

صفءه 1

COVID-19

روك تهام اور كنٲرول

ڈاكٲر منگ وائى كٲ

هانگ كانگ سٲى يونيورسٲى ميں صحت عامه اور وبائى امراض ميں اسسٲنٲ پروفيسر اور پى اىچ ڈى ٲيوٲر؛
هانگ كانگ كى سٲى يونيورسٲى ميں ايم ايس سى پبلڪ هيلٲھ اينڈ ايبیٲيمولوجى پوسٲ گريجوٲٲ پروگرام كے پروگرام
ليڈر هين -

5 مارچ 2022

اعداد و شمار ذرائع

- ہانگ کانگ SAR حکومت کی بیماری سے متعلق معلومات
- مختلف یونیورسٹیوں کی بیماری سے متعلق معلومات
- COVID-19 کی روک تھام ہیڈ بک
- تازہ ترین طبی لٹریچر

یہ مواد صرف موجودہ محدود معلومات کی بنیاد پر ترتیب دیا گیا ہے۔ براہ کرم ہر روز تازہ ترین پیشرفت پر توجہ دیں۔

سانس كے انفكشن سے وابسته وائرس كيا هين؟

سانس كے انفكشن سے وابسته وائرس ان وائرسوں كا حواله ديتے هين جو سانس كى نالى كو حمله كے دروازے كے طور پر استعمال كرتے هين، سانس كى نالى كے اپكلا خليوں ميں پهايتے هين، جس سے سانس كى نالى كے مقامى انفكشن يا سانس كى نالى كے علاوه تشوز اور اعضاء كے زخم هوتے هين۔

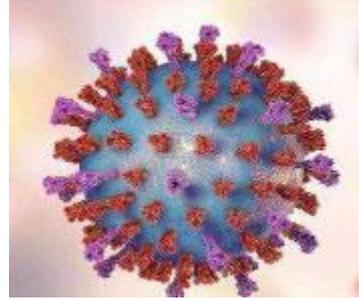
سانس کے انفیکشن سے وابستہ عام وائرس کیا ہیں؟

بنیادی طور پر شامل ہیں: Orthomyxoviridae خاندان کا انفلونزا وائرس، Paramyxoviridae خاندان کا parainfluenza وائرس، respiratory syncytial وائرس، خسرہ وائرس، ممپس وائرس، Hendra وائرس، Nipah وائرس اور انسانی میٹاپنیووائرس، Togaviridae خاندان کا روبیلا وائرس، Rhinoviridae خاندان کا چھوٹا وائرس۔ ، Coronaviridae خاندان کا سارس کورونا وائرس وغیرہ۔ مزید یہ کہ ایڈینو وائرس، ریووائرس، کوکس سیکی وائرس اور ای سی ایچ او وائرس، ہرپس وائرس وغیرہ بھی سانس کے انفیکشن کا سبب بن سکتے ہیں۔

● کورونا وائرس غیر منقطع شدہ واحد پھنسے ہوئے مثبت پھنسے ہوئے RNA وائرس ہیں، جن کا تعلق Nidovirales کے Coronaviridae کے ذیلی خاندان Orthocoronavirinae سے ہے۔ کورونری کی سیرو ٹائپ اور جینومک خصوصیات کے مطابق، وائرس کے ذیلی خاندان کو چار نسلوں میں تقسیم کیا گیا ہے: الفا (α)، بیٹا (β)، گاما (γ)، اور ڈیلٹا (δ)۔

● 6- کورونیا وائرس ہیں جن کے بارے میں جانا جاتا ہے کہ وہ انسانوں کو متاثر کرتے ہیں، جن میں α جینس کے E229 اور NL63، اور β جینس کے OC43 اور HKU1، مڈل ایسٹ ریسپیریٹری سنڈروم سے متعلق کورونا وائرس (MERSr-CoV) اور شدید ایکویٹ ریسپیریٹری سنڈروم سے متعلق کورونا وائرس (SARSr-CoV)۔

● ووبان میں غیر واضح نمونیا کے مریضوں کے نچلے سانس کی نالی سے الگ تھلگ ہونے والا کورونا وائرس اس بار ایک نیا کورونا وائرس ہے۔



● اس کا نام وائرل لفافے پر موجود پروٹینز کی وجہ سے رکھا گیا ہے، جن کی شکل کرولا کی طرح ہوتی ہے۔

WHO – SARS-CoV-2 Variants of Concern (VOC)

