کورونا وائرس: اس بیماری کی علامات کیا ہیں اور اس سے کیسے محفوظ رہا جائے؟

عالمی ادارہ صحت کے مطابق پھیپھڑوں کے شدید عارضے میں مبتلا کرنے والا وائرس جو چین سے شروع ہوا تھا اب 145 سے زیادہ ممالک تک پھیل چکا ہے۔ دنیا میں اب تک کورونا وائرس سے ایک لاکھ سے زیادہ افراد متاثر ہو چکے ہیں جبکہ 800 سے زائد ہلاک ہوئے ہیں۔

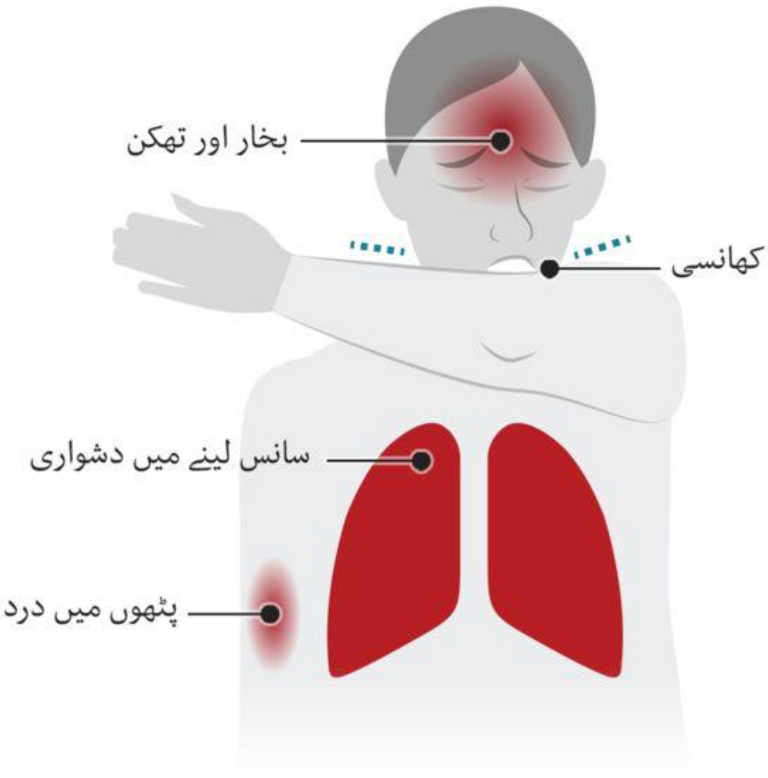
یہ وائرس پاکستان اور اس کے ہمسایہ ممالک میں بھی پہنچ چکا ہے۔ پاکستان میں تاحال اس کے 254 مریضوں کی تصدیق ہوئی ہے۔

اس کی علامات کیا ہیں؟

یہ بظاہر بخار سے شروع ہوتا ہے جس کے بعد خشک کھانسی آتی ہے۔

ایک ہفتے بعد سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے کچھ مریضوں کو ہسپتال لے جانے کے نوبت آ جاتی ہے۔

واضح رہے که اس انفیکشن میں ناک بہنے اور چھینکنے کی علامات بہت کم ہیں۔



اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کورونا وائرس سے متاثر ہیں
تو ان علامات پر غور کریں

