نظر ثانی شدہ 30 ستمبر 2021

سیلف آئسولیشن کے لیے کووڈ-19 کلاس آرڈر

سیلف آئسولیشن کے لیے کووڈ-19 کلاس آرڈر کیا ہے؟

"کلاس آرڈر" اس آرڈر کے تحت محیط لوگوں کو تب تک گھر پر رہنے اور خود کو آئسولیٹ کرنے کی ہدایت دیتا ہے جب تک وہ متعدی ہوں۔ اس کا مقصد کووڈ-19 کا پھیلاؤ کم کرنا اور ٹورنٹو میں ہر کسی کی صحت کا تحفظ کرنا ہے۔

کیا ٹورنٹو پبلک ہیلتھ ایک کلاس آرڈر جاری کر سکتا ہے، اور یہ کتنی مدت تک مؤثر رہے گا؟

صوبائی صحت *کا تحفظ اور پروموشن ایکٹ (Health Protection and Promotion Act)* میڈیکل آفیسر برائے صحت کو ایک "کلاس آرڈر" جاری کرنے دیتا ہے۔ یہ آرڈر پہلی بار 1 اپریل 2020 کو جاری ہوا تھا، اور بالکل حالیہ دنوں میں 30 ستمبر کو اس میں ترمیم ہوئی تھی۔ یہ آرڈر تب تک نافذ العمل ہے جب تک میڈیکل آفیسر برائے صحت اس کے مزید درکار نہیں ہونے کا اعلان نہ کر دیں۔

کلاس آرڈر کس پر لاگو ہوتا ہے؟

کلاس آرڈر کا نشانہ درج ذیل افراد ہیں:

- کووڈ-19 کی علامات میں مبتلا افراد۔
- وہ افراد جن کا کووڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت ہے۔
- جس فرد کا کووڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت ہے اس کے ساتھ حالیہ قریبی رابطے میں آنے والے لوگ۔ اس میں نگراں اور گھرانے کے ممبران، اور دیگر ایسے افراد شامل ہیں جن کو ممکن ہے ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کے ذریعہ شناخت کیا گیا ہو۔
- جن لوگوں کو بصورت دیگر ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کی جانب سے خود کو آئسولیٹ کرنے کی ہدایت دی گئی ہے۔

16 سال سے کم عمر کے جو افراد ان میں سے کسی بھی زمرہ میں ہیں ان کے والدین/سرپرست یہ یقینی بنانے کے ذمہ دار ہیں کہ 16 سال سے کم عمر کا فرد کلاس آرڈر کے تقاضوں پر عمل کرتا ہے۔

لوگوں کو کتنی مدت تک خود کو آئسولیٹ کرنا ضروری ہے؟

سیلف آئسولیشن کے 30 ستمبر کو اپ ڈیٹ کیے گئے تھے تاکہ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کے نئے رہنما خطوط اس میں شامل ہو جائیں۔

- جن لوگوں کو معمولی یا معتدل بیماری ہو انہیں اپنی علامات شروع ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک، یا اگر ان میں علامات نہیں ہیں تو مثبت ٹیسٹ انہیں موصول ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک آئسولیٹ کرنا ضروری ہے۔
- جن لوگوں کو شدید بیماری ہو (جس کے لیے ICU سطح کا تعاون مطلوب رہا ہو) یا جو لوگ شدید طور پر امتناعی مصئونیت کے شکار ہوں انہیں اپنی علامات شروع ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 20 دنوں تک آئسولیٹ کرنا ضروری ہے۔
- جو لوگ کووڈ-19 والے کسی فرد کے قریبی روابط ہوں انہیں اس فرد کے ساتھ اپنے آخری رابطہ کے بعد والے دن سے شروع کر کے کم از کم 10 دنوں تک آئسولیٹ کرنا ضروری ہے۔