Table 2: Summary of phenotypic impacts* of variants of concern

WHO label	Alpha	Beta	Gamma	Delta	Omicron
Transmissibility	Increased transmissibility ¹²	Increased transmissibility ^{13,14}	Increased transmissibility ^{14,15}	Increased transmissibility ^{14,16,17}	Increased transmissibility. ¹⁻⁴
Disease severity	Possible increased risk of hospitalization ^{18,19} , possible increased risk of severe disease and death ^{20,21}	Possible increased risk of hospitalization ¹⁹ , possible increased in-hospital mortality ²²	Possible increased risk of hospitalization ¹⁹ , possible increased risk of severe disease ²³	Possible increased risk of hospitalization ^{24,25}	Possible reduced risk of hospitalization and severe disease ⁵⁻⁸
Risk of reinfection	Neutralizing activity retained ²⁶ , risk of reinfection remains similar ²⁷	Reduction in neutralizing activity reported; T cell response elicited by D614G virus remains effective ²⁸	Moderate reduction in neutralizing activity reported ²⁹	Reduction in neutralizing activity reported ³⁰⁻³²	Increased risk of reinfection ^{11,33}
Impacts on diagnostics	Limited impact – S gene target failure (SGTF), no impact on overall result from multiple target RT-PCR; No impact on Ag RDTs observed ³⁴	No impact on RT-PCR or Ag RDTs observed ³²	None reported to date	No impact on RT-PCR or Ag RDTs observed ³⁵	PCR continues to detect Omicron. Impact on Ag-RDTs is under investigation: Results are mixed as to whether or not there may be decreased sensitivity to detect Omicron. ^{1,8,36-38}

*Generalized findings as compared to previously/co-circulating variants. Based on emerging evidence, including non-peer-reviewed preprint articles and reports, all subject to ongoing investigation and revision.

صفحہ 7

ترسیل کا ممکنہ راستہ

- قطروں سے ترسیل
- رابطہ ترسیل

● بعض ماحول میں ہوا سے پھیلنے کے سائنسی ثبوت موجود ہیں۔

COVID-19 انفیکشن کی وجہ سے نمونیا کی طبی خصوصیات

طبی توضیحات

- بخار، کھانسی، ناک بہنا، گلے کی خراش، بخار اور سردی لگنا، متلی، الٹی، اسپال، اعضاء کی کمزوری اور سر درد۔
- کچھ مریضوں کو سانس لینے میں دشواری بھی ہوتی ہے جیسے سانس لینے میں تکلیف، جب کہ کچھ نمونیا یا سانس کے شدید انفیکشن کا شکار ہوں گے۔ یہ زیادہ سنگین کیسز ہیں۔
- کچھ مریضوں کو ابتدائی مرحلے میں ہلکی علامات ہوتی ہیں اور انہیں بخار نہیں ہوسکتا ہے، اور وہ عام طور پر 1 ہفتے کے بعد ٹھیک ہو جاتے ہیں۔
- زیادہ تر مریضوں کی تشخیص اچھی ہوتی ہے، جبکہ بہت کم مریض شدید بیمار ہوتے ہیں اور یہاں تک کہ مر جاتے ہیں۔

COVID-19 انفیکشن کی وءه سے نمونیا کی طءبی ءصوصیات

علامات: Omicron variant strains سے متاثر ہونے والے مریضوں میں ناک بہنا، چھینکیں آنا، گلے میں خراش، سر درد اور اءضاء کی کمزوری جیسی علامات کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

زیادہ تر شءید بیمار مریض بوڑھے ہیں، وہ لوگ جو بنیادی بیماریوں میں مبتلا ہیں اور وہ لوگ جو موٹے ہیں۔ بچوں اور نوعمروں کے گروپ میں اومیکرون مختلف قسم کے تناؤ کی وءه سے مہلک معاملات بھی ہیں۔

<https://chp-dashboard.geodata.gov.hk/covid-19/zh.html>

https://www.coronavirus.gov.hk/chi/index.html#What_is_COVID-19

• سنٲر فار ہیلٲھ پروٲیکشن کا ہوم قرنطینہ پر ہیلٲھ ایڈوائس (ویڈیو)