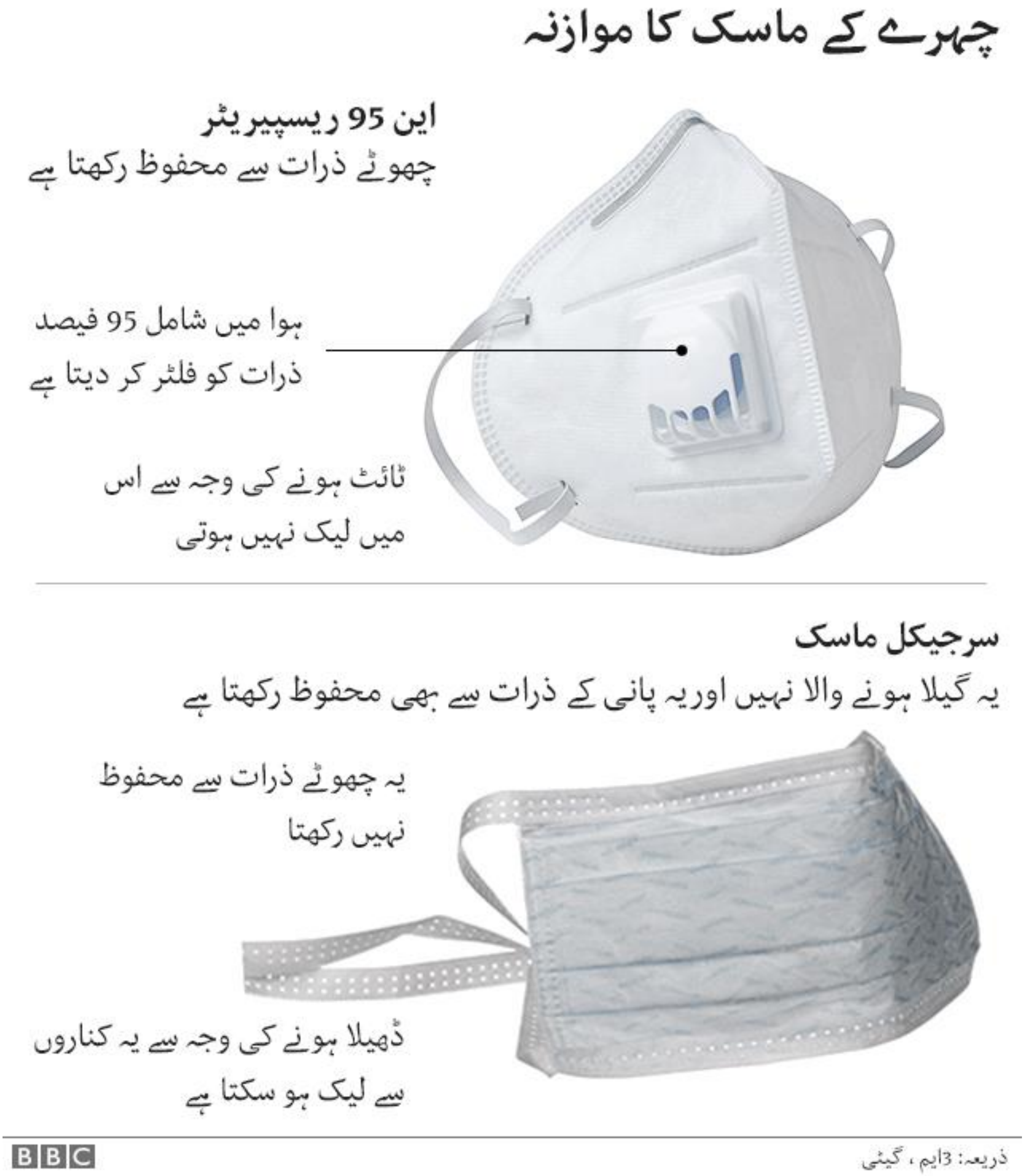
اس کی علامات کیا ہیں؟

یہ بظاہر بخار سے شروع ہوتا ہے جس کے بعد خشک کھانسی آتی ہے۔

ایک ہفتے بعد سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے کچھ مریضوں کو ہسپتال لے جانے کے نوبت آ جاتی ہے۔

واضح رہے کہ اس انفیکشن میں ناک بہنے اور چھینکنے کی علامات بہت کم ہیں۔

کچھ چینی سائنسدانوں کا خیال ہے کہ کچھ لوگ خود میں علامات ظاہر ہونے سے پہلے بھی انفیکشن پھیلانے کا سبب بن سکتے ہیں۔