کیا کچھ لوگوں کو کلاس آرڈر سے مستثنی قرار دیا جا سکتا ہے؟

ضروری سروس کے کچھ کارکنان، جو قریبی روابط ہیں نیز ان میں کوئی علامت نہیں ہے انہیں کام کرنے کی اجازت مل سکتی ہے۔ تاہم ان کے لیے ضروری ہے کہ جب بھی وہ کام نہیں کر رہے ہوں یا دفتر آمد و رفت کا سفر نہیں کر رہے ہوں تو گھر پر خود کو آئسولیٹ کریں۔ استثناء دیگر حالات میں بھی مثلاً گھریلو تشدد سے فرار ہونے والے لوگوں کے لیے دیے جا سکتے ہیں۔ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ ہر صورتحال کے لیے استثناء کا جائزہ لے گا اور تعین کرے گا کہ آیا کوئی استثناء کیا جائے یا نہیں۔

نظر ثانی شدہ 30 ستمبر 2021

اگر لوگوں کو پوری طرح سے ٹیکہ لگ گیا ہے تو کیا انہیں خود کو آئسولیٹ کرنا ضروری ہے؟

لوگ پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے ہوتے ہیں اگر انہیں موصول کرنے کے بعد سے 14 دن گزر گئے ہوں۔

- کسی بھی قدرے مشترک میں ہیلتھ کینیڈا سے مجاز کووڈ-19 کے ٹیکے کی خوراکوں کی پوری سیریز،
- ہیلتھ کینیڈا سے غیر مجاز کووڈ-19 کے ٹیکے کی ایک یا دو خوراکیں نیز ہیلتھ کینیڈا سے مجاز کووڈ-19 کے ٹیکے کی ایک خوراک، جو ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کے لیے اطمینان بخش ہو، یا
- ہیلتھ کینیڈا سے غیر مجاز کووڈ-19 کے ٹیکے کی تین خوراکیں، جو ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کے لیے اطمینان بخش ہو۔

کووڈ-19 کی علامات میں مبتلا پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے افراد کا ٹیسٹ ہونا چاہیے اور ٹیسٹ کے نتائج کا انتظار کرنے کے دوران انہیں خود کو آئسولیٹ کرنا چاہیے۔ اگر ان کا ٹیسٹ منفی ہے تو، 24 گھنٹے تک ان کی علامات میں بہتری آنے پر اور بخار کم کرنے والی دوا لیے بغیر انہیں بخار نہیں ہونے پر وہ سیلف آئسولیشن سے باہر آنے پر قادر ہیں؛ اگر انہیں معدے و آنت کی کوئی علامت (مثلاً، متلی، پیٹ کی گڑبڑی، اسہال) درپیش ہے تو، یہ سیلف آئسولیشن سے باہر آنے سے پہلے 48 گھنٹے تک ان علامات میں بہتری آنا ضروری ہے۔

پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے جن افراد کا ٹیسٹ مثبت ہے انہیں علامات شروع ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک، یا اگر ان میں علامات نہیں ہیں تو مثبت ٹیسٹ موصول ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک خود کو آئسولیٹ کرنا چاہیے، الّا یہ کہ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کی طرف سے بصورت دیگر ہدایت دی گئی ہو۔

پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے جو افراد کووڈ-19 میں مبتلا کسی فرد کے قریبی روابط تھے انہیں آئسولیشن سے مستثنی قرار دیا جا سکتا ہے اگر، پوری طرح سے ٹیکہ لگوانے کے علاوہ، وہ درج ذیل تمام معیار پورا کرتے ہوں:

- وہ لا علامتی ہوں (ان میں کوئی علامت نہ ہو)
- ان کا نظام مامونیت کمزور نہ ہو (مثلاً، کسی عضو یا ساق خلیہ کا ٹرانسپلانٹ موصول نہیں کیا ہو، یا کیموتھراپی یا امتناعی مصئونیت والی تھیراپیز نہیں چل رہی ہوں)
- طویل مدتی نگہداشت یا ریٹائرمنٹ ہوم کے مکین یا نگہداشت صحت کے ادارے میں داخل شدہ مریض نہ ہوں