- <https://www.youtube.com/watch?v=UYk1Z5XT20c>

رابطه كى اہم معلوماء

اسكیم ہاء لائن "StayHomeSafe" (HAD) ہوم افیئر ڈیپارٹمنٹ

1833 019

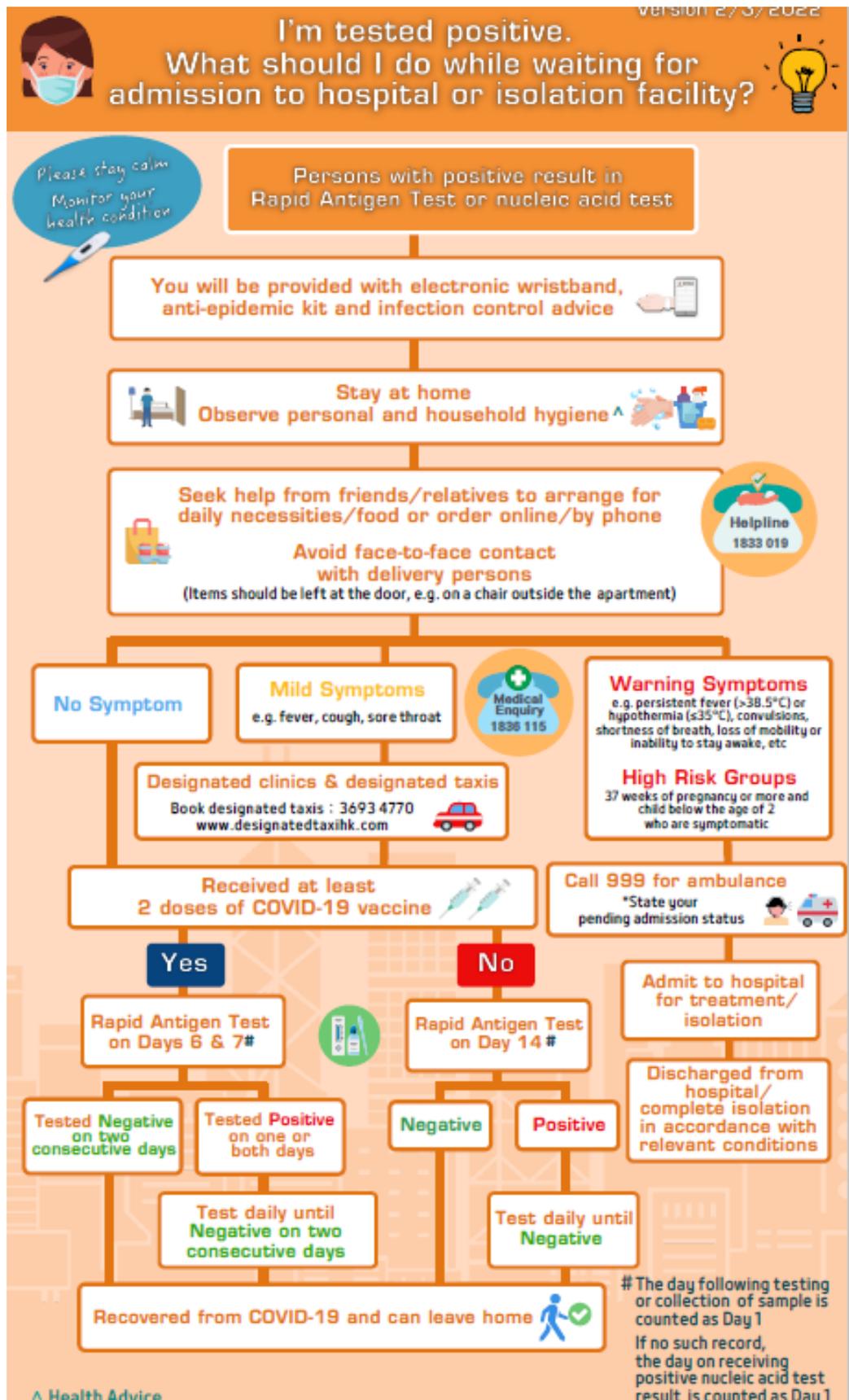
- اگر ریپڈ اینٹیجن ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے، تو مریضوں کو سنٹر فار ہیلتھ پروٹیکشن کی ہدایات پر عمل کرنا چاہیے اور نیوکلیک ایسڈ ٹیسٹ کرانا چاہیے (خاندان کے افراد مریضوں کی جانب سے، یا انتظامات کے ذریعے گلے کے گہرے تھوک کے نمونے جمع کر سکتے ہیں۔ ٹیسٹنگ کمپنیوں) یا متعلقہ نظام کے آغاز کے بعد حکومت کے نامزد کردہ نظام میں رجسٹر ہوں۔
- ریپڈ اینٹیجن ٹیسٹ کٹ استعمال کرتے وقت، آپ کو ٹیسٹ کٹ میں دی گئی ہدایات کے مطابق تمام مراحل کو مکمل کرنا چاہیے۔ براہ کرم استعمال شدہ ٹیسٹ کٹ کو بھی مناسب طریقے سے ہینڈل کریں اور اسے ڈھکے ہوئے کوڑے دان میں ٹھکانے لگائیں۔

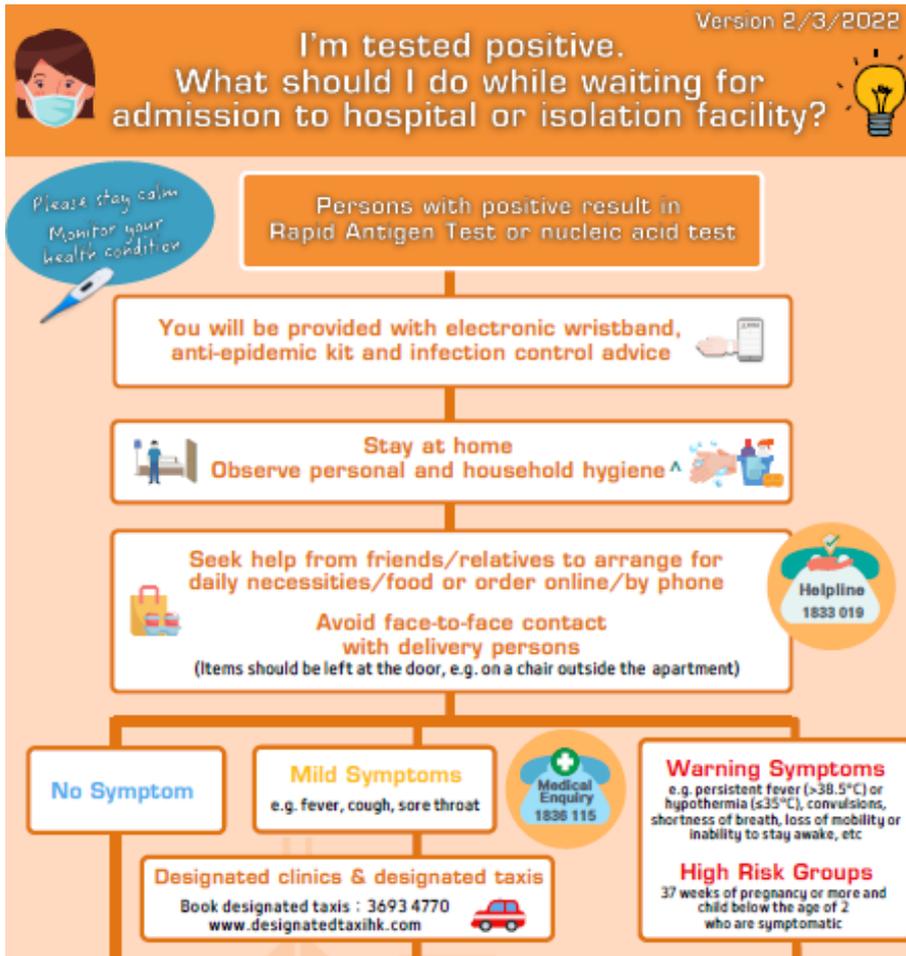
مثبت یا ابتدائی مثبت COVID-19 نیوکلیک ایسڈ ٹیسٹ کے نتائج والے افراد کو نتائج کے بارے میں ایک SMS اطلاع موصول ہوگی، جس میں معلومات جمع کرانے کے لیے ایک الیکٹرانک فارم (www.chp.gov.hk/cdpi) کو پُر کرنے کی درخواست کے ساتھ، بشمول ان پر بھی ایک ہی گھر میں رہنے والے خاندان کے افراد۔ یہ CHP کے کام کو آسان بنانے کے لیے ہے جیسے کہ وبائی امراض کی تحقیقات اور ہسپتال میں داخلے کا انتظام، تنہائی اور قرنطینہ۔