چہرے کے ماسک کا موازنہ
این 95 ریسپیریٹر
چھوٹے ذرات سے محفوظ رکھتا ہے
ہوا میں شامل 95 فیصد
ذرات کو فلٹر کر دیتا ہے
ٹائٹ ہونے کی وجہ سے اس
میں لیک نہیں ہوتی
سرجیکل ماسک
یہ گیلا ہونے والا نہیں اور یہ پانی کے ذرات سے بھی محفوظ رکھتا ہے
یہ چھوٹے ذرات سے محفوظ
نہیں رکھتا
ڈھیلا ہونے کی وجہ سے یہ کناروں
سے لیک ہو سکتا ہے
BBC

ذریعہ: 3ایم ، گیٹی

کورونا وائرس کس قدر جان لیوا ہے؟

اس وائرس سے متاثر ہونے والے 44000 مریضوں کے ڈیٹا کے جائزہ کے بعد عالمی ادارہ صحت ڈبلیو ایچ او کا کہنا ہے کہ

- 81 فیصد افراد میں اس کی ہلکی پھلکی علامات ظاہر ہوئیں
- 14 فیصد میں شدید علامات ظاہر ہوئیں
- پانچ فیصد لوگ شدید بیمار پڑ گئے

اس بیماری جسے کووڈ 19 کا نام دیا گیا سے مرنے والوں کی شرح ایک سے دو فیصد رہی لیکن ان اعداد پر بھروسہ نہیں کیا جا سکتا۔

ہزاروں افراد کا علاج اب بھی جاری ہے اور شرح اموات بڑھ بھی سکتی ہے۔ لیکن یہ بھی غیر واضح ہے کہ ہلکی پھلکے علامات والے کتنے کیسز ہیں جو رپورٹ ہی نہیں ہوئے، اس صورت میں شرح اموات کم بھی ہو سکتی ہے۔

ہر سال ایک ارب افراد انفلوائنزا کا شکار ہوتے ہیں اور دو لاکھ نوے ہزار سے چھ لاکھ پچاس ہزار افراد ہلاک ہوتے ہیں۔ فلو کی شدت ہر سال بدلتی ہے۔

