URDU

COVID-19 کی تحریر ترجمہ شُدہ صفحات۔ نظرِ ثانی شُدہ 7/27/21 – انگریزی

(COVID-19 Content for Translated pages – Revised 7/27/21 – English)

— خطرے کی موجودہ سطح (Current Risk Stage)
— COVID-19 سے متعلق (About COVID-19)
— COVID-19 کا ایک ٹیسٹ کرائیں (Get a COVID-19 Test)
— COVID-19 کی ویکسین لگوائیں (Get a COVID-19 Vaccine)
— چہرہ ڈھانپنا اور قوانین (Rules & Face Coverings)
— اضافی ذرائع (Additional Resources)

آسٹن-ٹریوس کاؤنٹی مرحلہ 4 میں ہے (Austin – Travis County is in Stage 4)

مرحلہ 4 میں مندرجہ ذیل سفارشات شامل ہیں:

- **مکمل طور پر ویکسین لگوانے والے افراد** کو اندرونی نجی اجتماعات میں شرکت، سفر، اور باہر کھانے یا خریداری کرتے وقت ماسک پہننا چاہئے اور اگر وہ سماجی دوری بنا نہیں سکتے تو اس صورت میں بیرونی اجتماعات کے لئے بھی ماسک پہننا چاہئے۔
- **جزوی طور پر یا بالکل بھی نہیں ویسکین لگوانے والے افراد** کو نجی اجتماعات میں شرکت کرنے، سفر کرنے، باہر کھانے اور خریداری کرنے سے گریز کرنا چاہئے سوائے اس کے کہ یہ ضروری ہو۔ ضروری سرگرمیاں کرتے وقت ماسک پہنیں۔

مزید معلومات خطرے پر مبنی ہدایات کے پیج پر حاصل کریں۔

[اُوپر]

COVID-19 سے متعلق

(About COVID-19)

COVID-19 سانس کی تکلیف کی بیماری ہے جو ایک شخص سے دوسرے شخص میں پھیلتی ہے۔ بُنیادی طور پر یہ وائرس اُن لوگوں میں پھیلتا ہے جو ایک دُوسرے کے قریب ہوتے ہیں (6 فٹ کے فا صلے سے کم) سانس کے چھوٹے چھوٹے ذرات کے ذریعے سے۔

درمیانی درجے کی COVID-19 کی علامات میں بُخار، کھانسی، سَر دِرد، ناک بہنا، سونگھنے/ چکھنے کی حِس کا ختم ہونا، گلے کا دَرد، اور پیٹ خراب ہونا۔ اگر آپ میں معتدل علامات ظاہر ہوں تو آپ کو ٹیسٹ کروانا چاہیئے(seek testing). اگر آپ میں شدید علامات ظاہر ہو ئیں ہیں جن میں سانس لینے میں مُشکل، سینے میں درد، پریشانی، بُخار جو ادویات سے ٹھیک نہ ہو رہا ہو تو آپ ایمرجنسی روم میں جائیں یا 9-1-1 پر کال کریں۔

COVID-19 کے بارے میں مزید معلومات یہاں سے حاصل کریں (Learn more about COVID-19 here).

[اُوپر]

COVID-19 کا ٹیسٹ کروائیں

(Get a COVID-19 Test)

کسی میں بھی کو ئی اشارے یا COVID-19 کی علامات ہوں (symptoms of COVID-19) - ویکسینیشن کی صورتحال یا پہلے سے ہوئی انفیکشن سے قطع نظر آپ کو ٹیسٹ کروانا چاہیئے۔ اگر آپکا ٹیسٹ ہو چکا ہے اور آپ میں علامات موجود ہیں یا ممکنہ طور پر وائرس سے سامنا ہو چُکا ہے ٹیسٹ کے نتائج آنے تک دوسروں سے دور رہیں اور طبی امداد فراہم کرنے والے کی ہدایات پر عمل کریں۔