قریبی رابطوں کے تعین میں صورتحال کی متعلقہ تفصیلات کو مدنظر رکھا جائے گا۔ عام طور پر، ٹریسنگ کا دورانیہ تصدیق شدہ کیس کی علامت شروع ہونے کی تاریخ سے دو دن پہلے سے شمار کیا جاتا ہے۔ غیر علامتی کیس کے لیے، یہ نمونہ جمع کرنے کی تاریخ سے دو دن پہلے سے شمار کیا جاتا ہے جس کا ٹیسٹ مثبت آیا۔ قریبی رابطے سے رجوع کریں:

- وہ افراد جو تصدیق شدہ کیس کے ساتھ ایک ہی گھر میں رہتے ہیں۔
- وہ افراد جن کے تصدیق شدہ کیس کے ساتھ آمنے سامنے قریبی رابطے ہوئے ہیں (خاص طور پر جب تصدیق شدہ کیس نے ماسک نہیں پہنا تھا، جیسے کہ ایک ساتھ کھانا کھاتے وقت)

COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکنے، لوگوں کی صحت کی حفاظت اور صحت کی دیکھ بھال کے نظام کو تباہ ہونے سے بچانے کے لیے، حکومت نے "StayHomeSafe" اسکیم شروع کی ہے۔ قریبی رابطوں اور قریبی رابطوں کے گھریلو رابطے جو تشخیص کے بعد مناسب سمجھے جاتے ہیں بالترتیب 14 دن اور چار دن کے لیے ہوم قرنطینہ سے گزریں گے۔





صفحہ 17

اگر مجھے لگتا ہے کہ میں COVID-19 وائرس سے متاثر ہوا ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

- جن افراد کو COVID-19 وائرس سے متاثر ہونے کا شبہ ہے انہیں تفتیش، تشخیص اور علاج کے لیے نامزد طبی اداروں میں جانا چاہیے۔ طبی علاج کی تلاش میں، آپ کو انفیکشن اور طبی علاج کے عمل کے بارے میں تفصیلات سچائی کے ساتھ بتانی چاہئیں، خاص طور پر نمونیا کے مریضوں یا مشتبہ مریضوں کے ساتھ آپ کی حالیہ رابطے کی تاریخ، جانوروں کے ساتھ رابطے کی تاریخ وغیرہ۔
- براہ کرم اپنی اور دوسروں کی حفاظت کے لیے تشخیص اور علاج کے پورے عمل کے دوران سرجیکل ماسک پہننا یاد رکھیں۔

صفحہ 18

مختلف اضلاع میں متعین کلینکس کا دورہ کرنے سے پہلے ٹیلی فون کے ذریعے اپائنٹمنٹ لینا ضروری ہے۔

نامزد کلینک کون جا سکتا ہے؟

ان لوگوں کے لیے جنہیں ابتدائی مثبت نتائج کی اطلاع موصول ہوئی ہے اور وہ ہسپتال میں داخلے کے منتظر ہیں، اگر انفیکشن کی ہلکی علامات (مثلاً گلے میں خراش اور بخار) موجود ہیں اور مریض متعلقہ علاج کروانا چاہتے ہیں، تو وہ ٹیلی فون کے ذریعے ملاقات کا وقت لے سکتے ہیں۔ قریبی کلینک۔

اگر میں Rapid Antigen Test (RAT) کے ذریعے مثبت تجربہ کرتا ہوں تو کیا میں کسی نامزد کلینک کا دورہ کر سکتا ہوں؟