وائرس کا ٹیسٹ کئی جگہ ہو سکتا ہے

گھر پر

ٹیسٹنگ سینٹر پر

ہسپتال میں

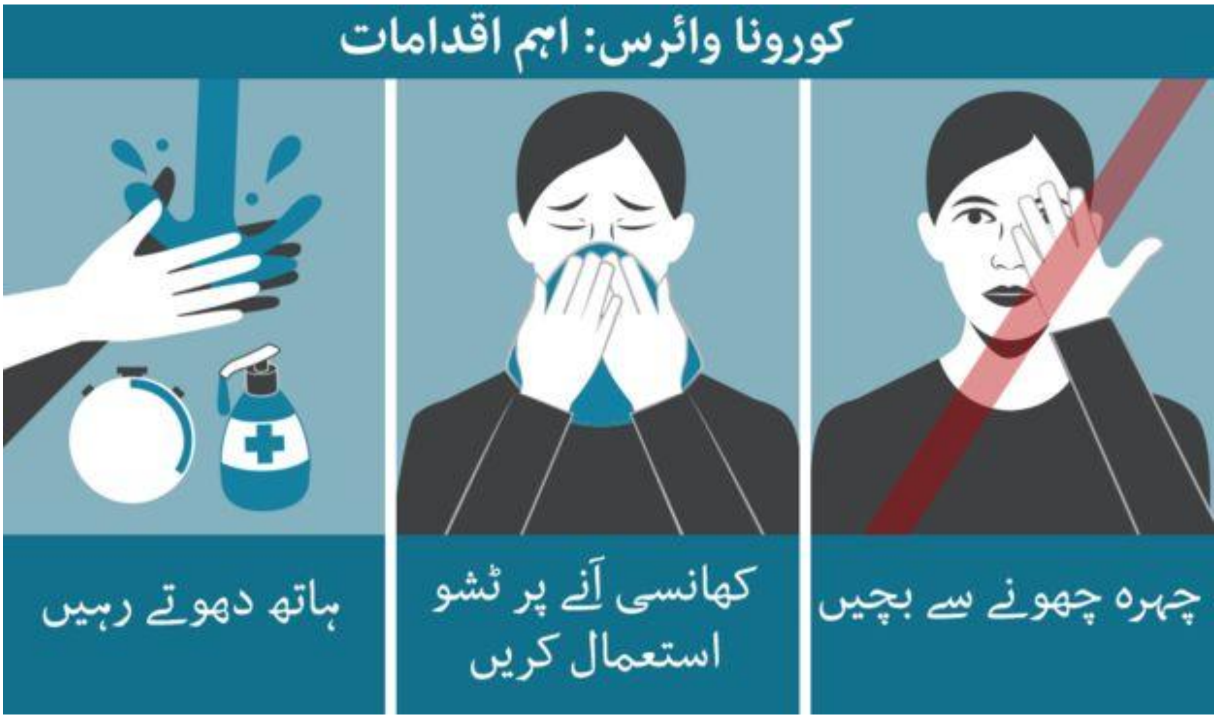
کیا کورونا وائرس کا علاج ممکن ہے؟

تاحال اس کا علاج بنیادی طریقوں سے کیا جا رہا ہے، مریض کے جسم کو فعال رکھ کر، سانس میں مدد فراہم کر کے، تاوقتکہ ان کا مدافعتی نظام اس وائرس سے لڑنے کے قابل ہو جائے۔

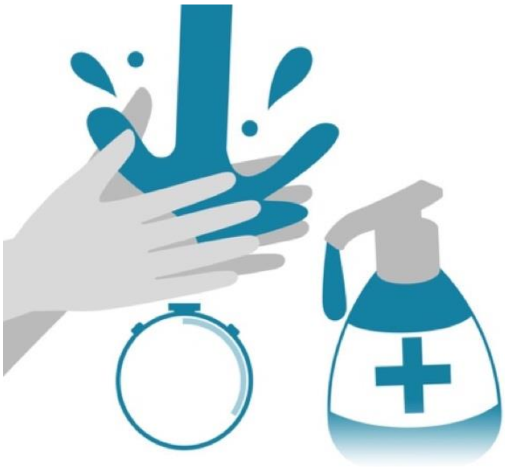
تاہم اس کے لیے ویکسین کی تیاری کا کام جاری ہے اور امید ہے کہ اس سال کے آخر تک اس کی دوا انسانوں پر آزمائی شروع کر دی جائے گی۔

ہسپتالوں میں وائرس کے خلاف پہلے سے موجود دواؤں کا استعمال شروع کر رکھا ہے تاکہ دیکھا جا سکے کہ آیا ان کا کوئی اثر ہے۔

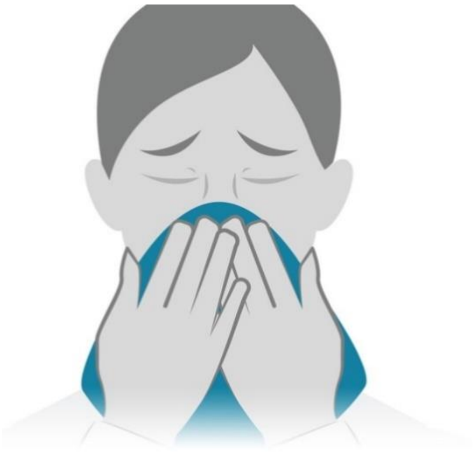
ہم خود کو کیسے محفوظ رکھ سکتے ہیں؟


کورونا وائرس: اہم اقدامات
چہرہ چھونے سے بچیں
کھانسی آنے پر ٹشو استعمال کریں
ہاتھ دھوتے رہیں