چاہے وہ پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے ہوں، پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے قریبی روابط کو:

- صحت عامہ کے اقدامات پر عمل کرنا لازم ہے، جیسے ماسک پہننا اور ضرورت پڑنے پر سماجی دوری قائم رکھنا
- مصیبت زدہ آبادی والی سیٹنگز میں یا جہاں ٹیکہ نہیں لگوائے ہوئے افراد کی ایک بڑی تعداد ہو وہاں (مثلاً طویل مدتی کیئر ہوم، پناہ گاہ، اسکول، یا چائلڈ کیئر کی سیٹنگ میں رضاکارانہ کام کرنا یا جانا) آخری ابتلاء کے بعد 10 دنوں تک غیر ضروری ملاقاتوں سے بچنا لازم ہے
- 14 ستمبر 2021 کی وزارت صحت کی عبوری رہنمائی کے مطابق، اپنے ابتلاء کی رپورٹ اپنے آجر کو کرنے کی اور ان کے مینیجر اور یا آکیوپیشنل ہیلتھ ڈپارٹمنٹ کے ذریعے مطلوب کسی پابندی پر عمل کرنے کی ترغیب دی جاتی ہے

اگر لوگوں کو حالیہ کووڈ-19 کا انفیکشن ہوا ہو تو کیا انہیں آئسولیٹ کرنے کی ضرورت ہے:

حالیہ کووڈ -19 کے انفیکشن والے لوگ وہ ہیں جن کا پچھلے 90 دنوں میں کووڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت رہا ہے اور جو اپنے پہلے انفیکشن سے مبرا ہو گئے تھے۔

نظر ثانی شدہ 30 ستمبر 2021

حالیہ کووڈ -19 کے انفیکشن والے لوگوں اور جن لوگوں کو اب کووڈ-19 کی نئی علامات درپیش ہیں انہیں ٹیسٹ کروانا چاہیے اور ٹیسٹ کے نتائج کا انتظار کرنے کے دوران خود کو آئسولیٹ کرنا چاہیے۔ اگر ان کا ٹیسٹ منفی ہے تو، 24 گھنٹے تک ان کی علامات میں بہتری آنے پر اور بخار کم کرنے والی دوا لیے بغیر انہیں بخار نہیں ہونے پر وہ سیلف آئسولیشن سے باہر آنے پر قادر ہیں؛ اگر انہیں معدے و آنت کی کوئی علامت (مثلاً، متلی، پیٹ کی گڑبڑی، اسہال) درپیش ہے تو، یہ سیلف آئسولیشن سے باہر آنے سے پہلے 48 گھنٹے تک ان علامات میں بہتری آنا ضروری ہے۔

حالیہ کووڈ -19 کے انفیکشن والے جن لوگوں کا ٹیسٹ مثبت ہے انہیں علامات شروع ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک، یا اگر ان میں علامات نہیں ہیں تو مثبت ٹیسٹ موصول ہونے کے بعد والے دن سے شروع کر کے 10 دنوں تک خود کو آئسولیٹ کرنا چاہیے، الّا یہ کہ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کی طرف سے بصورت دیگر ہدایت دی گئی ہو۔

حالیہ کووڈ -19 کے انفیکشن والے لوگ اور جو لوگ کووڈ-19 کے انیفکشن والے افراد کے قریبی روابط تھے وہ سیلف آئسولیشن سے مستثنی قرار دیے جا سکتے ہیں، اگر وہ، اس کے علاوہ، درج ذیل تمام معیار پورا کرتے ہوں:

- لا علامتی ہوں (ان میں کوئی علامت نہ ہو)
- نظام مامونیت کمزور نہ ہو (مثلاً، کوئی عضو یا ساق خلیہ کا ٹرانسپلانٹ نہ کروایا ہو، یا کیموی تھراپی یا مصئونی امتناعی معالجے نہیں کروا رہے ہوں)
- طویل مدتی نگہداشت یا ریٹائرمنٹ ہوم کے مکین یا نگہداشت صحت کی سیٹنگ میں بھرتی مریض نہ ہوں۔

