Austin Public Health
PREVENT. PROMOTE. PROTECT.

چائلڈ کیئر اور کیمپوں میں بچوں والے خاندانوں کے لیے COVID-19 کی سفارشات

ماسک

- APH تجویز دیتا ہے کہ COVID-19 کمیونٹی کی سطح کے بلند ہونے کی صورت میں جملہ چائلڈ کیئر پروگرامز اور کیمپز 2 سال یا اس سے زیادہ عمر کے ہر فرد کے لیے گھر کے اندر ماسک پہننا لازمی قرار دیں۔ یہ اُن لوگوں پر لاگو ہوتا ہے جو ویکسین لگوا چکے ہیں اور اُن پر بھی جنھوں نے ابھی نہیں لگوائی۔
- کمیونٹی کی سطح کے بلند نہ ہونے پر چائلڈ کیئر پروگرامز اس بات کا انتخاب کر سکتے ہیں کہ آیا انہوں نے لوگوں کے لیے گھر کے اندر ماسک پہننا لازمی قرار دینا ہے یا نہیں۔ APH ان پروگراموں کے فیصلوں کی حمایت کرتا ہے۔
- حتی کہ جب ماسک پہننا لازمی نہ ہو، تب بھی آپ ان صورتوں میں اپنے بچے کو ماسک پہنانے کا انتخاب کر سکتے ہیں:
  - آپ کے بچے کو ویکسین نہیں لگی ہے یا وہ ابھی تک COVID-19 کی ویکسین لگوانے کا اہل نہیں ہے
  - آپ کے بچے کا مدافعتی نظام کمزور ہے یا اُسے COVID-19 کی بیماری کا شدید خطرہ لاحق ہے
  - آپ کے خاندان کے دیگر افراد کو شدید بیماری کا زیادہ خطرہ لاحق ہے یا انہوں نے ویکسین نہیں لگوائی ہے
- جن لوگوں میں علامات ہیں، جن کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آیا ہے، یا جو COVID-19 کے کسی مریض کے رابطے میں آئے ہیں، اُنہیں 10 دنوں تک ماسک پہننا چاہیے۔ اس دوران اُنہیں ایسی جگھوں پر جانا ہی نہیں چاہئے جہاں وہ ماسک نہیں لگا سکتے۔
- آپ کے بچے کا ماسک اچھی طرح سے فٹ اور آرام دہ ہونا چاہئے۔

قریبی رابطے

- COVID-19 سے متاثرہ کسی شخص کے ساتھ آخری مرتبہ رابطے میں آنے کے بعد تمام قریبی رابطے میں آنے والے افراد کو اگلے 10 دنوں تک اپنے گھروں میں اور عوام کے درمیان دوسروں کے ارد گرد ماسک لگانا چاہیے۔ یہ اُن لوگوں پر لاگو ہوتا ہے جو ویکسین لگوا چکے ہیں اور اُن پر بھی جنھوں نے ابھی نہیں لگوائی۔ اُنہیں بھی علامات پر نظر رکھنی چاہئے۔
- اگر قریبی رابطہ میں آنے والے افراد COVID-19 ویکسینز کے سلسلہ میں اَپ ٹُو ڈیٹ نہیں ہیں، اُنہوں نے کوئی بھی COVID-19 ویکسین نہیں لگوائی ہے، یا پچھلے 90 دنوں میں انہیں مصدقہ طور پر COVID-19 نہیں ہوا ہے تو اُنھیں گھر پر ہی رہنا چاہیے اور قرنطینہ کرنا چاہیے۔
  - 5 دنوں کے لیے قرنطینہ، اگر وہ ماسک پہن سکتے ہیں اور کھاتے، پیتے یا سوتے وقت دوسروں سے 6 فٹ کے فاصلے پر ہوسکتے ہیں۔ بصورت دیگر، 10 دن کے لیے قرنطینہ۔

ٹیسٹنگ

- COVID-19 کے شکار کسی شخص کے ساتھ قریبی رابطہ میں آنے والے افراد کو آخری مرتبہ اُن سے قریبی رابطہ میں آنے کے کم از کم 5 دن بعد ٹیسٹ کرانا چاہیے۔ یہ اُن لوگوں پر بھی لاگو ہوتا ہے جن میں کوئی علامات نمایاں نہیں ہیں > اگرچہ وہ ویکسین لگوا چکے ہیں۔ (اگر قریبی رابطے میں آنے والے شخص کو گزشتہ 90 دنوں میں COVID-19 ہوا تھا، تو انہیں ٹیسٹ کرانے کی ضرورت نہیں ہے سوائے اس کے کہ ان میں علامات نمایاں ہیں۔)
- جس شخص میں بھی COVID جیسی علامات نمایاں ہوتی ہیں اُسے فوری طور پر ٹیسٹ کرانا چاہیے۔ یہ ہر ایک پر لاگو ہوتا ہے، بشمول اُن لوگوں کے جو ویکسین لگوا چکے ہیں اور اُن پر بھی جنھیں پہلے COVID-19 ہو چکا ہے۔

COVID-19 سے متاثرہ یا COVID جیسی علامات

- اگر کسی بچے میں علامات نمایاں ہیں، تو انہیں گھر میں ہی رہنا چاہیے اور ٹیسٹ کے نتائج کا انتظار کرتے ہوئے علیحدگی اختیار کرنی چاہیے۔
- جن بچوں کے COVID-19 ٹیسٹ کے نتائج مثبت آتے ہیں، اُنہیں گھر میں ہی رہنا چاہیے اور کم از کم 10 دن تک علیحدگی اختیار کرنی چاہئے۔ یہ پابندی ٹیکساس محکمہ برائے سماجی اور صحت کی خدمات کی جانب سے عائد کردہ ہے۔ یہ اُن بچوں پر لاگو ہوتا ہے جن میں علامات نماں ہیں اور اُن پر بھی جن میں نہیں ہیں۔ پروگرام میں واپس آنے کے لیے، بچے کے لیے لازمی ہے کہ اُسے بغیر کسی دوا کے کم از کم 24 گھنٹے تک کوئی بخار نہ آیا ہو اور اُس کی دیگر علامات میں بھی بہتری آ رہی ہو۔
- وہ لوگ جن میں علامات نمایاں ہیں یا جن کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آیا ہے، اُنہیں اپنے گھروں میں اور عوام کے مابین دوسروں کے ارد گرد پورے 10 دنوں تک ماسک پہننا چاہیے۔ یہ ہر ایک پر لاگو ہوتا ہے، بشمول اُن لوگوں کے جو ویکسین لگوا چکے ہیں اور اُن پر بھی جنہیں پہلے COVID-19 ہو چکا ہے۔

14 اپریل 2022