جیسا کہ 29 مئی سے آسٹن پبلک ہیلتھ کے قریب سے اور راستے سے COVID-19 کے ٹیسٹوں کا عمل ختم کر دیا گیا۔ گھر پر ٹیسٹ کی سہولت پیر سے جمعہ صبح 8 بجے سے شام 4 بجے تک میسر ہوں گی۔ گھر پر ٹیسٹ کے لئے سائن اپ کرنے کے لئے نرس ہاٹ لائن 512-972-5560 پر کال کریں، وہ آپ کو جانچ کے لئے لے کر جا ئیں گے اور پھر گھر پر ٹیسٹ کے لئے وقت طے کرنے میں مدد کریں گے۔

آسٹن کے اردگرد پرائیویٹ مقامات پر بھی ٹیسٹ کی سہولیات میسر ہیں (Testing is also available at private sites around Austin)، ارجنٹ کئیر سینٹرز، فارمیسیز اور اسپتالوں کے ذریعے۔

آسٹن کے علاقے میں Covid-19 ٹیسٹنگ کی مزید معلومات یہاں سے حاصل کریں (Learn more about COVID-19 Testing in the Austin area here)۔

[اوپر]

COVID-19 کی ویکسین حاصل کریں

(Get a COVID-19 Vaccine)

آسٹن پبلک ہیلتھ موڈیرنا ویکسین فراہم کرتا ہے اور لوگ ملاقات کے لئے وقت لے سکتے ہیں (schedule an appointment) یا بغیر طے شدہ وقت کے اے پی ایچ پر آ سکتے ہیں (walk-up without an appointment to an APH site).

برا ئے مہربانی یہ نوٹ فرما لیں کہ ایسے لوگوں کو جو اس وقت بیمار ہیں یا COVID-19 کا ٹیسٹ مثبت آنے کے بعد انہوں نے 10- دن کے لئے آئسو لیشن نہیں کیا، کو ویکسین نہیں لگائے گی۔ اگر آپ COVID-19 سے صحت یاب ہوچُکے ہیں، اور اہل ہیں، تو آپ کو ویکسین لگوانی چاہیئے۔ اگر آ پ پہلے سے ہیCOVID-19 کا شکار ہو چُکے ہیں تو ویکسین کی قوت ِ قوتِ مدافعت قدرتی مدافعت سے زیادہ عرصہ برقرار رہے گی۔

12 سال سے زیادہ عمر کے بچے اب فائزر کی ویکسین لگوانے کے اہل ہیں۔ APH اینا لارک سینٹر پر (Ana Lark Center) پی فائزر فراہم کرتا ہے اور یہ UTH ہیلتھ آسٹن (UT Health Austin)، ٹریویس کاؤنٹی ڈرائیو-تھرو (Travis County drive-thru)، پاپ اپ کمیونٹی تقریبات اور دیگر مقامی کلینکس اور فارمیسیز بھی فراہم کرتا ہے۔

Vaccines.gov آپ کے علاقے میں COVID-19 فراہم کرنے والوں کو تلاش کرنے کے لئے آپ کی مدد کر سکتا ہے آپ اپنا زپ کوڈ اِس 438829 نمبر پر بھیج سکتے ہیں *(ہسپانوی زبان میں اس 822862 نمبر پر)* اپنے قریب ترین ویکسین کے مقامات کو تلاش کرنے کے لئے۔

مقامات پر رسائی اور زبان کا حصول

(Accessibility and Language Access at Sites)

آسٹن کا شہر معذور امریکیوں کے قانون اور سول حقوق کے عنوان VI کی تعمیل کے لئے پُر عزم ہے درخواست پر معقول تبدیلی اور برابر رسا ئی فراہم کی جائے گی- اگر آپ ٹرانسپورٹ، انٹرنیٹ، ای میل اور کمپیوٹرز میں مشکلات کی وجہ سے کسی جگہ پر نہیں پہنچ سکے **برا ئے مہربانی اس نمر پر کال کریں** 512-972-5560 زبان کی تشریح کسی کو بھی ضرورت ہو بغیر قیمت کے فراہم کی جا ئے گی جب آپ اس جگہ پر پہنچ جائیں تو کسی نمائندے کو اپنے ضروریات سے آگاہ کریں

