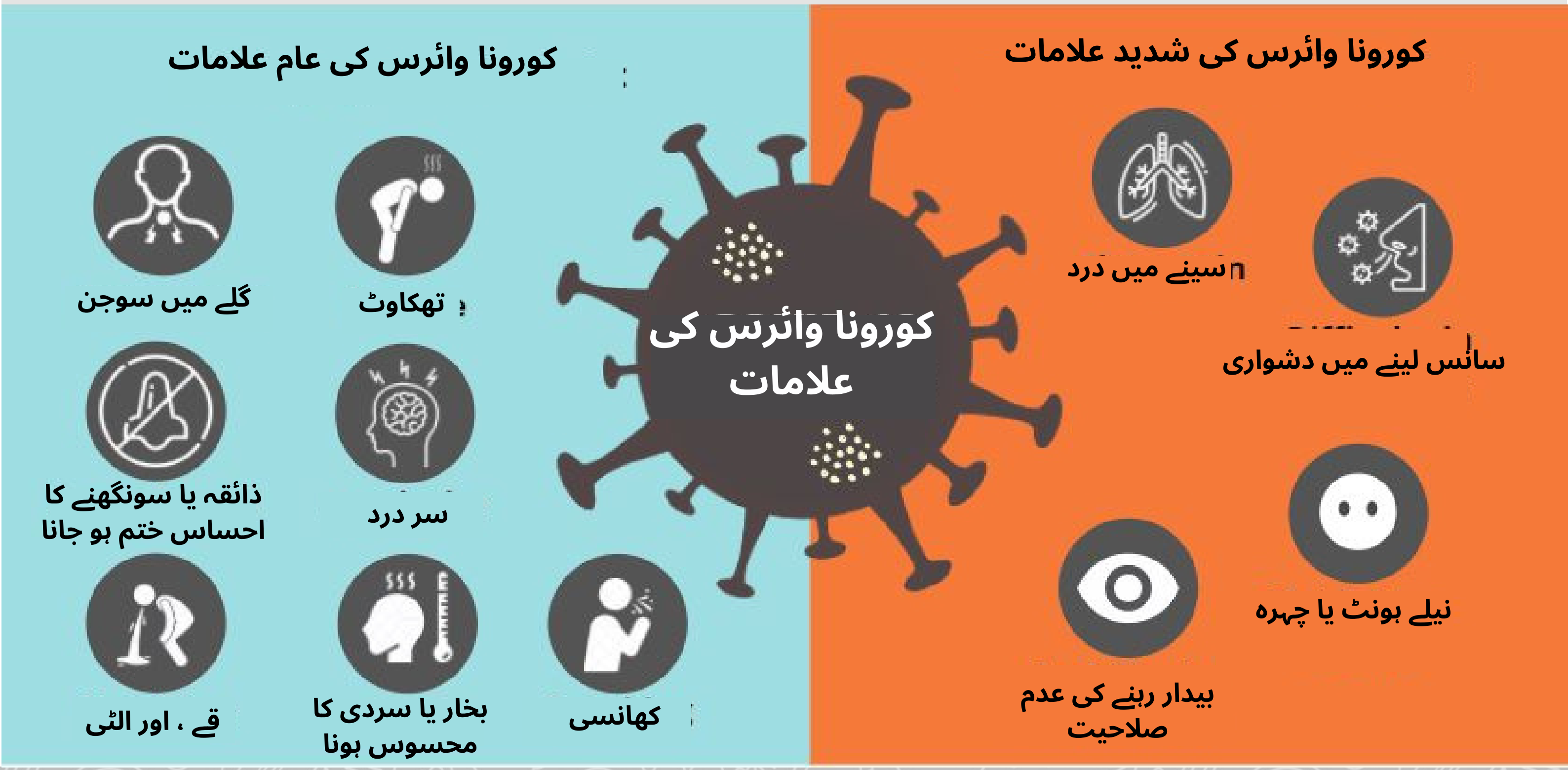
accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

