

آئیے، کوویڈ 19
کے پھیلاؤ کا سلسلہ روکیں:

کوویڈ 19 متاثرین
کی فوری تشخیص
اور قریبی افراد کا جائزہ

آپ کے لیے نظام صحت کے ذرائع



محکمہ صحت کی ویب پر
La Meva Salut کا حصہ بنیے۔

اس لنک پر موجود فارم کے ذریعے:
lamevasalut.gencat.cat/alta

اگر آپ کو کورونا کی علامات کا سامنا ہے تو آپ:

➤ اپنے بنیادی مرکز صحت سے رابطہ کریں۔

/061

Salut
Respon

➤ 061 پر کال کریں۔

La Meva
/Salut

➤ یا La Meva Salut پر eConsulta
کے ذریعے معلومات حاصل کریں۔

وائرس کی علامات کا مسلسل جائزہ لیں:



یہ ایپلیکیشن ڈاؤن لوڈ کریں
STOP COVID19 CAT

اپنی جذباتی صحت کا خیال رکھیں۔



اس لنک پر جائیں۔

GestioEmocional.cat



مزید معلومات کے لیے یہ لنک دیکھیں:
canalsalut.gencat.cat/coronavirus

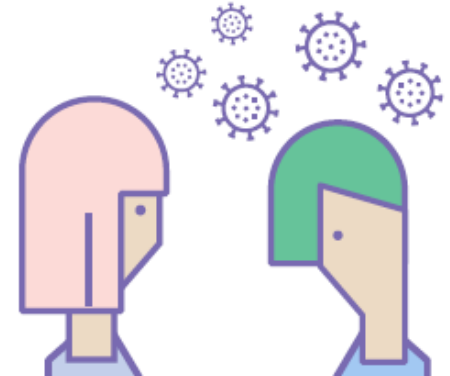
کوویڈ 19 کے متاثرین اور ان کے قریبی افراد
تشخیص کیوں ضروری ہے؟

/ کوویڈ کے متاثرین کی فوری تشخیص اور ان کے قریبی افراد
شناخت اور آنسو لیشن وائرس کے پھیلاؤ اور نئی لہروں کو روکنا
لیے انتہائی بنیادی چیز ہے۔

/ مزید یہ کہ، اس طرح ان کی علامات کا جائزہ لیا جا سکتا ہے
کو احتیاطی آنسو لیشن اختیار کرنے کی ہدایت دی جا سکتی ہے
اسی طرح ان کا ایسا تشخیصی ٹیسٹ بھی کیا جا سکتا ہے ج
مدد سے کوویڈ 19 سے متاثرہ ایسے افراد کا پتا لگایا جن کی ع
ظاہر نہیں ہوتیں۔

قریبی افراد کون ہیں؟

/ یہ وہ افراد ہیں جن کی متاثرہ شخص کے ساتھ علامات ظاہر
کے آغاز سے پچھلے 48 گھنٹوں کے دوران 2 میٹر سے کم
فاصلے پر 15 منٹ سے زیادہ وقت کے لیے براہ راست ملاقات
ہو۔



اگر میں متاثرہ شخص کا قریبی فرد ہوں تو کیا ہوگا؟



/ اگر آپ کوویڈ 19 سے متاثرہ کسی شخص کے قریبی فرد ہیں تو اس بات کی اطلاع آپ کو بذریعہ ٹیلیفون کال دی جائے گی اور آپ کا ContacteCovid.cat کا ایک SMS بھی موصول ہوگا۔



/ آپ کو 10 دن کے لیے احتیاطی آنسولیشن اختیار کرنا ہوگی، اُس دن سے شروع کر کے جس دن آپ متاثرہ شخص سے براہ راست رابطے میں رہے۔ چاہے آپ کا اپنا چاہے آپ کا اپنا ٹیسٹ پوزیٹو ہے یا نیگیٹو۔

/ ہم آپ کا تشخیصی ٹیسٹ کرنے کے لیے آپ کے ساتھ رابطہ قائم کریں گے۔



/ یہ ضروری ہے کہ آپ دن میں 2 بار STOP COVID19 CAT ایپلیکیشن کے ذریعے علامات کا جائزہ لیں۔

061
Salut
Respon

/ اگر آپ کو علامات کا سامنا ہے تو:
اپنے بنیادی مرکز صحت سے رابطہ کریں۔

La Meva
/Salut

061 پر کال کریں۔
یا La Meva Salut کے آپشن میں
eConsulta شروع کریں۔

/ اگر آپ کام کر رہے ہیں، اور آپ گھر بیٹھ کر کام نہیں کر سکتے، تو آپ کو کام سے عارضی رخصت حاصل کرنے کے لیے ضروری معلومات موصول ہو جائے گی۔