دُوسری دوائیں

(Second Doses)

26 مئی سے APH دوسری دوا دینے کے لئے خودکار طریقے سے وقت طے نہیں کرے گا۔ **اگر آپ نے APH سے موڈیرنا کی پہلے دوا لگوا لی ہے اور اُسے *28 دن یا اُس سے زیادہ کا وقت ہوچُکا ہے*** آپ آن لائن جا کر دوسری دوا کے لئے وقت طے کر سکتے ہیں (go online and schedule your second dose appointment). آپ اس پر بھی آن لائن دیکھ سکتے ہیں austintexas.gov/covid19-vaccines یا کال کر سکتے ہیں 3-1-1 یا 512-974-2000 قریب ترین راستے میں موجود ویکسین کے مقا مات اوراوقات – اگر آپ نے اپنی طے شُدہ ملاقات کا وقت کھو دیا ہے ، تو آپ ہماری راستے میں موجود ویکسین کی کسی بھی جگہ پر 28 دنوں کے بعد جا سکتے ہیں- . کال کریں 311 یا 512-974-2000 راستے میں موجود جگہ اور اوقات کے لئے.

اگر آپ نے موڈیرنا کی پہلی دوا کسی دُوسرے فراہم کنندہ سے حاصل کر لی ہے ، لیکن آپ کو دوسری دوا کی ضرورت ہے، تو آپ اپنے CDC ویکسینشن کارڈ پر درج ہمارے کسی بھی ویکسین والے مقام پر جا سکتے ہیں **اگر آپ نے کسی دُوسرے فراہم کنندہ سے فائزر کی پہلی دوا حاصل کر لی ہے**، لیکن آپ کو ڈوسری دوا کی ضرورت ہے تو آپ اپنا لارک سینٹر چلے جائیں- 311 یا 512-974-2000 واک آپ کے مقامات اور اوقات کے لئے کال کریں .

COVID-19 کے بارے میں یہاں سے مزید معلومات حاصل کریں (Learn more about COVID-19 vaccines here).

چار دیواری کے اندر ہر ایک کو ماسک پہننے کا مشورہ دیا جاتا ہے

ویکسینیشن کی حیثیت سے قطع نظر، چار دیواری کے اندر ہر ایک کو ماسک پہننے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ کورونا وائرس کی نئی تبدیل شدہ شکلوں، جیسا کہ ڈیلٹا شکل کے کمیونٹی بھر میں پھیلنے کے نتیجے میں ٹراویس کاؤنٹی میں اس بیماری کے معاملات اور اسپتال میں داخلوں میں اضافہ جاری ہے۔

[اُوپر]

اضافی ذرائع

(Additional Resources)

- بُنیادی ضروریات کے لئے مدد (Help with Basic Needs)
- مفت ذاتی حفاظت کا سامان (Free Personal Protective Equipment) (PPE)
- سابق فوجیوں کے لئے ذرائع (Resources for Veterans)
- والدین کے لئے بچوں کی دیکھ بھال کے ذرائع (Child-Care Resources for Parents)
- سکول لیڈرز اورخاندانوں کے لئے تعلیمی ذرائع (Education Resources for Families and School Leaders)
- مینٹل ہیلتھ سروس (Mental Health Services)
- آجران کے لئے ٹیسٹنگ کی اطلاع (Testing notice for employers)

- ایجنگ سروس کونسل کی طرف سے بوڑھے بالغوں اور دیکھ بھال کرنے والوں کے لئے مدد (Help for Older Adults and Caregivers from the Aging Services Council)
- کاروبار اور صنعتوں کے لئے معلومات (Information for Businesses and Industries)