فی الحال نہیں، لیکن رجسٹریشن سسٹم شروع ہونے پر آپ ایسا کر سکتے ہیں۔ جن لوگوں کا RAT کے ذریعے ٹیسٹ مثبت آیا ہے وہ ضرورت کے مطابق تصدیق کے لیے حکومت کی طرف سے بتائے گئے ٹیسٹ سے گزر سکتے ہیں۔

کھانے کے گھنٹے؟

نامزد کلینک پیر سے اتوار تک کھلے رہتے ہیں، بشمول عام تعطیلات، صبح 9 بجے سے دوپہر 1 بجے اور دوپہر 2 بجے سے شام 5 بجے تک۔

صفحہ 19

نامزد کلینک میں کیسے جائیں؟

جواب: حکومت کی جانب سے آج کے اوائل میں اعلان کردہ معلومات کے مطابق، متعلقہ حکام ٹیکسی صنعت کے ساتھ متعلقہ لوگوں کے لیے مخصوص ٹیکسیوں کے ذریعے مخصوص کلینک جانے کے انتظامات کا جائزہ لے رہے ہیں۔

صفحہ 20

نامزد کلینک کی تفصیلات:

نامزد کلینک پیر سے اتوار تک کھلے ہیں، بشمول عام تعطیلات، صبح 9 بجے سے دوپہر 1 بجے اور دوپہر 2 بجے سے شام 5 بجے تک۔

اگر شدید علامات پیدا ہو جائیں تو کیا مریض نامزد کلینک کا دورہ کر سکتے ہیں کیونکہ حادثے اور ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ فی الحال بھرے ہوئے ہیں؟

اس کی سفارش نہیں کی جاتی ہے۔ نامزد کلینک ان لوگوں کے لیے ہیں جن کا ابتدائی مثبت اور انفیکشن کی ہلکی علامات کے ساتھ ٹیسٹ کیا گیا ہے۔ جن کی حالت تشویشناک ہے انہیں اسپتالوں میں داخل کیا جائے گا۔ گھر میں انتظار کرتے وقت، آپ کو اپنی صحت کی حالت کی نگرانی کرنی چاہیے اور ہر چار گھنٹے بعد جسم کے درجہ حرارت کی پیمائش کرنی چاہیے۔ اگر آپ کو بخار ہے اور طبیعت ناساز ہے، اور سانس لینے میں دشواری اور دھڑکن محسوس ہوتی ہے، تو ایمبولینس منتقل کرنے کے لیے فوری طور پر 999 پر کال کریں۔

صفحہ 21

کس قسم کا علاج فراہم کیا جاتا ہے؟

نامزد کلینکس کے ڈاکٹر مریض کی طبی حالت کے مطابق مناسب علاج فراہم کریں گے، بنیادی طور پر انفیکشن کی ہلکی علامات جیسے گلے میں خراش اور بخار کے لیے، اور سنگین حالات کی صورت میں مریض کو مزید علاج کے لیے اسپتال منتقل کریں گے۔

اگر میں نامزد کلینک سے علاج کروانے کے بعد صحت یاب ہو جاؤں تو کیا مجھے ہسپتال میں داخل کرایا جائے گا؟

مریضوں کو اب بھی موجودہ طریقہ کار کے مطابق ہسپتال میں داخلے یا کمیونٹی آئسولیشن سہولت میں منتقل ہونے کا انتظار کرنا چاہیے۔ بہر حال، حکام بینڈلنگ کے طریقوں پر مزید فیصلہ کریں گے۔

ہسپتال اتھارٹی ہاٹ لائن 1836115۔ ہسپتال اتھارٹی طبی معلومات کے بارے میں پوچھ گچھ کا جواب دے گی اور ابتدائی مثبت نتیجہ آنے پر ہسپتال میں داخلے کے زیر التواء لوگوں کو انفیکشن کنٹرول مشورہ فراہم کرے گی۔

ہاٹ لائن روزانہ صبح 8 بجے سے رات 10 بجے تک کام کرتی ہے۔

ریپڈ اینٹیجین ٹیسٹ (RAT) میں مثبت تجربہ کیا گیا

↓

حکومت کی طرف سے بیان کردہ ٹیسٹوں سے تصدیق شدہ ←

1 گہرے گلے کے تھوک کے نمونے جمع کرنے والے پیک لیں (خاندان کے دیگر افراد کے ذریعہ)

2 (ترجیحی طور پر ان کی دہلیز پر پیک جمع کریں)

↓

ٹیلی فون اپوائنٹمنٹ کے ذریعے قریبی نامزد کلینک پر جائیں۔

↓

3693 4770 پر ہاٹ لائن کے ذریعے نامزد ٹیکسی فلیٹ سروسز بک کریں۔

↓

ڈاکٹر مریض کی طبی حالت کے مطابق مناسب علاج فراہم کریں گے، بنیادی طور پر انفیکشن کی ہلکی علامات جیسے

کہ گلے میں خراش یا بخار۔ اگر مریض کی حالت سنگین ہے تو اسے مزید علاج کے لیے ہسپتال بھیجا جائے گا۔