چاہے وہ سیلف آئسولیشن سے مستثنی قرار دیے گئے ہوں، حالیہ مثبت قریبی روابط کو:

- جتنی جلدی ممکن ہو اور آخری ابتلاء والے دن کو یا اس سے 7 دن بعد ٹیسٹ کروانا چاہیے
- صحت عامہ کے اقدامات پر عمل کرنا لازم ہے، جیسے ماسک پہننا اور ضرورت پڑنے پر سماجی دوری قائم رکھنا
- مصیبت زدہ آبادی والی سیٹنگز میں یا جہاں ٹیکہ نہیں لگوائے ہوئے افراد کی ایک بڑی تعداد ہو وہاں (مثلاً طویل مدتی کیئر ہوم، پناہ گاہ، اسکول، یا چائلڈ کیئر کی سیٹنگ میں رضاکارانہ کام کرنا یا جانا) آخری ابتلاء کے بعد 10 دنوں تک غیر ضروری ملاقاتوں سے بچنا چاہیے
- 14 ستمبر 2021 کی وزارت صحت کی عبوری رہنمائی کے مطابق، اپنے ابتلاء کی رپورٹ اپنے آجر کو کرنے کی اور ان کے مینیجر اور یا آکیوپیشنل ہیلتھ ڈپارٹمنٹ کے ذریعے مطلوب کسی پابندی پر عمل کرنے کی ترغیب دی جاتی ہے

سیلف آئسولیشن کس طرح کام کرتا ہے؟

سیلف آئسولیشن کا مطلب ہے گھر پر یا کسی آئسولیشن فسیلیٹی میں رہنا۔ باہر نہ جائیں یا ملاقاتیوں سے نہ ملیں۔ دوسروں کے ساتھ قریبی رابطہ سے بچیں۔ اس کا مطلب گھر پر رہنے والے دوسرے لوگوں سے ممکن حد تک زیادہ سے زیادہ دوری بنا کر رکھنا بھی ہے۔ اگر ممکن ہو تو، ایک علیحدہ باتھ روم اور بیڈ روم استعمال کریں۔ کمروں کا اشتراک کرتے ہوئے، ہوا کی اچھی روانی کے لیے کھڑکیاں کھول دیں۔ آن لائن خریداری کریں یا کسی اور سے رسد منگوائیں۔ اگر کریانہ سامان، نسخے والی دوائیں یا دیگر خدمات درکار ہوں تو مشورے کے لیے براہ کرم ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو 416-338-7600 پر کال کریں۔ خود کو آئسولیٹ کرنے کا طریقہ دیکھیں۔

جن لوگوں کے پاس ایسی رہائش نہیں ہے جس میں انہیں دوسروں سے آئسولیٹ کرنے کی سہولت ہو، جنہیں بے گھری کا سامنا ہو، یا جو گھر پر غیر محفوظ محسوس کرتے ہوں انہیں عارضی رہائش گاہ فراہم کی جا سکتی ہے۔ اہلیت پر گفتگو کرنے کے لیے براہ کرم ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو 416-338-7600 پر کال کریں۔

کیا لوگ سیلف آئسولیٹ کرنے کے دوران طبی اپائنٹمنٹس میں جا سکتے ہیں؟

نظر ثانی شدہ 30 ستمبر 2021

لوگ خود کو آئسولیٹ کر رہے ہونے کے دوران بھی لازمی طبی اپائنٹمنٹس کے لیے جا سکتے ہیں۔ طبی کلینک یا ہسپتال جانے سے پہلے ہدایات کے مدنظر ٹورنٹو پبلک ہیلتھ سے 416-338-7600 پر رابطہ کریں۔

ٹیکہ کاری سے متعلق اپائنٹمنٹس تب تک ملتوی کر دی جائیں جب تک سیلف آئسولیشن مکمل نہ ہوجائے۔