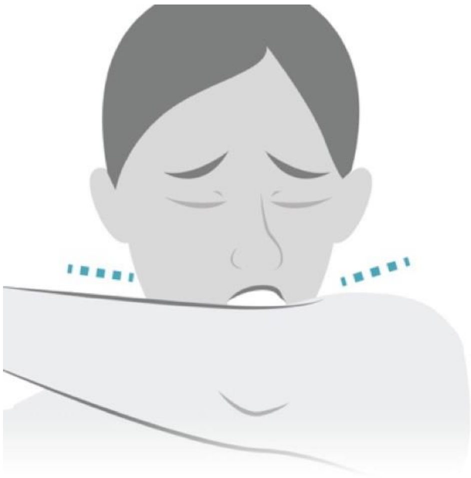
حفظانِ صحت کے ماہرین دنیا بھر میں پھیلنے والے کورونا وائرس سے بچاؤ کے لیے بہت سے مشورے دے رہے ہیں۔



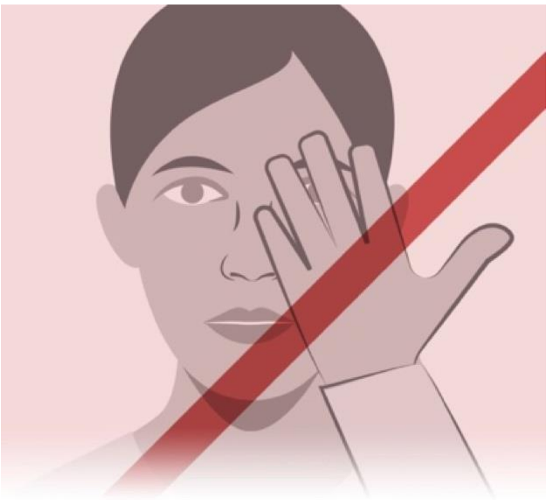
گرم پانی اور صابن سے بیس سیکنڈ تک ہاتھ دھوئیں یا
سینیٹائزر استعمال کریں



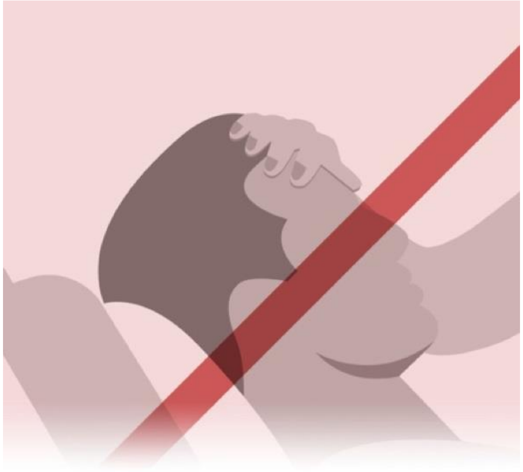
کھانسی اور چھینک آنے پر منہ پر ٹشو رکھیں