→ ہلکا → ہوم افیئر ڈیپارٹمنٹ StayHomeSafe ("HAD") سکیم ہاٹ لائن کو 1833 019 پر کال

کریں

← زیر التواء داخلہ ← ابتدائی طور پر تصدیق شدہ مریضوں کے لیے جو ہسپتال میں داخلے کے لیے زیر

التواء ہیں: ہسپتال اتھارٹی کی ہاٹ لائن کو 1836115 پر کال کریں، جو طبی معلومات کے بارے میں پوچھ

گچھ کا جواب دے گی اور انفیکشن کنٹرول مشورہ فراہم کرے گی (سروس کے اوقات: صبح 8 بجے سے

رات 10 بجے تک)

← اگر بچہ/مریض کو سانس لینے میں دشواری، نیلے ہونٹ، سینے میں درد، تیز دل کی دھڑکن، اچانک

حس میں تبدیلی یا الجھن، مسلسل تیز بخار، آکشیپ، یا منہ کی کھپت کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو فوری

طور پر ہسپتال میں ایمبولینس کو کال کریں۔ 999 پر کال کریں (ایمبولینس اور ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ)

指定診所 Designated Clinics	
診所 Clinic	地址及預約電話 Address & Booking Tel
香港 Hong Kong	宵箕灣賽馬會 普通科門診診所一樓 1/F, Shau Kei Wan Jockey Club General Out-patient Clinic 宵箕灣崇善道8號一樓 1/F, 8 Chai Wan Road, Shau Kei Wan 2560 0211
	貝夫人普通科門診診所地下 G/F, Violet Peel General Out-patient Clinic 鄧肇堅醫院社區日間醫療中心地下 G/F, Tang Shiu Kin Hospital, Community Ambulatory Care Centre, 282 Queen's Road East, Wanchai 3553 3116
	堅尼地城賽馬會普通科門診診所 Kennedy Town Jockey Club General Out-patient Clinic 堅尼地城域多利道45號 45 Victoria Road, Kennedy Town 2817 3215
	香港仔賽馬會普通科門診診所 Aberdeen Jockey Club General Out-patient Clinic 香港仔水庫道10號 10 Aberdeen Reservoir Road, Aberdeen 2555 0381
九龍 Kowloon	柏立基普通科門診診所 Robert Black General Out-patient Clinic 新蒲崗太子道東600號 600 Prince Edward Road East, San Po Kong 2383 3311
	油麻地賽馬會 普通科門診診所 Yau Ma Tei Jockey Club General Out-patient Clinic 油麻地炮台街145號一樓 1/F, 145 Battery Street, Yau Ma Tei 2440 7659
	九龍灣健康中心 普通科門診診所 Kowloon Bay Health Centre General Out-patient Clinic 九龍灣啟仁街9號一樓 1/F, 9 Kai Yan Street, Kowloon Bay 2116 2812
	長沙灣賽馬會 普通科門診診所 Cheung Sha Wan Jockey Club General Out-patient Clinic 長沙灣樂利道2號 2 Kwong Lee Road, Cheung Sha Wan 2387 8211
新界 New Territories	將軍澳(寶寧路)普通科門診診所 Tsung Kwan O (Po Ning Road) General Out-patient Clinic 將軍澳寶寧路28號地下 G/F, 28 Po Ning Road, Tsung Kwan O 2191 1083
	南葵涌賽馬會 普通科門診診所 South Kwai Chung Jockey Club General Out-patient Clinic 葵涌葵盛圍310號 310 Kwai Shing Circuit, Kwai Chung 2615 7333
	圓洲角普通科門診診所 Yuen Chau Kok General Out-patient Clinic 沙田播橋杆街29號地下 G/F, 29 Chap Wai Kon Street, Shatin 2647 3383
	粉嶺家庭醫學中心一樓 1/F, Fanling Family Medicine Centre 粉嶺嶺峰路2號粉嶺健康中心一樓 1/F, Fanling Health Centre, 2 Pk Fung Road, Fanling 2639 4601
仁愛普通科門診診所 Yan Oi General Out-patient Clinic 屯門屯利街6號地下 G/F, 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun 2988 5516	
天水圍(天業路) 社區健康中心一樓 1/F, Tin Shui Wai (Tin Yip Road) Community Health Centre 天水圍天業路3號一樓 (香港濕地公園及 天業路綠景軒對面) 1/F, 3 Tin Yip Road, Tin Shui Wai (Opposite HK Wetland Park and Vianri Cove of Tin Kwai Road) 3124 2200	

صفحة 24

اگر ہمیں اپنے خاندان کے رکن (افراد) میں COVID-19 کی علامات ظاہر ہوں تو ان کا خیال کیسے رکھنا چاہیے؟