اگر لوگ خود کو آئسولیٹ نہیں کرتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟

جو لوگ کلاس آرڈر کی تعمیل نہیں کرتے ہیں انہیں سزا ہونے پر $5,000 فی دن جرمانہ عائد کیا جا سکتا ہے۔ اعانت کے لیے پولیس کو بلایا جا سکتا ہے۔

لوگوں کو رابطہ کے نام اور دیگر معلومات ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو فراہم کرنا کیوں ضروری ہے؟ ان کی رازداری کس طرح تحفظ یافتہ ہے؟

درخواست کرنے پر، جو لوگ کلاس آرڈر کے ذریعے محیط ہیں انہیں ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو کسی بھی ایسے شخص کے نام اور رابطے کی معلومات (ٹیلیفون نمبرز، پتے، ای میل پتے) فراہم کرنا ضروری ہے جن کے ساتھ وہ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کی متعین کردہ تاریخوں اور اوقات کے دوران قریبی رابطے میں تھے۔ یہ معلومات صرف رابطے کی ٹریسنگ کے لیے استعمال کی جائیں گی۔

یہ معلومات فراہم کرنا ضروری ہے۔ یہ چیز ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو بیماری دوسروں کو لاحق ہونے سے روکنے کی کارروائی کرنے کا اہل بناتی ہیں۔ ٹورنٹو اور پورے اونٹاریو میں اسکولوں، کاروبار اور کمیونٹی کی دیگر اہم سرگرمیوں کو کھلا رکھنے کی ہماری مشترکہ اہلیت یہ اہم کام کرنے کی ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کی اہلیت پر منحصر ہے۔

ٹورنٹو پبلک ہیلتھ اس بات کو سمجھتا ہے کہ لوگوں کو اپنی رازداری کے بارے میں تشویشات لاحق ہوں گی۔ ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کے ذریعے اکٹھا کردہ ساری معلومات کو معلومات صحت کے مدنظر اونٹاریو کی رازداری کے قانون، *ذاتی معلومات صحت کے تحفظ کا ایکٹ، 2004* (*Personal Health Information Protection Act, 2004*) کے ذریعے تحفظ حاصل ہے۔

کیا کلاس آرڈر کو لوگ قانونی طور پر چیلنج کر سکتے ہیں؟

جن لوگوں پر کلاس آرڈر لاگو ہوتا ہے وہ صحت خدمات پر اپیل اور جائزہ بورڈ کے پاس اپیل کر سکتے ہیں۔

***کورنٹین ایکٹ* کے تحت وفاقی آرڈر کے بارے میں لوگوں کو کیا جاننے کی ضرورت ہے؟**

وفاقی کورنٹین آرڈر کینیڈا میں داخل ہونے والے تمام مسافروں پر لاگو ہوتا ہے، جو 25 مارچ 2020 سے مؤثر ہے۔ یہ تمام مسافروں سے 14 دنوں تک خود کو کورنٹین کرنے کا تقاضا کرتا ہے، نیز پوری طرح سے ٹیکہ لگوائے ہوئے کچھ مسافروں کو استثناء حاصل ہے۔ مسافروں کے لیے حکومت کینیڈا کی معلومات دیکھیں۔

کچھ صورتوں میں، جن لوگوں کو وفاقی آرڈر کے تحت کورنٹین کرنا ضروری ہے وہ کلاس آرڈر کے مستوجب بھی ہو سکتے ہیں (مثلاً، جن افراد میں کووڈ-19 کی تشخیص ہوئی ہو اور حال ہی میں سفر سے واپس بھی آئے ہوں)۔

مزید معلومات

صحت کی تشخیص کے لیے، ڈاکٹر کے دفتر یا ٹیلی ہیلتھ اونٹاریو کو 1-866-797-0000 پر کال کریں۔ کلاس آرڈر کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، ٹورنٹو پبلک ہیلتھ کو 416-338-7600 پر کال کریں۔