COVID-19

آسٹن پبلک ہیلتھ چین کے صوبہ ہوبائی کے ووہان شہر میں پہلی بار شناخت شدہ ناول (نیا) کورونا وائرس (2019-nCoV) کی وجہ سے پھیلنے والی بیماری کی نگرانی جاری رکھے ہوئے ہے۔

ٹیکساس میں عام لوگوں کے لئے COVID-19 کا مجموعی طور پر خطرہ اس وقت بلند ہوا ہے اور اس کی وجہ ریاست ہائے متحدہ امریکہ میں فرد سے فرد تک اس کے پھیلنے کے بڑھتے ہوئے شواہد ہیں۔

یہ کیسے پھیلتا ہے؟

کورونا وائرس عام طور پر متاثرہ شخص سے دوسروں تک درج ذیل طریقوں سے منتقل ہوتا ہے:

- کھانسی اور چھینکنے سے ہوا میں خارج ہونے والی سانس کے زرات کے ذریعے
- قریبی ذاتی رابطے، جیسا کہ چھونا یا ہاتھ ملانا
- کسی ایسی چیز یا سطح کو چھونے سے جس پر وائرس ہو، اور پھر ہاتھ دھونے سے پہلے اپنے منہ، ناک یا آنکھوں کو چھوئے

علامات

تصدیق شدہ انفیکشن کے مریضوں کو درج ذیل علامات کے ساتھ ساتھ سانس کی ہلکی یا شدید بیماری ہوتی ہے۔

- بخار
- کھانسی
- سانس لینے میں مشکل

اگر آپ ان علامات کا سامنا کررہے ہیں تو اپنے صحت کی دیکھ بھال کرنے والے سے رابطہ کریں۔
کسی بھی ممکنہ پھیلاؤ کو روکنے کے لئے اپنے ڈاکٹر کے دفتر یا ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ جانے سے پہلے فون کرنا یقینی بنائیں۔

روک تھام

انفیکشن کی روک تھام کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اس وائرس سے بچنے کے لئے احتیاطی تدابیر اختیار کریں جیسا کہ آپ فلو سے بچنے کے لئے احتیاطی تدابیراختیار کرتے ہیں:

- اپنے ہاتھوں کو اکثر صابن اور پانی سے کم سے کم 20 سیکنڈ تک دھوئیں۔ اگر صابن اور پانی میسر نہیں ہے تو، الکحل والا ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں
- بغیر دھوئے ہوئے ہاتھوں سے اپنی آنکھوں، ناک اور منہ کو چھونے سے گریز کریں
- بیمار لوگوں سے قریبی رابطے سے گریز کریں
- اگر آپ بیمار ہوں تو گھر میں ہی رہیں
- اپنی کھانسی یا چھینک کو ٹشو سے ڈھانپیں پھر ٹشو کو کوڑے دان میں پھینک دیں
- بار بار چھونے والی اشیاء اور سطحوں کو صاف اور جراثیم کش بنائیں

مزید معلومات کے لئے، براۓ مہربانی ملاحظہ کریں:

www.AustinTexas.gov/COVID19

HSEM · Austin Public Health (APH) — PREVENT. PROMOTE. PROTECT. · City of Austin