- گھر پر رہنے کے لیے سینٹر فار ہیلتھ پروٹیکشن کی ہدایات پر عمل کریں۔ دیکھ بھال کرنے والے اور بیمار بچے/مریض کو زیادہ سے زیادہ خاندان کے دیگر افراد سے دور رہنا چاہیے۔ جب بھی ممکن ہو، دیکھ بھال کرنے والے اور بیمار بچے کو ایک ہی کمرے میں رہنا چاہیے، دروازہ بند کر دینا چاہیے اور خاندان کے دیگر افراد سے رابطہ کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ انہیں گھر سے نہیں نکلنا چاہیے۔
- مریض کو خاندان کے دیگر افراد سے کم از کم 1 میٹر دور رکھیں۔
- دیکھ بھال کرنے والے کو سرجیکل ماسک پہننا چاہیے جس میں منہ اور ناک دونوں ڈھانپیں۔ استعمال کے بعد، سرجیکل ماسک کو ضائع کرنا چاہئے۔
- انہیں کراس انفیکشن کے امکان کو کم کرنے کے لیے مناسب سائز کا ماسک پہننے میں بیمار بچے کی مدد کرنی چاہیے۔
- مریض کے ساتھ رابطے میں آنے کے بعد دونوں ہاتھوں کو صابن وغیرہ سے اچھی طرح صاف کرنا یاد رکھیں۔
- مریض کے رہنے کی جگہ کو اچھی طرح سے ہوادار رکھیں۔

صفحة 25

- اگر ماحول ہاتھ دھونے کی اجازت نہیں دیتا ہے اور ہاتھ صاف طور پر گندے نہیں ہیں، تو دیکھ بھال کرنے والا اپنے ہاتھوں کو 70-80% الکحل پر مبنی ہینڈ سینیٹائزر سے صاف کر سکتا ہے۔
- اگر ممکن ہو تو بیمار بچے/مریض کے لیے ایک وقف شدہ ٹوائلٹ/باتھ روم کا بندوبست کریں۔ اگر بچے کے لیے کوئی وقف شدہ ٹوائلٹ/باتھ روم نہیں ہے، تو خاندان کے دیگر افراد کو استعمال میں نہ ہونے پر اپنے تولیے اور ذاتی حفظان صحت کے سامان کو باتھ روم سے ہٹا دینا چاہیے۔ بچے کو یہ بھی سکھایا جائے کہ وہ فلش کرنے سے پہلے ٹوائلٹ کو ڈھانپیں اور ٹوائلٹ استعمال کرنے کے بعد اپنے ہاتھ اچھی طرح دھو لیں۔
- بیمار بچے/مریض کے زیر استعمال بیت الخلاء کو باقاعدگی سے 1:49 گھریلو بلیچ سے صاف کیا جانا چاہیے۔

صفحہ 26

• گھر میں اچھی ہوا کی آمدورفت کو برقرار رکھیں۔ مزید کھڑکیاں کھولیں کیونکہ اچھی ویٹیلیشن مؤثر طریقے سے وائرس کو کمزور یا ہوا کے بہاؤ کے ساتھ لے پرے لے جا سکتی ہے۔ اگر آپ کے گھر میں HEPA فلٹر موجود ہے تو استعمال کریں۔

صفحہ 27

- بیمار بچے/مریض کے جسمانی درجہ حرارت کی نگرانی کریں۔
- زبانی خوراک کی مقدار اور پیشاب اور آنتوں کے کھلنے کی تعدد اور مقدار کو ریکارڈ کریں۔
- روزانہ کسی بھی نئی علامات، جیسے کھانسی، ناک بہنا، گلے میں خراش اور الٹی سے آگاہ رہیں اور ریکارڈ کریں۔
- سب سے اہم بات یہ ہے کہ مریض کی حالت میں خرابی کی نشاندہی کرنے والی کسی بھی علامات کے لیے انتہائی چوکس رہیں، جیسے پیلا پن یا سانس لینے میں دشواری۔

صفحہ 28

Points to note for persons tested positive/preliminary positive for COVID-19



Avoid face-to-face contact with other household members



Wear well-fitted surgical masks properly whenever leaving the room



Wash hands frequently



Daily cleaning and disinfecting household environment



If toilets are shared, cleaning and disinfection should be done immediately after every use



Pour water regularly to drains (U-traps)