پاکستان کی ویکسین لگانے کی حکمتِ عملی میں معمولی تبدیلیاں

طبی اہلکاروں کو لگنے والی ویکسین کے عمل کو آسان بنانے کے لیے پاکستان نے اپنی ویکسین حکمتِ عملی میں **معمولی تبدیلیاں** کی ہیں۔ قبل ازیں صفِ اول کے طبی اہلکاروں کو رجسٹر ہونے کا کہا گیا تھا جس کے بعد ایک فہرست مرتب کی گئی تھی اور انہیں مخصوص ویکسنیشن مراکز کا بتایا گیا تھا جہاں وہ جاکر ویکسین لگو ا سکتے تھے۔ اب معمولی تبدیلی یہ کی گئی ہے کہ اگر آپ **60 سال سے کم عمر صفِ اول** کے طبی اہلکار ہیں توآپ اپنا 13 ہندسوں کا کمپیوٹرا ئزڈ **شناختی کارڈ نمبر 1166** پر ایس ایم ایس کر کے رجسٹرڈ ہو سکتے ہیں اور اپنے کسی بھی قریبی مرکز میں جاکر ویکسین لگوا سکتے ہیں۔ ویکسین مراکز کی **تازہ ترین فہرست** صوبہ وائز نیشنل کما نڈ اینڈ آپریشن سنٹر این سی او سی کی ویب سائٹ سے حاصل کی جاسکتی ہے۔



کورونا وائرس کی علامات ظاہر ہونے پر اپنے ڈاکٹر یا کورونا وائرس ہیلپ لائن **1166** پر رابطہ کریں۔

1166

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

مارچ میں خیبر پختونخوا کے تمام اضلاع میں کووِڈ ویکسین کے مراکز قائم ہو جائیں گے

خیبر پختونخوا کے محکمہ صحت نے 80 ہزار طبی اہلکاروں کے ساتھ ساتھ **65 سال سے زائد** عمر کے افراد کو ویکسن لگانے کے لیے صوبے بھر کے تمام اضلا ع میں ویکسین کے مراکز قائم کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔ **صوابی**، **چارسدہ**، **بری پور** اور **مالاکنڈ** میں مزید چار مراکز قائم کر دیے گئے ہیں۔ اس ماہ کے آخر تک صوبے کے **تما م 35 اضلاع** میں کم از کم ایک مرکز قائم ہو جائے گا ۔ (ذریعہ- روزنامہ ڈان)

پاکستان دوسرے مرحلے میں 2 مارچ سے 65 سال سے زائد عمر کے افراد کو کورونا وائرس کی ویکسین لگانا شروع کرے گا

پہلے مرحلےمیں طبی اہلکاروں کو ویکسین لگانے کے بعد پاکستان دوسرے مرحلے میں 65 سال سے زائد عمر کے افراد کو ویکسین لگانے کی تیاری کر رہا ہے۔ پاکستان کوکوویکس پروگرام کے تحت آکسفورڈ آسٹرا زیکا کی 28 لاکھ ویکسینز 2 مارچ تک ملنے کی توقع ہے جس کے بعد دوسرے مرحلے کے لیے ویکسین لگانے کا آغاز ہوگا۔ ملک میں عوام الناس کو ویکسین درج ذیل پروگرام کے تحت لگے گی۔

صفِ اول کے رجسٹرڈ طبی اہلکار/ طبی اہلکار ۔ 60 سال سے کم عمر -

وہ کسی بھی ویکسینیشن مرکز میں جاکر ویکسین لگوا سکتے ہیں

60 سال سے کم عمر طبی اہلکار -

ایسے افراد جو صحت کے شعبے سے منسلک ہیں وہ دن کے کسی بھی وقت حکومتِ پاکستان کی کووڈ کے لیے مخصوص ویب سائٹ پر جاکر اپنے آپ کو رجسٹرڈ کرواسکتے ہیں اور 1166 پر اپنا13 ہندسوں پر مشتمل شناختی کارڈ نمبر بغیر کسی وقفے یا ڈیش کے بھیج کر اپنی رجسٹریشن کا سٹیٹس معلوم کر سکتے ہیں۔اپنی رجسٹریشن کے بعد کسی بھی مرکز میں جاکر وہ ویکسین لگوا سکتے ہیں ۔

60 سال سے زائدالعمر بزرگ شہری -

60 سال سے زائد عمر کے بزرگ شہری اپنے موبائل نمبر سے 1166 پر اپنا 13 ہندسوں کا شناختی کارڈ نمبر بغیر کسی وقفے یا ڈیش کے بھیج کریا ھکومت پاکستان کی کووِڈ-19 کی ویب سائٹ پر اپنی رجسٹریشن کروا سکتے ہیں ۔ انھیں ویکسینیشن مرکز اور ممکنہ طور پر مارچ کی کسی تاریخ کے بارے میں آگاہ کر دیا جائے گا۔

ذریعہ: NCOC

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

ایک ہی گھر میں رہتے ہوئے دوسروں میں کووِڈ ویکسین کی منتقلی سے کیسے بچا جائے

عالمی ادارہ صحت نے ایک ہی گھر میں دیگر افراد کو کرونا وائرس کی منتقلی سے بچنے کے لیے درجِ ذیل احتیاطی تدابیر بتائی ہیں۔