ٹشو نہ ہو تو آستین سے پوچھیں

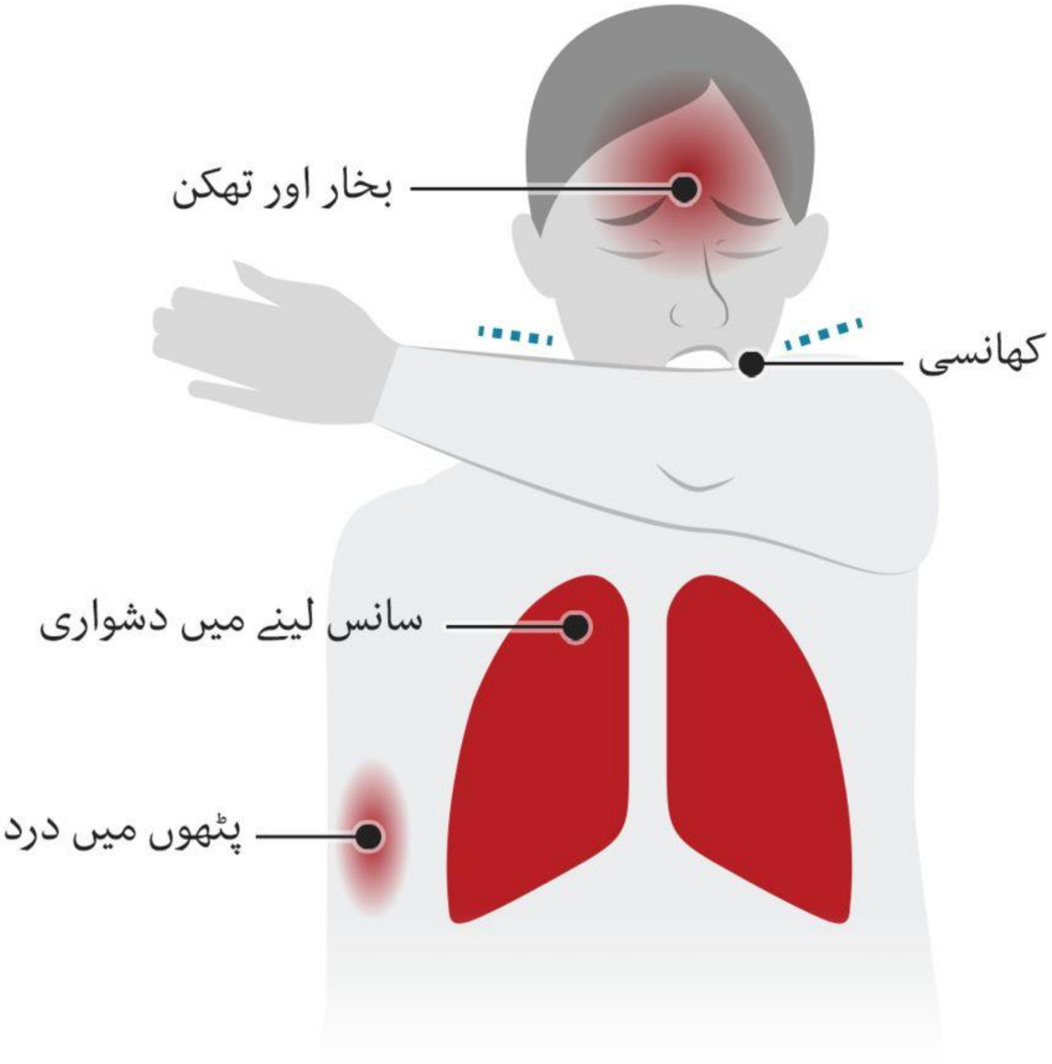


بغیر دھلے ہاتھ آنکھوں، ناک اور منہ پر نہ لگائیں



ان افراد سے دور رہیں جن کی صحت پہلے سے ہی
خراب ہے

علامات کیا ہیں؟


بخار اور تھکن
کھانسی
سانس لینے میں دشواری
پٹھوں میں درد

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کورونا وائرس سے متاثر ہیں تو ان علامات پر غور کریں

عالمی ادارہ صحت کا کہنا ہے:

