کووِڈ-19 اور سانس کے وائرس

بچوں/ طلباء/ بالغوں کیلئے روزانہ کی اسکریننگ۔ والدین/سرپرست اپنے بچے کیلئے مکمل کر سکتے ہیں۔

6 ستمبر، 2022ء

1. کیا آپ میں ان میں سےکوئی نئی یا بگڑتی ہوئی علامات* موجود ہیں؟ ☐ جی ہاں ☐ جی نہیں

A) ایک یا اس سے زائد:

بخار > 37.8 ڈگری سینٹی گریڈ اور/ یا کپکپی لگنا

کھانسی

سانس لینے میں دشواری

ذائقہ/ بُو ختم ہونا یا کمی ہونا

B) دو یا اس سے زائد:

گلےکی سوزش

سر درد

بہت تھکاوٹ محسوس کرنا

بہتی ہوئی ناک/ ناک بند ہونا

پٹھوں میں درد/ جوڑوں کا درد

متلی/ الٹی/ اسہال

2. کیا پچھلے 10 دنوں میں آپ کا کووِڈ-19 ٹیسٹ مثبت نکلا ہے اور آپ میں علامت (علامات) موجود ہیں؟ ☐ جی ہاں ☐ جی نہیں

اگر سوال نمبر 1 یا 2 کا جواب "ہاں" میں ہے تو گھر میں رہیں اور خود کو الگ تھلگ رکھیں + اضافی اقدامات پر عمل کریں**

3. کیا آپ کو 1(B) میں صرف ایک ہی علامت ہے یا درج ذیل نئی یا بگڑتی ہوئی علامات* میں سےکوئی ہیں؟ ☐ جی ہاں ☐ جی نہیں

- پیٹ کا درد
- گلابی چشم
- بھوک میں کمی یا بھوک نہ لگنا

اگر جواب "ہاں" میں ہے تو گھر پر رہیں جب تک کہ آپ کی علامت 24 گھنٹے تک بہتر نہ ہو جائے (متلی/ الٹی/ اسہال کیلئے 48گھنٹے) اور آپ کوکوئی نئی علامات نہ ہوں

4. کیا آپ کو بتایا گیا ہےکہ اس وقت آپ کو قرنطینہ میں رہنا چاہئے، الگ تھلگ رہنا چاہئے، گھر میں رہنا چاہئے، یا اسکول یا چائلڈکیئر میں نہیں جانا چاہئے؟ (جیسےکہ کسی ڈاکٹر، وفاقی سرحدی ایجنٹ، پبلک ہیلتھ نے بتایا ہو)؟ ☐ جی ہاں ☐ جی نہیں

اگر جواب"ہاں" میں ہے توگھر پر رہیں + ان ہدایات پر عمل کریں جو آپ کو دی گئی تھیں

5. کیا آپ کو بتایا گیا ہےکہ آپ کسی ایسے فردکے قریبی رابطے میں ہیں جس میں علامات ہیں یا کوئی ایسا فرد جس کا کووِڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت نکلا ہو؟ ☐ جی ہاں ☐ جی نہیں

اگر جواب"ہاں" میں ہے تو اضافی اقدامات پر عمل کریں + اگر علامات* پیدا ہو جائیں، تو اپنے آپ کو فوراً الگ تھلگ کر لیں

*اگر علامت صحت کی کسی جانی پہچانی حالت سے متعلقہ ہے جس کی وجہ سے علامت ظاہر ہوتی ہے، تو "نہیں" پر نشان لگائیں۔ اگر علامت نئی، مختلف یا بدتر ہو رہی ہے، تو "ہاں" پر نشان لگائیں۔ اگرکووِڈ-19 یا فُلوکی ویکسین لگوانےکے بعد 48 گھنٹوں کے اندر ہلکی سی تھکاوٹ، پٹھوں یا جوڑوں میں درد ہو، تو "نہیں" پر نشان لگائیں۔

*اضافی اقدامات پر عمل کرنےکا مطلب ہےکہ: تمام عوامی مقامات پر اچھی طرح سے فِٹ ہونے والا ماسک پہننا، ایسی سرگرمیوں سے پرہیز کرنا جہاں آپ کو اپنا ماسک اتارنےکی ضرورت ہو اور زیادہ خطرے والے لوگوں کے پاس یا مقامات پر نہ جانا۔