Urdu (اردو)

کورونا وائرس (کووِڈ-19): کووِڈ-19 کے بارے میں کیا جاننا ہے

کوئنس لینڈ والوں کے لیے معلومات

کووڈ-19 کیا ہے؟

کووڈ-19 ایک متعدی بیماری ہے جو کورونا وائرس کے سبب لاحق ہوتی ہے۔ کووڈ-19 سے متاثر ہونے والے بیشتر لوگ صرف ہلکی بیماری میں مبتلا ہوں گے اور کسی خصوصی علاج کے بغیر شفایاب ہو جائیں گے۔ کوئی شخص کتنا بیمار ہوتا ہے اس کا انحصار اس شخص کو لاحق ہونے والی کووڈ-19 کی نوعیت پر ہوتا ہے۔

<u>کووڈ-19 کیسے پھیلتا ہے؟</u>

جب کوئی متاثرہ شخص کھانستا، چھینکتا، بولتا یا گہری سانس لیتا ہے تو کووڈ-19 چھوٹے مائع ذرات کی شکل میں لوگوں کے درمیان پھیل سکتا ہے۔

اگر کسی ایسے شخص کے قریب جائیں جو کووڈ-19 سے متاثر ہے تو آپ سانس لے کر اس وائرس سے متاثر ہو سکتے ہیں، یا ان کی چھوئی ہوئی چیز کو چھو نے کے بعد اپنی آنکھوں، ناک یا منہ کو چھو نے سے متاثر ہوسکتے ہیں۔

آپ کووڈ-19 کے پھیلنے کے طریقے اور اپنے آپ کو اس سے بچانے کے طریقوں کے بارے میں مزید معلومات یہاں حاصل کر سکتے ہیں:
www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/protect-yourself-others/coronavirus-prevention

<u>کووڈ-19 کی "ویریئنٹ" کیا ہے؟</u>

جب کووڈ-19 پھیلتا ہے تو یہ فلو کی مانند تبدیل ہوسکتا ہے۔ کسی بھی وائرس کے حوالے سے یہ معمول کی بات ہے۔ ان تبدیلیوں کو "میوٹیشنز" کہا جاتا ہے۔ اس میوٹیشن کو اصل وائرس کی "ویریئنٹ" کہا جاتا ہے۔ کووڈ-19 کی مختلف ویریئنٹس ہیں، جن میں ڈیلٹا (*ہندوستان سے*)، الفا (*برطانیہ سے*)، بیٹا (*جنوبی افریقہ سے*)، گاما (*برازیل سے*)، اور بہت سے دیگر شامل ہیں۔ مختلف ویریئنٹس دوسروں کے مقابلے میں زیادہ آسانی سے پھیل سکتی ہیں، لیکن یہ بھی وہی کووڈ-19 وائرس ہے۔

ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن کی طرف سے کووڈ-19 کی مختلف ویریئنٹس کے بارے میں مزید معلومات یہاں دستیاب ہیں:
www.who.int/en/activities/tracking-SARS-CoV-2-variants/.

بیشتر لوگ خطرے میں ہیں

ہر عمر یا صحت کے لوگ کووڈ-19 سے متاثر ہو سکتے ہیں۔ تاہم، متاثر ہونے پر کچھ لوگوں کے واقعی بیمار پڑنے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ اس میں یہ لوگ شامل ہیں:

- عمر رسیدہ لوگ۔
- کینسر، پھیپھڑوں کے مسائل، ذیابیطس، یا ہائی بلڈ پریشر جیسی موجودہ بیماریوں میں مبتلا لوگ۔
- اجتماعی سکونت کے گھروں میں رہنے والے لوگ۔
- حراستی مراکز میں موجود لوگ۔

ہمیں ان لوگوں کو محفوظ رکھنے کے لیے اضافی اقدامات کرنے چاہئیں۔ اگر آپ کو کووڈ- 19 کی کوئی علامت لاحق ہے، تو ان کے پاس نہ جانا بھی ان اقدامات میں شامل ہے۔

Queensland Government

کووڈ-19 کی علامات

کووڈ-19 کی علامات میں درج ذیل شامل ہیں:

- بخار
- کھانسی
- گلے کی سوزش
- سانس کی تنگی
- سر درد
- ناک بہنا یا بند ہونا
- تھکاوٹ
- اسہال، الٹی یا متلی
- ذائقہ یا بو کی حس کا فقدان
- اعصاب یا جوڑوں کا درد، اور
- بھوک کی کمی

لوگ کووڈ-19 کی مختلف علامات محسوس کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کووڈ-19 کی زیادہ شدید علامات لاحق ہوں تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو صحتیاب ہونے میں زیادہ وقت لگے گا۔ مثال کے طور پر، جن لوگوں کو وائرس کی انتہائی شدید علامات ہیں، انہیں صحت یاب ہونے میں متعدد ہفتے یا مہینے لگ سکتے ہیں۔ ہلکی علامات والے لوگ ایک سے دو ہفتوں میں شفایاب ہو سکتے ہیں۔

اگر آپ کو کووڈ-19 کی کوئی علامت ہو تو آپ کو جلد از جلد جانچ کروانا چاہیے۔ آپ یہاں پر اپنے قریب ترین کووڈ-19 کی جانچ کے مرکز کا پتہ لگا سکتے ہیں: www.qld.gov.au/health/conditions/health-alerts/coronavirus-covid-19/stay-informed/testing-and-fever-clinics.

دستیاب امداد

اگر آپ کو کووڈ-19 کی صورتحال سے نمٹنا مشکل لگ رہا ہے، تو 020 079 1300 پر ملٹی کلچرل کنیکٹ کو فون کریں۔ اگر آپ کو زبان کی مدد درکار ہو، تو مترجم فراہم کرنے کی درخواست کریں۔

کووِڈ-19 کی عوامی صحت کی ہدایات کے بارے میں کسی بھی سوال کے لیے، کوئنس لینڈ ہیلتھ کو 134 کووِڈ (**13 42 68**) پر کال کریں۔ وہ آپ کو بتلائیں گے کہ کیا کرنا ہے۔ اگر آپ کو مترجم کی ضرورت ہو، تو کال کرتے وقت اس کے لیے درخواست کریں۔ یہ مفت ہے۔