/ اگر آنسولیشن کا دورانیہ مکمل ہونے پر آپ میں کوئی علامت ظاہر نہیں ہوئی تو ایسی صورت میں آپ کا ڈاکٹر ہی آپ کو بتائے گا کہ آپ اپنے روز مرہ کے معاملات کو کب دوبارہ شروع کر سکتے ہیں۔

یاد رکھیں: فوری تشخیص اور قریبی افراد کی شناخت اور ان کی آنسولیشن و باء کو کنٹرول کرنے کے لیے بنیادی چیزیں ہیں۔



اگر مجھے کوویڈ 19 سے متاثر ہونے کی تصدیق ہو جاتی ہے تو؟

/ اگر آپ کے کوویڈ 19 سے متاثر ہونے کی تصدیق ہو جاتی ہے تو آپ کے طبی مرکز کی طرف سے آپ کو مطلع کیا جائے گا۔ آپ کو ContacteCovid.cat کا ایک SMS بھی ملے گا جہاں سے آپ اپنے قریبی افراد کی اطلاع دے سکیں گے، علامات کا مسلسل جائزہ لے سکیں گے، گھر پر آنسولیشن اختیار کرنے بارے رہنمائی حاصل کر سکیں گے اور کام سے عارضی رخصت نامہ (باخا) حاصل کرنے کے بارے جانکاری حاصل کر سکیں گے۔

/ محکمہ صحت کے اہلکار / ڈاکٹر آپ کو معلومات بھی دیں گے اور آپ کی علامات کا جائزہ بھی لیں گے۔

/ ٹیسٹ کے نتیجہ آپ La Meva Salut پر دیکھ سکیں گے۔



1 آپ نے Gestors Covid یا ContacteCovid.cat کے ذریعے اپنے قریبی افراد کی اطلاع دینی ہوگی۔



2 آپ کو گھر میں آنسولیشن اختیار کرنی ہوگی، جس کے دورانے اور طریقہ کار کے بارے آپ کو ڈاکٹر آگاہ کریں گے۔



3 آپ کو علامات کا دھیان رکھنا ہوگا، اور دن میں 2 مرتبہ جائزہ لینا ہوگا، اس کی اطلاع Stop Covid19 Cat ایپلیکیشن کے ذریعے دینی ہوگی، اگر آپ ایپلیکیشن استعمال نہیں کر سکتے تو یہ ضروری ہے کہ آپ دن میں 2 بار بخاریعنی جسم کا درجہ حرارت چیک کریں۔

4 اگر آپ کی علامات مزید خراب ہو جاتی ہیں تو 061 پر فون کریں یا La Meva Salut ایپلیکیشن پر eConsulta کے ذریعے اپنے ڈاکٹر کے ساتھ رابطہ کریں۔



5 اگر آپ کو کام سے عارضی رخصت نامہ یا باخا لینا ضروری ہو تو یہ کام آپ La Meva Salut پر eConsulta کے ذریعے کر سکتے ہیں۔

کوویڈ 19 کی علامات ظاہر ہونے پر مجھے کیا کرنا چاہیے؟

/ اگر آپ کو بخار، کھانسی، سانس میں دشواری، طبیعت کی مجموعی خرابی، موشن زیا قے (ألٹی) جیسی علامات ہیں تو:

➤ اپنے بنیادی مرکز صحت سے رابطہ کریں۔

061
Salut
Respon

➤ 061 پر کال کریں۔

➤ یا La Meva Salut کے آپشن میں
eConsulta شروع کریں۔

La Meva
/Salut

/ آپ کا ڈاکٹر علامات کا جائزہ لے گا اور اگر ضروری ہو تو تشخیصی ٹیسٹ کرے گا۔



آپ ٹیسٹ کے رزلٹ La Meva Salut میں دیکھ سکیں گے۔



اگر میں ایک مشتبہ کیس ہوں تو مجھے کیا کرنا ہے؟

➤ / اگر آپ کوویڈ 19 کا ایک مشتبہ کیس ہیں تو یہ ضروری ہے کہ آپ علامات ظاہر ہونے سے 48 گھنٹے پہلے یا تشخیصی ٹیسٹ سے پہلے اپنے ساتھ براہ راست ربط میں رہنے والے افراد کی نشاندہی کریں۔

➤ / یہ کام آپ Gestor/a Covid کے ذریعے یا ContacteCovid.cat استعمال کرتے ہوئے کر سکتے ہیں، جو کہ آپ کو SMS کے ذریعے ملے گا۔