Keep the place well ventilated



Avoid dining and sharing personal items with other household members





HP 衛生防護中心
Centre for Health Protection

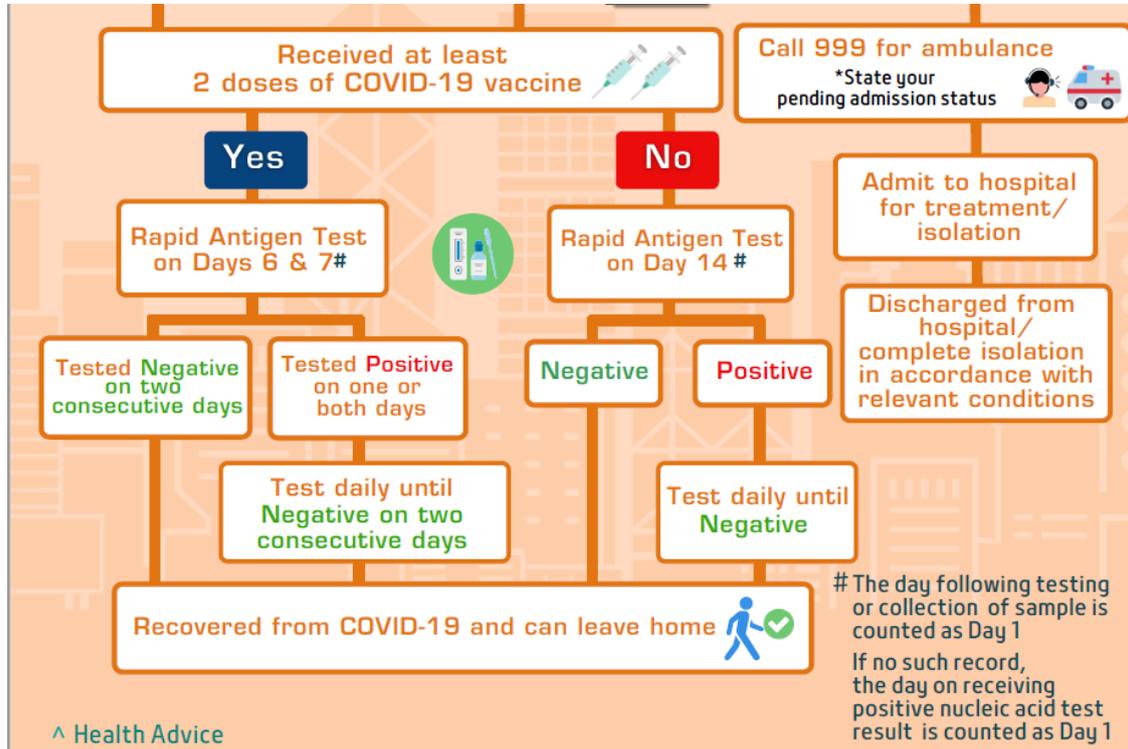


衛生署
Department of Health

کیا چہرے کے ماسک اس وقت تک موثر ہیں جب تک وہ پہنے جاتے ہیں؟
چہرے کے ماسک کی قسم سے قطع نظر، حفاظتی اثر محدود ہے اور اس لیے انہیں باقاعدگی سے تبدیل کرنا چاہیے۔ یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ انہیں ہر دو سے چار گھنٹے بعد تبدیل کیا جائے۔

دیکھ بھال کرنے والے کو ہنگامی ایمرولینس کب کال کرنی چاہیے؟

• اگر بیمار بچے/مریض کو سانس لینے میں دشواری، نیلے ہونٹ، سینے میں درد، تیز دل کی دھڑکن، مقام حس میں اچانک تبدیلی یا الجھن، مسلسل تیز بخار، ایٹھن یا منہ سے کھانے میں دکت کی شکایت ہو تو فوری طور پر ہسپتال میں ہنگامی ایمرولینس کو کال کریں۔





صفحة 33



صفحة 34

ایک دوسرے سے دور رہنے کے اقدامات

کام؟

نفسیات؟

خاندان؟ اسکول جانے والے بچے؟ گھر سے کام؟



Research Article
Efficacy and Safety of Lianhuaqingwen Capsules for the Prevention of Coronavirus Disease 2019: A Prospective Open-Label Controlled Trial

Xiaowei Gong^{1,2}, Boyan Yuan^{1,2}, Yading Yuan^{1,2}, and Fengji Li^{1,2*}

¹Department of Respiratory and Critical Care Medicine, The Second Hospital of Jilin Medical University, Jilinshang, Jilin Province, China
²Department of Infectious Disease, Jilin Provincial Center Hospital of CAHA, Jilinshang, Jilin Province, China

*Correspondence should be addressed to Fengji Li, li.fengji@jlu.edu.cn
 Received 29 June 2021, Accepted 09 October 2021, Published 25 November 2021

Abstract: Lianhuaqingwen (LQW) is a traditional Chinese medicine (TCM) with antiviral and immunomodulatory properties. This study aimed to evaluate the efficacy and safety of LQW capsules in preventing COVID-19 in high-risk individuals. A prospective, open-label, controlled trial was conducted. The study included 110 participants in the LQW group and 110 in the control group. The primary endpoint was the incidence of COVID-19. Secondary endpoints included the time to onset of symptoms, the time to diagnosis, and the time to hospitalization. The LQW group showed a significantly lower incidence of COVID-19 compared to the control group. The time to onset of symptoms was significantly longer in the LQW group. The time to diagnosis and time to hospitalization were not significantly different between the two groups. The safety profile of LQW was favorable, with no serious adverse events reported. These findings suggest that LQW capsules may be effective in preventing COVID-19 in high-risk individuals.

1. Introduction

Coronavirus disease 2019 (COVID-19), a novel acute respiratory infectious disease, has been a major global public health event since 2019 [1]. Through more than one year of active prevention, control, and treatment, the epidemic in China has been effectively controlled, with only local sporadic cases in some areas and a few imported cases. However, as the global epidemic is still spreading, it will be present for at least several years. The risk of COVID-19 transmission and spread in China will continue to exist. As of the beginning of 2021, COVID-19 infections are returning to China, the data from have been confirmed cases of COVID-19 and asymptomatic infections in several provinces and cities, including Hubei and Guangdong. At present, strengthening the prevention and control of asymptomatic infections, reducing the occurrence of imported infections as much as possible, and enabling the early identification and isolation of asymptomatic cases and confirmed cases are the top priorities for controlling the source of infection and reducing the incidence of cases [2].

In recent epidemiological observations, such as the asymptomatic, exposure history, and contact history of COVID-19 cases, and to conduct effective screening, evaluation, and