1۔ بیمار فرد ایک الگ کمرے میں رہے اگر ایسا ممکن نہ ہو تو اس سے کم ازکم ایک میٹر کا فاصلہ برقرار رکھاجائے

2- بیمار فرد کے کمرے یا مشترکہ استعمال کی جگھوں پر ہوا کا گزر یقینی بنا یا جائے اور اگر ممکن ہو اور محفوظ ہو تو کھڑکیاں کھلی رکھی جائیں

3- بیمار فرد کوشش کرے کہ طبی ماسک پہنے خصو صاً ایسے اوقات میں جب وہ کمرے میں اکیلا نہ ہو یا دوسروں سے ایک میٹڑ کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو۔

4- گھر میں غیر ضروری افراد کا داخلہ ممنوع قرار دیا جائے

5- اگر ممکن ہو تو مریض کی دیکھ بھال کرنے والے افرا د کم سے کم ہوں

6- گھر کے مکین اور مریض کے تیمار دار کوشش کریں کہ طبی مساسک پہن کررکھیں اور کوشش کریں کہ اپنے چہرے یا ماسک کو نہ چھوئیں ، کمرے سے نکلنے بعد ماسک ضائع کر دیں اور اپنے ہاتھ اچھی طرح دھوئیں

7-بیمار فرد کے لیے کھانے کے برتن ٹرے، کپ وغیرہ ، تولیہ اور بستر کی چادریں الگ ہونی چاہییں ۔ تما م چیزیں صابن اور پانی سے دھونی چاہییں اور دیگر افراد کو انہیں استعمال نہیں کرنا چاہیے

8-ایسی جگھیں جہاں بیمار فرد کا زیادہ آنا جانا ہو انہیں دن میں کم ازکم ایک دفعہ دھونا چاہیے اور جراثیم کش سپرے کرنا چاہیے

9- گھر کے ہر فرد کو اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے دھوتے رہنا چاہیے خصوصاً

- چھینک یا کھانسی کے بعد
- کھانا بنانے سے پہلے، دوران اور بعد میں
- کھانا کھانے سے پہلے اور بعد میں
- واش روم استعمال کرنے کے بعد
- بیمار فرد کی تیمار داری کے بعد
- جب ہاتھ گندے نظر آرہے ہوں

10۔ کھانستے یا چھینکتے وقت منہ کو مڑی ہوئی کہنی یا ٹشو پیپر سے ڈھانپیں اور ٹشو کو فورا ً ضائع کردیں

11۔ بیمار فرد کے کمرے کا کوڑا کرکٹ ضائع کرنے سے پہلے اچھی طرح شاپنگ بیگ میں باندھیں

کووِڈ -19 کی علامتوں کے حامل فرد جن کا گھر پر خیال رکھا جا رہا ہے کو چاہیے کہ وہ کوشش کریں کہ تنہائی میں رہیں جب تک ان کا وائرس منتقل ہونے کے قابل نہ رہے۔

1۔ کووِڈ -19 کے حامل افراد کو چاہیے کہ وہ کورونا وائرس کی علامات محسوس ہونے کے دن سے لے کرکم ازکم دس دن اور علامات جن میں بخار کااور سانس کے مسائل کا خاتمہ شامل ہیں ، کے بعد بھی 3 دن تک تنہائِی میں رہیں

2۔ ایسے افراد جن کا کورونا وائرس کا ٹیسٹ مثبت آیا ہو لیکن انہیں کوئی علامت محسوس نہ کو چاہیے کہ وہ 10 دن تک تنہائی میں رہیں

ذریعہ: WHO

یورپیئن یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپیئن یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔

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 ، کوئٹہ
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

واٹس ایپ کے ذریعے ہماری باقاعدہ اپڈیٹس حاصل کرنے کیلئے

ہمارا نمبر **+27 60 080 6146** رابطے کے طور پر شامل کریں

یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے

accountabilitylab PAKISTAN

The Asia Foundation

اس اشاعتی مواد کو یورپئین یونئین کے مالی تعاون سے ممکن بنایا گیا ہے۔ تاہم، اس کے مندرجات کی ذمہ داری مکمل طور پر اکاؤنٹیبلٹی لیب پاکستان کے سر ہے، اور ضروری نہیں کہ یورپئین یونئین اس میں پیش کئے گئے خیالات سے متفق ہو۔