- اپنے ہاتھ ایسے صابن یا جیل سے دھوئیں جو وائرس کو مار سکتا ہو۔
- کھانستے یا چھینکتے ہوئے اپنے منہ کو ڈھانپیں، بہتر ہوگا کہ ٹشو سے، اور اس کے فوری بعد اپنے ہاتھ دھوئیں تاکہ وائرس پھیل نہ سکے۔
- کسی بھی سطح کو چھونے کے بعد اپنی آنکھوں ، ناک اور منہ کو چھونے سے گریز کریں۔ وائرس سے متاثر ہونے کی وجہ سے یہ آپ کے جسم میں داخل ہو سکتا ہے۔
- ایسے لوگوں کے قریب مت جائیں جو کھانس رہے ہوں، چھینک رہے ہوں یا جنھیں بخار ہو۔ ان کے منہ سے وائرس والے پانی کے قطرے نکل سکتے ہیں جو کہ فضا میں ہو سکتے ہیں۔ ایسے افراد سے کم از کم ایک میٹر یعنی تین فٹ کا فاصلہ رکھیں۔
- اگر طبیعت خراب محسوس ہو تو گھر میں رہیں۔ اگر بخار ہو، کھانسی یا سانس لینے نمی دشواری تو فوری طبی مدد حاصل کریں۔ طبی حکام کی ہدایت پر عمل کریں۔

یہ کتنی تیزی سے پھیل رہا ہے؟

ہر روز ہزاروں نئے کیسز رپورٹ ہو رہے ہیں۔ تاہم تجزیہ کاروں کا کہنا ہے کہ اس کہ اصل میں یہ اس سے کہیں کمبڑے پیمانے پر پھیل رہا ہوسکتا ہے کم سے کم اس سے 10 گنا زیادہ جتنا کہ سرکاری اعداد و شمار میں بتایا جا رہا ہے۔

یہ اب تک جنوبی کوریا، اٹلی، ایران میں پھیل چکا ہے جس کے بعد یہ خدشہ ہے کہ یہ عالمی وبا بن جائے گی۔ کسی بھی انفیکشن کو عالمی وبا اس وقت قرار دیا جاتا ہے جب سے دنیا کے مختلف حصوں میں پھیل کر خطرہ بن جاتی ہے۔

عالمی ادارہ صحت کا کہنا ہے کہ وہ اس تعداد کے حوالےسے فک مند ہیں خصوصات ایسے کیسز کے بارے میں جن کا بلاواسطہ ’تعلق چین سے ہے۔ ادارے کا کہنا ہے کہ ’وائرس کے موجود ہونے کے امکانات بڑھتے جا رہے ہیں۔

موسم سرما میں سردی اور فلو کی وجہ سے یہ زیادہ تیزی سے پھیلا، امکان ہے کہ موسم میں تبدیلی اس وبا کے پھیلاو کو روکنے میں مدد دے گی۔

تاہم کورونا وائرس کی طرح کا ایک وائرس ’مڈل ایسٹ ریسپائریٹری سینڈروم‘ گرمیوں میں سعودی عرب پھیلتا ہے۔ اس لیے اس بات کی کوئی گارنٹی نہیں کہ گرمیاں اس وبا کو روک دیں گی۔

یہ سب شروع کیسے ہوا؟

یہ وائرس خود کوئی ’نیا نہیں‘ ہے۔ یہ صرف انسانوں میں نیا ہے۔ یہ ایک مخلوق سے دوسری میں آیا ہے۔

کئی ابتدائی کیسز چین میں ووہان کے ایسے بازار سے جوڑی گئے جہاں جانوروں کا گوشت ملتا تھا۔

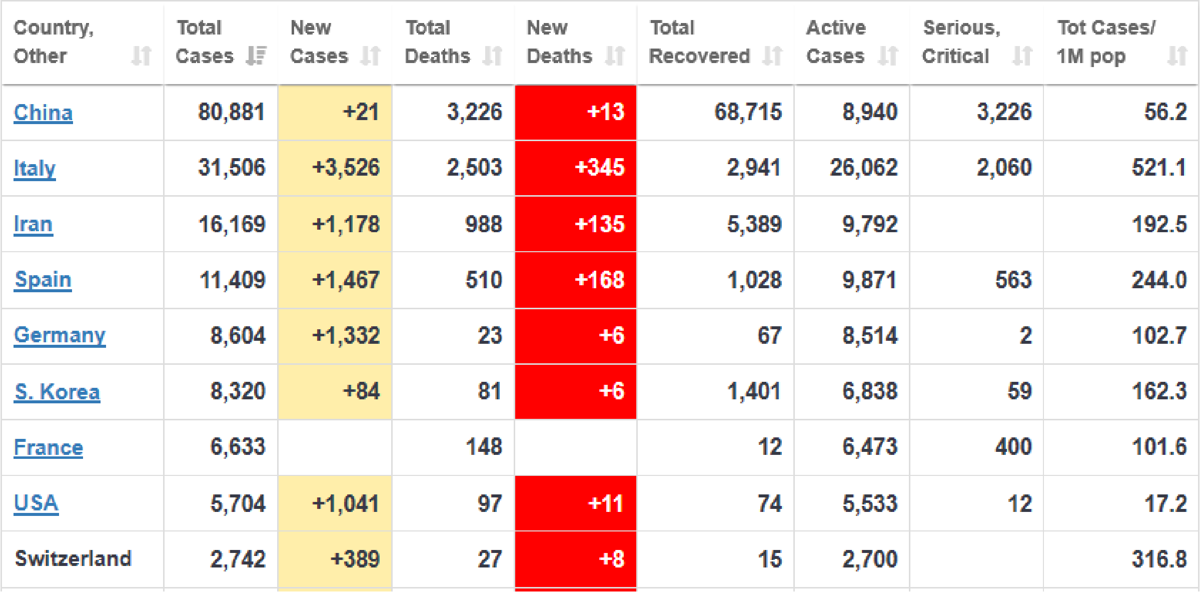
چین میں کئی لوگ جانوروں سے بہت قریب ہوتے ہیں جس سے یہ وائرسز منتقل ہو سکتا ہے۔ اور گنجان آباد شہروں کا مطلب ہے کہ یہ بیماریاں آسانی سے پھیل سکتی ہیں۔

سارس نامی بیماری بھی کورونا وائرس سے ہی شروع ہوئی تھی۔ یہ چمگادڑوں سے شروع ہوئی اور سیوٹ کیٹ سے ہوتی ہوئی انسانوں تکل پہنچی تھی۔

سارس کی وبا نے چین میں سال 2002 کے دوران 774 افراد کو ہلاک کیا جبکہ آٹھ ہزار سے زائد اس سے متاثر ہوئے۔

حالیہ وائرس کورونا وائرس سے کی یہ ساتویں قسم ہے اور اب تک اس میں کوئی تبدیلی نہیں دیکھی گئی۔ لیکن جب حالات سنبھل جائیں گے تو سائنسدان اس کا قریبی جائزہ لیں گے۔

کورونا وائرس، کس ملک میں کتنے مریض، کتنے ہلاک، کتنے صحت یاب



Country, Other	Total Cases	New Cases	Total Deaths	New Deaths	Total Recovered	Active Cases	Serious, Critical	Tot Cases/ 1M pop
China	80,881	+21	3,226	+13	68,715	8,940	3,226	56.2
Italy	31,506	+3,526	2,503	+345	2,941	26,062	2,060	521.1
Iran	16,169	+1,178	988	+135	5,389	9,792		192.5
Spain	11,409	+1,467	510	+168	1,028	9,871	563	244.0
Germany	8,604	+1,332	23	+6	67	8,514	2	102.7
S. Korea	8,320	+84	81	+6	1,401	6,838	59	162.3
France	6,633		148		12	6,473	400	101.6
USA	5,704	+1,041	97	+11	74	5,533	12	17.2
Switzerland	2,742	+389	27	+8	15	2,700		316.8

تاریخ: ۱۸.۰۳.۲۰۲۰ جرمنی ، فرانکفورٹ

مزید معلومات کے لئے ہم سے رابطہ کریں:

0049162 3737319
www.impuls-frankfurt-ev.de
info@impuls-frankfurt-ev.de

ذرائع: DW , BBC , WHO